

**STANDARISASI KECANTIKAN DAN PENERIMAAN DIRI
PADA PEREMPUAN KORBAN *BODY SHAMING***



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar
Sarjana Sosial (S. Sos).**

Oleh:

**INNI FATHATUN NAZIHAH
1617101016**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT ISLAM
FAKULTAS DAKWAH
UIN PROF. K. H. SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO
2022**

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini, saya:

Nama : Inni Fathatun Nazihah
NIM : 1617101016
Jenjang : S-1
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah

Menyatakan bahwa naskah Skripsi berjudul “Standarisasi Kecantikan Dan penerimaan diri Pada Perempuan Korban *Body Shaming*” ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, bukan dibuatkan orang lain, bukan saduran, juga bukan terjemahan. Hal-hal yang bukan karya saya yang dikutip dalam skripsi ini, diberi tanda citasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar akademik yang telah saya peroleh.

Purwokerto, 07 Juli 2022

Saya yang menyatakan,



Inni Fathatun Nazihah

NIM. 1617101016



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH**

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telp (0281) 635624 Faks (0281) 636553, www. uinsaizu. ac. id

PENGESAHAN

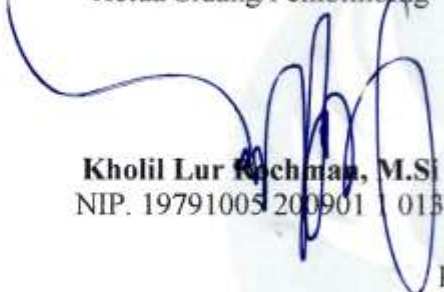
Skripsi Berjudul:

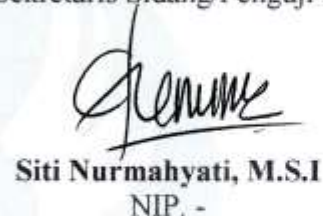
**STANDARISASI KECANTIKAN DAN PENERIMAAN DIRI
PADA PEREMPUAN KORBAN *BODY SHAMING***

Yang disusun oleh **Inni Fathatun Nazihah** (NIM. 1617101016) Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, **Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat** Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto, telah diujikan pada **hari kamis tanggal 14 Juli 2022** dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Sosial (S. Sos)** dalam **Bimbingan Konseling Islam** oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing

Sekretaris Sidang/Penguji II


Kholil Lur Fachman, M.Si
NIP. 19791005 200901 013


Siti Nurmahyati, M.S.I
NIP. -

Penguji Utama


Nur Azizah M. Si
NIP. 19810117 200801 2 010

Mengesahkan,


15-8-2022
Mengesahkan,
Prof. Dr. H. Abdul Basit, M. Ag.
NIP. 19691219 199803 1 001

NOTA DINAS PEMBIMBING

Assalamu'alaikum warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah melakukan bimbingan telaah, arahan, dan koreksi terhadap penulisan skripsi dari:

Nama : inni fathatun nazihah

NIM : 1617101016

Jenjang : S-1

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah

Judul Skripsi : **Standarisasi Kecantikan Dan *Self Ecceptence* Pada Perempuan Korban *Body Shaming***

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diajukan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos). Demikian atas perhatiannya, kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi Wabarakatuh.

Purwokerto, 10 Juli 2022

Pembimbing,


Kholil Lur Rochman, M. Si.

NIP. 19791005 200901 013

STANDARISASI KECANTIKAN DAN PENERIMAAN DIRI PADA PEREMPUAN KORBAN *BODY SHAMING*

Inni Fathatun Nazihah
NIM. 1617101016

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah
Universitas Islam Negeri (UIN) Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

ABSTRAK

Standar kecantikan membuat muncul berbagai tanggapan atau komentar bagi para perempuan yang tidak memenuhi syarat tersebut. *Body shaming* menjadi hal yang sangat sering dijumpai di dunia nyata ataupun di media sosial. Bahkan sudah menjadi pembicaraan public bahwa banyak kasus-kasus *body shaming* yang terjadi di media sosial dan nyata sekalipun dampak yang terjadi sangat merugikan korban baik secara fisik maupun psikologis.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui standarisasi kecantikan dan penerimaan diri perempuan korban *body shaming*. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan metode study kasus. Subjek dalam penelitian ini ada dua orang perempuan yang pernah mengalami *body shaming*. Data diperoleh dari dokumen, observasi dan wawancara. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis menggunakan analisis dan diperoleh kesimpulan.

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa *body shaming* menyebabkan dampak yang negatif terhadap dua subyek yaitu IN dan AI baik secara psikologis maupun fisik, dari segi psikologis kedua subyek sama-sama mengalami kecemasan, ketakutan serta kurang rasa percaya diri. Sedangkan dari segi fisik mengalami gangguan makan, gangguan tidur dan sakit. Dari dampak *body shaming* diketahui pandangan kedua subyek terkait standarisasi kecantikan memandang bahwa kecantikan *innerbeauty* merupakan hal yang lebih penting dibandingkan hanya memiliki paras yang cantik. Dari beberapa tahap penerimaan diri IN dan AI memiliki proses tahap yang berbeda. IN yang melalui semua tahapan dalam penerimaan diri yaitu tahap penolakan, tahap emosional, tahap tawar-menawar, tahap depresi, dan tahap penerimaan diri. Sedangkan AI hanya melalui tiga tahapan yaitu diantaranya, emosional, depresi dan penerimaan diri.

Kata kunci: standarisasi kecantikan, penerimaan diri, *body shaming*

MOTTO

**Kesuksesan seseorang
tergantung keterlibatan Tuhan
dalam usahanya.**

-K.H. Prof. Dr. Mohammad Roqib, M.Ag-



PERSEMBAHAN

Penulis persembahkan skripsi ini kepada orang tua peneliti, Bapak Daribi dan Ibu Iin Inayah yang selalu menyelimuti kasih sayang, mendo'akan penulis, menasihayi penulis untuk menjadi lebih baik lagi, dan juga kepada 2 saudara peneliti Kakak Faihatun Hasanah, dan adik Rifqi Mubarak yang tak henti-hentinya memberikan dukungan dan semangatnya untuk penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkah rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa kita semua dari zaman jahiliyah menuju zaman yang terang benderang ini, kepada para sahabat, tabi'in, dan seluruh umat Islam yang senantiasa mengikuti ajaran Baginda Rasul, semoga kita menjadi salah satu umat yang mendapat syafa'at beliau di dunia dan di akhirat.

Dengan penuh rasa syukur, saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Standarisasi Kecantikan Dan Penerimaan diri Pada Perempuan Korban *Body Shaming*”. Skripsi ini disusun guna memenuhi tugas sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Sosial (S. Sos) dari Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri (UIN) Prof. KH. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Selesaiannya skripsi ini tidak terlepas dari doa, bantuan serta dukungan dari berbagai pihak. Penulis hanya dapat mengucapkan terimakasih atas motivasi dan bimbingannya kepada:

1. Prof. Dr. K. H Mohammad Roqib, M. Ag. , Rektor UIN Prof. KH. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Prof. Dr. K. H Abdul Basit, M. Ag. , Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. KH. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Dr. Muskinul Fuad, M. Ag. , Wakil Dekan 1 Fakultas Dakwah UIN Prof. KH. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Dr. Hj. Khusnul Khotimah, M. Ag. , Wakil Dekan II Fakultas Dakwah UIN Prof. KH. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
5. Dr. Musta'in, M. Si Wakil Dekan III Fakultas Dakwah UIN Prof. KH. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
6. Nur azizah, M. Si sebagai ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat Islam UIN Prof. KH. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
7. Lutfi Faishol, M. Pd, sebagai Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Prof. KH. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

8. Kholil Lur Rochman, M. Si. Dosen Pembimbing yang telah memberi bimbingan, arahan dan motivasi dalam penyusunan skripsi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
9. Dosen dan Staff Fakultas Dakwah UIN Prof. KH. Saifuddin Zuhri Purwokerto atas semua bantuan dan informasinya.
10. Dosen Bimbingan dan Konseling Islam yang telah menuangkan dan membagikan ilmunya selama perkuliahan.
11. Kedua orang tua tercinta Bapak Daribi dan Ibu Iin Inayah yang telah mencurahkan kasih sayangnya, dukungan dan motivasi serta do'a yang selalu dipanjatkan untuk keberhasilan penulis.
12. Kakak dan adik penulis yaitu Faihatun Hasanah dan Rifki Mubarak yang selalu memberikan dukungan dan do'a pada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. Abah Prof. Dr. KH. Mohammad Roqib. M. Ag. , dan Umi Nyai Hj. Notri Y. Muthmainnah, S. Ag. , (Pengasuh Pesantren Mahasiswa An Najah Purwokerto) beserta seluruh ustadz-ustadzah yang telah memberikan banyak ilmu dan pengalaman.
14. Segenap sahabat penulis, Ima Nurrohmah, Iip Hatipah, De iyam, Tia, Mayee, Reza, Alivia, Maryam, Mba Yuyun, Ismi, Mba ofi, alfi, yang memberikan semangat dan do'a untuk tetap menyelesaikan skripsi ini.
15. Asep Nurhidayat, S. E dalam membantu segala hal baik dukungan materi maupun moral penulis.
16. Segenap keluarga Komplek Fatmah Azzahra terimakasih telah memberi dukungan dan warna dalam skripsi ini.
17. Teman seperjuangan kelas BKI A 2016, yang memberikan dukungan dan motivasi.
18. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini dan tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Tidak ada hal lain yang dapat penulis berikan untuk menyampaikan rasa terimakasih melainkan hanya doa, semoga amal baik dari semua pihak tercatat sebagai amal ibadah dan mendapatkan pahala dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu harapan kepada peneliti

selanjutnya agar dapat meneliti kekurangan dari skripsi ini. Mudah-mudahan skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Purwokerto,

Saya yang menyatakan,



Inni Fathatun Nazihah
NIM. 1617101016



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN	ii
PENGESAHAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iv
ABSTRAK	v
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Definisi Operasional.....	8
C. Rumusan Masalah	12
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian	13
E. Kajian Pustaka.....	13
F. Sistematika Penulisan.....	16
BAB II LANDASAN TEORI	17
A. Standar Kecantikan	17
1. Pengertian Cantik	18
2. Karakteristik Kecantikan Perempuan Sunda	20
3. Karakteristik Kecantikan Perempuan Modern	21
4. Kecantikan dalam Perspektif Islam	22
B. Penerimaan Diri.....	23
1. Pengertian Diri	23
2. Ciri Ciri Penerimaan Diri	24
3. Faktor-faktor yang Membentuk Penerimaan Diri	27
4. Tahapan Penerimaan Diri	28
5. Dampak Penerimaan Diri	30

	C. Body Shaming	31
	1. Pengertian Body Shaming	31
	2. Bentuk-bentuk Body Shaming	32
	3. Dampak Body Shaming	34
BAB III	METODE PENELITIAN	36
	A. Jenis Penelitian dan Pendekatan.....	36
	B. Tempat dan Waktu Penelitian	36
	C. Subjek dan Objek Penelitian	37
	D. Metode Pengumpulan Data	38
	E. Teknik Analisis Data	41
BAB IV	HASIL PENELITIAN.....	43
	A. Deskripsi Subyek Penelitian.....	43
	B. Gambaran Body Shaming Yang Dialami Perempuan Korban Body Shaming	45
	C. Standarisasi Kecantikan Menurut Perempuan Korban Body Shaming	49
	D. Penerimaan Diri Pada Perempuan Korban Body Shaming.....	52
	1. Faktor Yang Mempengaruhi Penerimaan Diri Pada Subyek.....	53
	2. Tahapan-Tahapan Penerimaan Diri Pada Subyek.....	57
	3. Dampak Penerimaan Diri Pada Subyek	61
BAB V	PENUTUP	63
	A. Simpulan.....	63
	B. Saran.....	64
	C. Penutup.....	64

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap orang memiliki hak tersendiri dalam menilai seseorang yang menurutnya menarik, apalagi mengenai perempuan. Standar kecantikan sering menjadi acuan dalam menilai penampilan¹ Konsep kecantikan dalam masyarakat sudah sangat mengakar kuat sehingga kata cantik dianggap salah satu ukuran yang utama dalam mendefinisikan perempuan.² Kecantikan memang suatu hal yang sangat melekat dengan perempuan. Oleh karena itu cantik adalah sesuatu hal yang sangat diinginkan perempuan. cantik secara umum yaitu sesuatu yang mampu menimbulkan perasaan tertarik, kagum serta senang dari manusia.

Cantik bukan sesuatu yang mutlak tapi relatif. Namun nyatanya munculnya standar kecantikan membuat perempuan berusaha dalam meningkatkan citra cantik yang ‘sempurna’, citra-citra inilah yang terinternalisasi menjadi tolak ukur ketidaksempurnaan dan *fashion* tingkat tinggi.³ Akhirnya mendorong para perempuan yang merasa ‘tidaksempurna’ untuk melengkapi ketidaksempurnaan dan menjadi sibuk dan fokus untuk terus menpercantik diri. Padahal menurut Muhammad Kamil Hasan “kecantikan tidak selalu mengenai wajah atau rupa, terdapat hal lebih penting dari itu kecantikan dari dalam diri (inner beauty)”. Kecantikan sesungguhnya bersumber dari kecantikan hati atau bathiniyah, karakter, akhlak, perilaku, jiwa dari perempuan sendiri.⁴ Inner beauty adalah kecantikan sebenarnya dan tentu

¹ Lusya Neti Harwati Dkk, *Laporan Penelitian*, “Kontruksi Kecantikan Ideal Perempuan Melalui Iklan Produk Kecantikan Ditelevisi” Universitas Brawijaya, Malang. 2015

² Tania Intan Dan Prima Agustina Mariamurti, “Membongkar Mitos Kecantikan Dan Budaya Konsumen dalam Chick Lit ‘Beauty Case’ Karya Icha Tahmanti”, *Jurnal Sejarah Dan Budaya*, Vol 13. No. 02, 2019. Hlm 166

³ Rosemarie Putnam Tong, *Feminist Thought: Pengantara Paling Komprehensif Kepada Aliran Pemikiran Feminisme* Terj. Aquarini Priyatna Prabasmoro, (Yogyakarta: Jalasutra). Dikutif Dari Ghela Rakhma Islamey “Wacana Standar Kecantikan Perempuan Indonesia Pada Sampul Majalah *Feminia*”, *Jurnal PIMKMA*, Vol. 2, No. 2, Mater 2020. Hlm 112

⁴ Muhammad Kamil Hasan, *Inner Beauty dalam Pandangan Islam* (Jakarta: Azan, 2002). Hlm 10.

bertahan sampai akhir hidupnya seorang perempuan. Sebagai sabda Rasulullah dalam sebuah hadits yang diriwayatkan oleh Ibnu Majah yang artinya: “Sesungguhnya Allah tidak melihat pada rupamu dan hartamu, tetapi Dia melihat amal perbuatanmu dan hatimu”. (HR. Ibnu Majjah).

Adanya standarisasi yang terjadi di kalangan perempuan saat ini menimbulkan golongan-golongan tertentu merasa tidak berharga, dan dipandang sebelah mata dilingkungannya sendiri. Dikalangan masyarakat modern kecantikan merupakan citra yang dipancarkan oleh media sebagai sesuatu yang disamaratakan dari berbagai aspek seperti tubuh yang langsing, hidung yang mancung, mata yang besar, warna kulit yang putih, rambut yang lurus, dan tubuh yang sempurna.⁵

dalam penelitian Conny Tjandra Rahardja penampilan fisik dibagi menjadi dua (dua) dimensi: (1) “fisik secara penampilan yang asli terdiri dari bentuk wajah, mata, hidung bentuk tubuh dan warna kulit. (2) Penampilan fisik ekstra terdiri dari apa yang mereka kenakan yaitu seperti tas, baju, celana, merk barang, sepatu baju, skincare, acecoris, dan lain sebagainya. Dari penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa daya Tarik seseorang baik Wanita atau pria terkait kecantikan menciptakan kelas baru dengan artian seseorang khususnya perempuan yang memiliki kecantikan yang tinggi akan mendapatkan perlakuan yang berbeda dari lingkungannya.⁶ Konsep kecantikan yang ideal setiap negara tentu berbeda-beda, kecantikan yang beragam terkadang membuat perempuan merasa tidak puas dengan paras wajahnya. Bahkan ada yang rela melakukan operasi plastic dan mengeluarkan uang yang sangat besar demi ingin terlihat cantik didepan semua orang. Dan tidak sedikit para perempuan yang sudah memiliki kulit putih merasa tidak puas dan melakukan pemutihan pada kulit tubuhnya. Nyatanya pada saat masih banyak yang menganggap kulit yang bersih itu adalah warna kulit putih dan warna kulit yang hitam memiliki posisi

⁵ B Chervenik, “is beuty promise to happiness ? the undergraduate”, *Jurnal Of Amerixan Studies*. Dikutip dari Maylisa Yuliastuti S dan Denik Iswardani Witarti, “ Representasi Perempuan Cantik Dimedia Feminis Daring” *Avant Garde*, Vol. 09, No. 02, Desember 2021. Hlm 212

⁶ Chonny Jtandra Rahardj, “Hubungan Penampilan Fisik, Kepuasan Diri, Media, dan Self-Esteem pada Wanita”. *Jurnal Manajemen Bisnis Indonesia* Vol. 4, No. 2, Feb 2017. Hlm 261

terbawah. Bukan hanya mengenai warna kulit saja wajah yang penuh jerawat dianggap tidak mampu untuk merawat wajahnya dengan baik dan dianggap tidak menjaga kebersihan badannya, serta badan yang gemuk dianggap tidak cantik.

Era teknologi dan media yang semakin canggih ini menjadikan standar kecantikan semakin meningkat. Para individu yang mengakses media social melakukan aktivitas seperti berkomunikasi, upload foto dan video, sampai berkomentar mengenai suatu unggahan. Media social saat ini sudah menjadi tempat eksistensi bagi berbagai kalangan, penampilan seseorang saat ini dimedia social sering menjadi bahan komentar entah itu sebuah pujian, sindiran atau hujatan.⁷ Hal yang tergambar dimedia social dapat berbahaya bagi individu khususnya perempuan karena akan banyak orang-orang yang meremehkan bahkan menghujat dimana yang kita tunjukkan atau tampilkan tidak sesuai dengan aktualisasi standar mereka, Ketika ada hal yang berbeda dari mereka entah itu bentuk badan, warna kulit, bentuk hidung, postur tubuh, bentuk rambut, model pakaian yang dikenakan, mereka anggap bahwa semua itu sebuah kesalahan.

Penetapan tolak ukur di masyarakat mengenai standar kecantikan dapat mengakibatkan penderitaan pada perempuan yang dianggap atau merasa dirinya dibawah garis kecantikan. Disaat perempuan sudah merasa tidak sanggup untuk terus mengejar standar kecantikan yang sudah ada dimasyarakat besar kemungkinan mereka akan mengalami beberapa gangguan mental, seperti ketidak nyamanan, frustrasi, kepercayaan diri yang semakin menurun, merasa kesepian, dan gangguan lainnya.⁸

Perkembangan teknologi yang bertambah canggih semakin mendukung usaha untuk lebih mempercantik diri bagi para perempuan seperti suntik putih, veneer gigi, bahkan operasi plastik.⁹ Trend #glowup challenge dimedia semakin

⁷ Mahvira Putri Mahanani Dkk, "Pelatihan Konsep Diri Remaja Untuk Membangun Pemahaman Terhadap Standar Kecantikan" *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kumawala*, Vol 3, No. 3, Desember 2020. Hlm 450

⁸ Tania Intan Dan Prima Agustina Mariamurti, "Membongkar Mitos Kecantikan Dan Budaya Konsumen dalam Chick Lit 'Beauty Case' Karya Icha Tahmanti", *Jurnal Sejarah Dan Budaya*, Vol 13. No. 02, 2019. Hlm 170

⁹ Aisyah Syafikarani Dkk, "Persepsi Perempuan Terhadap Kecantikan dalam Kampanye Dove "Real Beauty Sketches" dalam Membentuk Positioning" *Jurnal Komunikasi Visual Institut, e Teknologi Nasional Bandung*. Hlm 51

membuat jiwa perempuan menggebu-gebu untuk mempercantik diri mereka. konteks kecantikan pada akhirnya berkenaan dengan produk atau *brand* mulai dari *skincare, body care, haircare, make up* busana serta *aksesoris*.¹⁰

Cantik boleh saja diartikan namun nyatanya kecantikan adalah sebuah hal yang tidak mutlak. Tetapi sepertinya tanggapan terhadap Tindakan seseorang sangat dibeda-bedakan sesuai fisik mereka yang terlihat baik itu laki-laki ataupun perempuan. Dari adanya tanggapan atau respon tersebut, banyak bermunculan permasalahan-permasalahan yang rumit menyangkut kesehatan mental seseorang.

Cantik merupakan menjadi diri sendiri, karna cantik pada dasarnya berasal dari diri itu sendiri. Seseorang yang memiliki jiwa yang positif tentu akan memancarkan kebahagiaan pada lingkungan sekitar. Tetapi nyatanya menjadi baik secara kepribadian saja tidak cukup mereka tetap melihat fisik seseorang sehingga para perempuan terus berlomba lomba mempercantik diri tana memperbiki diri secara personal. Tentu hal ini sudah tidak bisa dipungkiri nyatanya semenjak penjajahan belanda standar kecantikan sudah hadir tanpa disadari, sehingga akan sulit untuk menghilangkan persepsi itu secara langsung.¹¹

Adanya standar kecantikan ini membuat muncul berbagai tanggapan atau komentar bagi para perempuan yang tidak memenuhi syarat tersebut. *Body shaming*¹² menjadi hal yang sangat sering dijumpai didunia nyata ataupun dimedia social. Bahkan sudah menjadi pembicaraan public bahwa banyak kasus-kasus *body shaming* yang terjadi dimedia social dan nyata sekalipun. Padahal hal *body shaming* sudah termasuk ke dalam kekerasan verbal dan *bullying*¹³. Hal ini

¹⁰ Rhesa Zuhriya Briyan Pratiwi, "Perempuan Dan Kontes (Analisis Mengenai Kontruksi Cintra dalam Bingkai Komodifikasi)", Jurnal An-Nida, Vol. 10, No. 2, Juli-Desember 2018. Hlm 135

¹¹ Aisyi Syafikarani Dkk, "Persepsi Perempuan Terhadap Kecantikan dalam Kampanye Dove "Real Beuty Sketches" dalam Membentuk Positioning" *Jurnal Komunikasi Visual Institute Teknologi Nasioal Bandung*. Hlm 56

¹² Body shaming adalah perbuatan mengkritik atau perbuatan mencela bentuk, ukuran dan penampilan fisik orang lain.

¹³ Bullying adalah Tindakan atau perilaku menyakiti seseorang baik secara fisik, verbal atau nonverbal oelh seseorang atau kelompok yang lebih kuat terhadap seseorang yang fisik atau mentalnya lebih lemah

tentu tidak hanya ada di media social saja namun secara langsung dapat kita lihat atau kita alami sendiri di lingkungan sekitar kita seperti keluarga, kerabat, teman, sahabat dan tetangga kita. Sangat tidak jarang kita mendengar komentar atau penilaian terhadap tubuh seseorang yang bertujuan untuk sebuah lelucon ataupun memang benar-benar bertujuan untuk menghina. Perlakuan seperti ini akan sangat menurunkan kepercayaan diri seseorang, ketidak bersyukur seseorang atas dirinya sendiri, bahkan lebih fatal lagi dapat mengakibatkan depresi berat.¹⁴

Pada November 2016, publik di Texas, Amerika Serikat dikejutkan oleh peristiwa tewasnya seorang gadis muda berusia 18 tahun bernama Brandy Vela yang meninggal karena bunuh diri. Brandy, melakukan bunuh diri dengan menembakkan pistol di depan hampir seluruh keluarganya setelah depresi mengalami perundungan siber (*cyberbullying*) yang keji pada media sosialnya (Patton-Bey, 2016). Perundungan ini terkait dengan bentuk dan bobot tubuhnya (*body shaming*), ia bahkan disamakan dengan ‘babi gemuk’ oleh pelaku dan terus menerus berkomentar negatif bahkan setelah korban meninggal dengan cara yang menyedihkan. Di Indonesia sendiri Komisi Perlindungan Anak Indonesia-KPAI mencatat dalam kurun waktu 9 tahun terakhir, mulai tahun dari 2011 sampai tahun 2019, telah ada sekitar 37.381 pengaduan kekerasan terhadap anak. Untuk bullying baik di dunia pendidikan maupun sosial media, angkanya mencapai 2.473 laporan dan trennya terus meningkat.¹⁵

Pada tahun 2018 Mabes Polri mengungkapkan ada 966 kasus *body shaming* yang tercatat di Indonesia dan 732 kasus sudah tertangani, kasus ini Sebagian besar dilakukan melalui media social.¹⁶ Berdasarkan survey data yang dilakukan oleh zap clinic melalui zap beauty index 2020 terdapat lebih dari setengah perempuan Indonesia lebih tepatnya 62,2% - 67,8% pernah

¹⁴ Eva Nur Rachmah Dan Fahyuni Baharuddin, “ Factor Pembentuk Perilaku Body Shaming Di media Social Prosiding Seminar Nasional & Call Paper Psikologi Social 2019”, Psikologi Social Di Era Revolusi Industry 4. 0: Peluang & Tantangan, Fakultas Pendidikan Psikologi, Aula C1, 4, Mei 2019

¹⁵ Yesi Pebrianti & Khusnul Fitri, *Pemaknaan Dan Sikap Perilaku Body Shaming Di Media Sosial (Sebuah Studi Etnografi Digital Di Instagram)*, *Jurnal Media dan Komunikasi* Vol. 3, No. 1, September 2020. Hlm 13

¹⁶ <https://wartakota.tribunnews.com> Diakses Pada Tanggal 3 Bulan Februari 2022 Pukul 13:54

mengalami *body shaming* diantaranya 40, 7% mengalami *body shaming* karena memiliki tubuh yang dianggap berisi atau berlebih, 36, 4% mengalami *body shaming* karena memiliki kulit yang berminyak dan berjerawat dan 28, 1% mengalami *body shaming* karena memiliki pipi yang tembab/berisi.¹⁷

Dapat kita lihat dari beberapa kasus yang ada, standarisasi kecantikan sudah sangat melukai jati diri perempuan ditambah mereka yang mengalami *body shaming* tentu semakin dituntut oleh keadaan yang membuat jati diri hampir hilang dan menurunnya kepercayaan diri serta rusaknya mental yang mereka miliki. Dengan keadaan yang seperti ini sangat dibutuhkan sekali penerimaan diriyang baik, seperti yang kita ketahui

Penerimaan diri adalah kemampuan seseorang dalam melakukan penerimaan terhadap diri sendirinya. Menurut vera “penerimaan diri adalah sebuah kemampuan dimana diri mampu untuk slalu terima kekurangan serta kelebihan pada diri”. Menerima diri artinya kita telah berada diposisi mencintai diri dan karakter sejati yang mana akan menciptakan emosi yang baik dan memiliki jiwa yang berkualitas.¹⁸ Berdasarkan Bernard “penerimaan diri dibagi menjadi dua aspek”, yaitu: (1) Kesadaran diri dan penghargaan mengenai apa yang dimiliki (hal positif) serta pengembangan atas diri baik itu kepribadian, agama, karakteristik, bakat dan melakukan hal-hal yang disukai. (2)menerima diri tanpa memiliki syarat apabila mengalami kejadian yang kita tidak sukai diantaranya kritikan dari orang lain, hinaan, cacian, penolakan, serta kegagalan atas diri sendiri serta rasa bangga pada diri tentang apa yang sudah dialami dan dimiliki saat ini.¹⁹ Apabila penerimaan diri memiliki tingkat yang rendah bisa di prediski dengan adanya standarisasi kecantikan ini akan ada perasaan terkait mental seseorang seperti tidak percaya diri, merasa diri rendah, minder, *insecure* dan perasan negative lainnya, jika kemampuan perimaan diri sangat rendah bisa diperkirakan dengan adanya standarisasi kecantikan ini akan muncul perasaan-

¹⁷ <https://Cantik.Tempo.Co> Diakses Tanggal 3 Februari 2020 Pukul 14:10

¹⁸ Vera Permata Sari Dan Witrin Gamayanti, “Penerimaan Diri (Self Acceptance) Pada Orang Yang Mengalami Skizofrenia. *Jurnal Ilmu Psikologi*, Vol. 3, No. 1. Hlm 140

¹⁹Natalia Christy Waney Dkk, “Mindfulness And Adolescents’ Self Acceptance In The Diital Era”, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 2 No. 2, Agustus 2020. Hlm 76

perasaan seperti tidak percaya diri, *insecure*, minder, rendah diri dan perasaan perasaan negative lainnya. Maka sangat penting adanya penerimaan diri yang baik.

Dari penyebaran angket/kuesioner yang dilakukan pada tanggal 11 Maret sampai tanggal 20 maret sebanyak 20 responden 75% mahasiswi yang pernah mengalami *body shaming* tetapi dengan tingkatan yang berbeda-beda. Beberapa orang merasa biasa saja, ada yang menganggap hal tersebut lelucon atau angin lalu, dan ada yang menganggap hal tersebut hinaan, tentu hal tersebut membuat keadaan korban merasa tidak nyaman. Dari 20 responden hanya ada 2 responden yang bersedia menjadi subyek dalam penelitian ini.

Subyek dalam penelitian ini cukup sering mengalami *body shaming*, dan gangguan-gangguan fisik atau psikis yang diakibatkan oleh perlakuan *body shaming* tersebut. Subyek IN mengalami *body shaming* dari dia masih kecil, dan ucapan-ucapan yang tidak ingin si IN dengar bahkan diucapkan dari orang-orang terdekat si IN, seperti kerabat, tetangga, bahkan yang sering melakukan *body shaming* terparah adalah teman-teman sekolahnya. Si IN merasa bahwa keberadaan dia didunia ini tidak diinginkan, muncul rasa *insecure*, lebih suka menyendiri, dan mengalami stress. Orang-orang memandang fisik IN sangat tidak sesuai dengan standar mereka, karena si IN memiliki tubuh yang kecil, hitam, gigi yang tidak rapih, wajah yang tidak mulus.

Subyek yang satu lagi adalah AI, memiliki berat badan berlebih, alas an ini lah yang menjadi subyek orang-orang melakukan *body shaming* terhadap AI. kasus AI hamper sama dengan kasus IN mengalami gangguan fisik serta fisikis. Mengalami stress, muncul perasaan *insecure*, merasa hidup tidak ada gunanya, tidak memiliki kemampuan apapun, pernah jatuh sakit karna berusaha untuk melakukan program diet, dan beberapa gangguan lainnya.

Subyek dari penelitian ini merupakan mahasiswi berusia 20-25 tahun yang mana dalam psikologi perkembangan 20-25 tahun merupakan fase dewasa awal. Tentu pada fase kondisi emosionalnya tidak terkendali, Ia cenderung

labil, resah, dan mudah memberontak.²⁰ Pada masa ini juga emosi seseorang sangat bergelora dan mudah tegang, oleh karena itu kemampuan mental, emosi, moral, control diri harus lebih baik lagi salah satunya adalah dengan penerimaan diri.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa penerimaan diri sangat penting apalagi terhadap korban *body shaming* yang mana mereka menganggap dirinya tidak berharga. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti terkait penerimaan diri pada perempuan dengan judul skripsi “**Standarisasi Kecantikan Dan Penerimaan Diri Pada Perempuan Korban Body Shaming**”.

B. Definisi Operasional

1. Standarisasi Kecantikan

Berdasarkan *Universal Feature of Beauty*, wajah yang dianggap cantik ideal adalah yang memiliki warna kulit putih/cerah, hidung mancung dan ramping, mata lebar.²¹ Berbeda dengan *Universal Feature of Beauty* cantik menurut Wendy Chapkins merupakan politik penampilan yang tidak terbatas pada segi psikologi dan nilai seni dari perempuan dan laki-laki secara individual, tetapi telah menjadi mesin kebudayaan global, melibatkan iklan, media dan industri dalam konstruksi standar normatif dari kecantikan yang harus dicapai setiap perempuan di seluruh dunia.²² Sedangkan menurut marta tilaar konsep kecantikan terdiri dari dua jenis yaitu kecantikan lahiriah dan kecantikan batiniah. Kecantikan lahiriah adalah keelokan wajah dan tubuh dan kecantikan batiniah digambarkan dari kebaikan perilaku yang terpancar dari dalam diri.²³

²⁰ Siti Rahayu Hado Tono, Psikologi Perkembangan, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2006). Hal 324- 329

²¹ D Berry, *Health Communication Theory and Practice*, Open University Press. Dikutip oleh khansa maura syahrana dkk, “representasi perempuan jepang sebagai standar dalam iklan shinzui body lotion edisi tahun 2015”, jurnal AUDIENS, Vol. 3, N. 1, 2020. Hlm 3

²² Iin rizkiyah dan nurliana cipta apsara, “strategi coping perempuan terhadap standarisasi cantik dimasyarakat “, jurnal perempuan, agama dan jender, Vol. 18, No. 2. 2019. Hlm 134

²³ Marta Tilaar, *Kecantikan Perempuan Timur*, (IndonesiaTera: 1999)

Setiap wanita pasti ingin tampil cantik dari segala sisi. Sudah bukan rahasia umum lagi, setiap orang melakukan segala cara untuk memiliki tampilan fisik yang sempurna. Mereka akan melakukan segala cara diantaranya seperti mengeluarkan banyak uang untuk perawatan tubuh dan wajah supaya terlihat cantik, mulus dan memiliki bentuk tubuh yang ideal bahkan rela melakukan operasi atau mengubah bentuk tubuh dan wajahnya. Sesuai dengan pernyataan Naomi Wolf (2002) bahwa wanita, tua maupun muda, sangat takut akan penuaan; wanita yang kurus maupun gemuk pun harus berjuang untuk mendapatkan bobot tubuh yang ideal, dimana tubuh ideal sebgaiian besar menurut pemikiran mereka adalah tinggi semampai, langsing, berkulit putih, dengan wajah tanpa noda atau jerawat, figur sempurna yang tidak pernah mereka miliki.

Setiap Wanita pasti ingin tampil cantik dari segala sisi. Sudah bukan jadi rahasia umum lagi, setiap orang melakukan segala cara untuk melakukan tagar mendapatkan tampilan fisik yang sempurna. Mereka akan melakukan segala cara diantaranya seperti mengeluarkan banyak uang untuk mendapatkan tubuh dan wajah yang cantik, mulus, dan memiliki tubuh yang ideal bahkan rela melakukan oprasi atau mengubat tubuh dan wajahnya.

Dari berbagai pendapat diatas sejatinya memang cantik itu bukan mengenai sebuah fisik saja terlepas dari itu pengertian cantik sangat luas. Dapat diartikan cantik adalah sebuah hal yang dimiliki perempuan baik itu fisik, perilaku dan pemikiran. Namun standar kecantikan sudah ditetapkan tanpa disadari sejak lama. Persepsi masyarakat mengenai cantik terbatas hanya pada penampilan fisik. Sebagaimana disebutkan oleh Worotitjan, pembentukan standar kecantikan merupakan dampak dari budaya patriarki yang sudah diwariskan dari generasi ke generasi. Pengaktualan standar kecantikan terbagi menjadi 2 (dua) unsur yaitu kecantikan yang dilihat dari luar (fisik), dan kecantikan dari dalam (batiniah). Meningkatnya penggambaran dan internalisasi perempuan akan kecantikan dan bagaimana mereka mendapatkan bentuk tubuh dan wajah seperti yang terpampang

dalam media ini menjelaskan bagaimana media massa berpengaruh terhadap cara maupun aturan seseorang dalam berpenampilan.

2. Penerimaan diri

Hurlock mendefinisikan penerimaan diri self acceptance sebagai “sejauh mana seorang individu telah mempertimbangkan karakteristik pribadinya, mampu dan bersedia untuk hidup bersama mereka” yaitu tingkatan dimana seseorang sudah menemukan karakteristik dirinya serta bersedia menerimanya, merasa layak, dan mampu hidup dengan karakteristiknya itu.²⁴ Senada dengan Supratiknya menyatakan, “yang dimaksud dengan menerima diri adalah mempunyai harga diri, tidak memandang diri sendiri sebagai sosok yang rendah”. Germer mendefinisikan penerimaan diri sebagai kemampuan individu untuk dapat memiliki suatu pandangan positif mengenai siapa dirinya yang sebenarnya, dan hal ini tidak dapat muncul dengan sendirinya, melainkan harus dikembangkan oleh individu. Penerimaan diri ada ketika individu mengizinkan dirinya untuk menerima diri sebagaimana adanya, tanpa berusaha lari, mengubah, atau mencoba memperbaiki diri.²⁵ Self acceptance (penerimaan diri) didasarkan pada kebahagiaan individu serta kepuasannya terkait individu secara personal dan berfikir mengetahui perlunya memiliki mental healthy. self acceptance yang tinggi menjadikan seseorang mampu menyadari dan menerima segala hal atas kekurangan atau kelebihan yang dirinya miliki.

Bernard mendeskripsikan penerimaan diri kaitannya dengan kekuatan karakter yaitu sebagai suatu kualitas khusus seseorang dengan relative tetap stabil dari waktu ke waktu dalam berbagai situasi di mana mereka memiliki kesadaran dan apresiasi diri terhadap karakteristik positif yang dilikiki dan mengembangkan potensi-potensi seperti kepribadian,

²⁴Vera Permatasari, Witrin Gamayanti, “ Gambaran Penerimaan Diri (Self Acceptance) Pada Orang Yang Mengalami Skizofrenia” *Psymphatic, Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 3, No. 1, Juni 2016. hal 141

²⁵S. Kairos, *The Self-Love Experiment*, (Penguin:2017) Dikutip Dari Natalia Christy Waney, “ Mindfulness Dan Penerimaan Diri Pada Remaja Di Era Digital”, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 22, No 2, Agustus 2020. Hlm 76

bakat, keluarga, agama, karakteristik budaya, Ketika peristiwa negative terjadi (kurang sukses, kritik, penolakan dari orang lain) atau Ketika individu terlibat dalam perilaku negative, individu mampu merasa bangga atas dirinya dan menerima diri secara tidak bersyarat, serta individu tidak menilai diri dan harga dirinya secara negatif. Apabila individu memiliki pemikiran seperti ini, maka motivasi dalam mengatasi kelemahan dan Tindakan bukan untuk membuktikan diri sebagai orang sukses dan baik, atau untuk mencari penerimaan dan cinta dari orang lain. Sebaliknya lebih dimotivasi oleh pemahaman bahwa pada dasarnya individu adalah pribadi yang baik.

Penerimaan diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sebuah kemampuan diri dalam berdamai dengan dirinya dan mampu menerima karakter sejati yang apa adanya yang mana akan menciptakan emosi yang baik dan memiliki jiwa yang berkualitas. Penerimaan diri melibatkan pemahaman diri, kesadaran yang realistis, memahami kekuatan dan kelemahan seseorang. Sehingga menghasilkan perasaan individu tentang dirinya, bahwa ia bernilai unik.

3. *Body Shaming*

Menurut Gilbert “*Body shaming can be interpreted as an attitude or behavior that looks at weight, body size and appearance of oneself and others*”, semuanya terkait tentang fisik yang dapat dilihat secara langsung. *Body shaming* memiliki ciri-ciri utama yaitu menilai, membandingkan, mengkritik penampilan seseorang baik secara langsung atau tidak.²⁶ Fredricson dan Robert menjelaskan bahwa *body shaming* merupakan bentuk perilaku mengevaluasi penampilan diri maupun orang lain terhadap internalisasi standar kecantikan ideal.²⁷ Perbuatan *body shaming* sendiri

²⁶ Yesi Febrianti Dan Kusnul Fitria, “Pemaknaan Dan Sikap Perilaku Body Shaming Dimedia Social (Studi Etnologi Digital Di Instagram), *Jurnal Media Dan Komunikasi*, Vol. 3, No. 1, September 2020. Hlm 13

²⁷ B. L Fredrickson & Roberts, T. A. , “Objectification Theory: Toward Understanding Women’s Lived Experiences And Mental Health Risks”, *Psychologyof Women Quarterly*, 1997. Dikutip Dari Sumi Lestari “Bullying Or Body Shaming? Young Women In Patient Body Dysmorphic Disorder” *Philanthrophy Journal Of Psychology*, Vol. 3, No. 2, 2019. Hlm 60

malah sering dilakukan oleh orang-orang yang dianggap berada dipihak kita seperti keluarga, sahabat atau teman sepergaulan yang mana atas dasar agar kita termotivasi dengan kritiknya yang tanpa mereka sadara mereka sedang merusak mental kepercayaan diri seseorang.

Body shaming yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sebuah perilaku menilai, mengkritik atau membandingkan penampilan seseorang secara fisik yang dianggap tidak sesuai dengan standar yang ada. Perlakuan *body shaming* inilah yang di alami individu ketika kekurangan di pandang sebagai sesuatu yang negatif oleh orang lain dari bentuk fisik atau tubuhnya. Khususnya perempuan yang menjadi objek visual yang mana sering dituntut untuk terlihat cantik, menarik dan enak dipandang. Akhirnya banyak sekali para perempuan yang menjadi korban *body shaming* bahkan dampaknya mereka memiliki berbagai gangguan fisik ataupun psikologis.

Perlakuan *body shaming* ini juga di alami oleh para perempuan dalam penelitian ini. Mereka mengalami *body shaming* dari semenjak mereka kecil hingga saat ini dengan respon yang berbeda-beda. Berbagai komentar yang orang layangkan terhadap dirinya pun sudah tidak tak terhitung lagi, mereka sudah mengupayakan agar berbagai cara untuk bisa dianggap cantik dilingkungannya seperti melakukan program diet, merawat tubuh dengan membeli barang barang yang mengeluarkan biaya cukup besar untuk kemampuan dirinya namun kritikan tetap saja dilontarkan orang-orang tanpa memikirkan mental serta upaya mereka dalam proses menghadapi hal tersebut.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang disampaikan rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu:

1. Apa pandangan standarisasi kecantikan menurut perempuan korban *body shaming*?
2. Bagaimana penerimaan diri pada Perempuan korban *body shaming*?

D. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

- a. Mengetahui padangan perempuan korban *body shaming* tentang standarisasi kecantikan
- b. Mengetahui penerimaan diri pada perempuan korban *body shaming*

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan mempunyai hasil yang berguna bagi kepentingan ilmu agar terus berkembang yaitu pada ilmu Bimbingan dan Konseling Islam khususnya tentang pandangan standarisasi kecantikan dan penerimaan diri pada perempuan korban *body shaming*.

b. Manfaat praktis

1) Mahasiswi korban *body shaming*

Melalui penelitian yang dilakukan ini subyek mampu menyampaikan pengalaman hidupnya dan akhirnya memunculkan kepercayaan diri dalam diri subyek karena mampu untuk melewati berbagai hal yang dianggapnya sulit.

2) Keluarga

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi informasi bagi anggota keluarga dalam membantu bertindak dengan yang terjadi dimasa-masa sulit yang dialami oleh perempuan yang mengalami *body shaming*.

3) Masyarakat

Memberikan pandangan atau gambaran bagi masyarakat khususnya perempuan yang merasakan hal sama sehingga mampu memberikan pemikiran yang menolong dalam menghadapi berbagai masalah yang berat terkait *body shaming*.

E. Kajian Pustaka

Kajian Pustaka ini untuk menghindari plagiasi dan kesamaan dengan peneliti lainya yang sejenis diantaranya adalah:

Pertama, penelitian (skripsi) yang dilakukan oleh Mega Ristanti Fakultas Psikologi Dan Ilmu Social Budaya dengan judul “Penerimaan Diri Dan Harga Diri Pada Wanita Yang Mengalami Body Shaming” Universitas Islam Indonesia 2021 Yogyakarta. dengan menggunakan penelitian kuantitatif dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri dan harga diri pada Wanita yang mengalami body shaming diindonesia, subyek penelitian sebanyak 103 orang Wanita dengan usi 18-40 tahun yang beada di beberapa wilayah diindonesia. Dari penelitian dilakukan diketahui ternyata penerimaan diri yang semakin tinggi maka semakin tinggi juga harga diri Wanita yang pernah mengalami body shaming.²⁸

Dari penelitian diatas peneliti sama sama membahas penerimaan diri pada Wanita/perempuan yang membedakannya adalah penelitian diatas menggunakan penelitian kuantitatif sedangkan peneliti menggunakan penelitian kualitatif. Dari jumlah subyek juga berbeda serta tempat.

Kedua, penelitian skripsi yang dilakukan oleh Anastasia Karisa Paskarina Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Dengan Judul “Penerimaan Diri Wanita Yang Menjanda Setelah Suami Meninggal (Study Kasus Pada Dua Janda Diparoki Baciro Yogyakarta) Universitas Senata Dharma Yogyakarta 2018. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang penerimaan diri pada Wanita yang tinggal sendiri tanpa suami (menjanda), tahu kemampuan wanita yang hidup menjanda dalam mengatasi masalah arena suami meninggal. jenis penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan metode study kasus. Responded terdiri dari 2 orang janda. Dari penelitian ini terdapat hasil bahwa kedua Wanita janda ini memiliki penerimaan diri yang baik Nampak pada kemampuan mengatasi masalah.²⁹ Dari penelitian ini kita sama sama membahas penerimaan diri dengan menggunakan penelitian kualitatif yang membedakan adalah isu dari masalah, tempat serta subyek yang diteliti.

²⁸ Mega Ristanti, *Skripsi*, “Penerimaan Diri Dan Harga Diri Pada Wanita Yang Mengalami Body Shaming” Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, 2021.

²⁹ Anastasia Karisa Paskarina, *Skripsi*, “Penerimaan Diri Wanita Yang Menjanda Setelah Suami Meninggal(Study Kasus Pada Dua Janda Di Paroko Baciro Yogyakarta), Universitas Senata Dharma Yogyakarta, 2018.

Ketiga, penelitian skripsi yang dilakukan oleh Ani Latifah Khoiriyah Fakultas Psikologi Dengan Judul “ Hubungan Ketidak Puasan Tubuh Dengan Penerimaan Diri Pada Peremouan Usia Dewasa Awal (18- 25 Tahun) Dikota Malang’ Universitas Islam Negeri Malang 2019. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan pengambilan data Teknik sampling insidental. subyek dalam penelitian ini yaitu perempuan usia kisaran 18-25 tahun dikota malang dengan jumlah responden 100 orang. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas perempuan usia dewasa awal memiliki ketidakpuasan tubuh dan penerimaan diri yang sama tinggi. Hal ini terbukti keduanya memiliki hubungan yang positif.³⁰ Dari penelitian ini sama- sama membahas penerimaan diri tetapi berbeda karena jumlah variabelnya dan menggunakan metode penelitian yang berbeda, serta tempat dan jumlah subyeknya berbeda.

Keempat, penelitian (skripsi) yang dilakukan Nurul Aida Mashitoh Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Dengan Judul “Body Shaming Pada Mahasiswa Generasi Milenial Universitas Negeri Semarang” Penelitian ini menggunakan kuantitatif deskriptif. Dengan populasi 15. 438 dan menggunakan sample 350 terdiri dari mahasiswa berusia diantara 19-25 tahun dari fakultas Bahasa dan seni, ilmu keolahragaan, hukum dan Teknik. Hasil penelitian menunjukkan, bahwa mahasiswa milenial di Unnes terkait body shaming terhitung sedang. Sedangkan usia remaja menuju dewasa awal masuk dalam kategori rendah.³¹

Dari penelitian diatas dengan peneliti sama membahas body shaming namun berbeda dalam menggunakan metode penelitian yang mana penelitian diatas menggunakan penelitian kuantitatif sedangkan peneliti menggunakan penelitian kualitatif, tempat dan subyek penelitian pun berbeda.

³⁰ Ani Latifah Khoiriyah, *Skripsi*, “Hubungan Ketidak Puasan Tubuh Dengan Penerimaan Diri Pada Perempuan Usia Dewasa Awal (18-25tahun) Dikota Malang”, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2019.

³¹Nurul aida mashitoh, *skripsi*, ”body shaming pada mahasiswa generasi milenial di universitas negeri semarang” fakultas ilmu Pendidikan universitas negeri semarang, 2020.

F. Sistematika Kepenulisan

Sistematika penulisan merupakan suatu susunan atau urutan dari penulisan skripsi untuk memudahkan dalam memahami isi skripsi ini, maka dalam sistematika penulisan, peneliti membagi dalam lima bab.

Bab I. Pendahuluan, terdiri dari latar belakang masalah, definisi operasional, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, telaah pustaka.

Bab II. Landasan teori, dalam penelitian ini landasan teori berisi tentang: 1) standarisasi kecantikan meliputi: pengertian kecantikan, kriteria kecantikan. 2) penerimaan diri yang meliputi: pengertian, faktor-faktor penerimaan diri, karakteristik penerimaan diri dan aspek-aspek penerimaan diri. 3) body shaming yang meliputi: pengertian body shaming, aspek-aspek body shaming, factor yang mempengaruhi body shaming.

Bab III. Metode penelitian, berisi tentang pendekatan dan jenis penelitian, Tempat dan Waktu Penelitian, Subyek dan Obyek, sumber data penelitian, Metode pengumpulan data, dan Analisis data.

Bab IV. Hasil Penyajian dan Analisis, berupa Deskripsi subyek penelitian, penyajian data dan analisis data meliputi: pembahasan mengenai gambaran body shaming yang dialami perempuan korban body shaming, pandangan standarisasi kecantikan menurut korban body shaming, pembahasan penerimaan diri pada perempuan korban body shaming.

Bab V. Kesimpulan, berupa kesimpulan, saran-saran, dan penutup.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Standar Kecantikan

1. Pengertian Cantik

Berdasarkan Universal Feature of Beauty, wajah yang dianggap cantik ideal adalah yang memiliki warna kulit putih/cerah, hidung mancung dan ramping, mata lebar.³² Berbeda dengan Universal Feature of Beauty cantik menurut Wendy Chapkins merupakan politik penampilan yang tidak terbatas pada segi psikologi dan nilai seni dari perempuan dan laki-laki secara individual, tetapi telah menjadi mesin kebudayaan global, melibatkan iklan, media dan industri dalam konstruksi standar normatif dari kecantikan yang harus dicapai setiap perempuan di seluruh dunia.³³ Sedangkan menurut marta tilaar konsep kecantikan terdiri dari dua jenis yaitu kecantikan lahiriah dan kecantikan batiniah. Kecantikan lahiriah adalah keelokan wajah dan tubuh dan kecantikan batiniah digambarkan dari kebaikan perilaku yang terpancar dari dalam diri.³⁴

Naomi wolf mengatakan sesungguhnya usaha agar menjadi sosok perempuan yang memiliki paras cantik merupakan bagian dari budaya untuk perempuan itu sendiri. Maksudnya penampilan pada seorang perempuan adalah sebuah betuk mitos kecantikan sehingga membuat para perempuan terlihat menarik serta mendapatkan pengakuan dari teman atau lingkungannya. Oleh arena itu memiliki penampilan menarik dan memukai merupakan dampaan perempuan untuk memenuhi harsat mereka dalam mempercantik diri.³⁵

³²D Berry, *Health Communication Theory and Practice*, Open University Press. Dikutip oleh khansa maura syahrana dkk, "representasi perempuan jepang sebagai standar dalam iklan shinzui body lotion edisi tahun 2015", jurnal AUDIENS, Vol. 3, N. 1, 2020. Hlm 3

³³ In rizkiyah dan nurliana cipta apsara, "strategi coping perempuan terhadap standarisasi cantik dimasyarakat", jurnal perempuan, agama dan jender, Vol. 18, No. 2. 2019. Hlm 134

³⁴ Marta Tilaar, *Kecantikan Perempuan Timur*, (IndonesiaTera: 1999)

³⁵ Naomi Wolf, *Mitos Kecantikan:Kala Kecantikan Menindas Perempuan*, Diterjemahkan Oleh Alia Swastika. (Yogyakarta: Niagara, 2020) Dikutip Dari Julinar Cherish Wiharsari "Mitor Kecantikan Dan Pemanfaatan Produk Kosmetik Wajah Pada Mahasisi Surabaya", Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik, Universitas Airlangga. Hlm 4

Berbagai pendapat diatas sejatinya nyatanya cantik itu bukan mengenai sebuah fisik saja terlepas dari itu pengertian cantik sangat luas. Dapat diartikan cantik adalah sebuah hal yang dimiliki perempuan baik itu fisik, perilaku dan pemikiran. Namun standar kecantikan sudah ditetapkan tanpa disadari sejak lama. Persepsi masyarakat mengenai cantik terbatas hanya pada penampilan fisik. Sebagaimana disebutkan oleh Worotitjan, pembentukan standar kecantikan merupakan dampak dari budaya patriarki yang sudah diwariskan dari generasi ke generasi. Pengaktualan standar kecantikan terbagi menjadi 2 (dua) unsur yaitu kecantikan yang dilihat dari luar (fisik), dan kecantikan dari dalam (batiniah). Meningkatnya penggambaran dan internalisasi perempuan akan kecantikan dan bagaimana mereka mendapatkan bentuk tubuh dan wajah seperti yang terpampang dalam media ini menjelaskan bagaimana media massa berpengaruh terhadap cara maupun aturan seseorang dalam berpenampilan.

Konsep kecantikan setiap negara berbeda-beda, dan ini juga berdasarkan suka dan ras negara atau daerah tertentu. Seperti di Afrika, rahasia kecantikan perempuan dilihat dari bibir, bibir yang tebal sedemikian rupa Nampak cantik dan menarik, bahkan semakin tinggi status social mereka, semakin lebar bibirnya. Sedangkan di negara Sakura/jepang kriteria perempuan cantik yaitu kulit yang mulus, leher yang jenjang serta tubuh yang mungil sebagai mana mereka menjaga pola makan, melakukan olahraga teratur, konsumsi makanan rendah lemak namun tinggi protein.³⁶

Salah satu fakta paling mencolok tentang kecantikan adalah kecantikan itu penting di seluruh dunia. dalam setiap budaya, beberapa orang dianggap lebih menarik daripada yang lain. Sementara kecantikan dianggap sebagai sifat penting dalam setiap budaya, tidak ada standar kecantikan tunggal atau ideal. dalam beberapa budaya, standar kecantikan terkait dengan faktor ekonomi.

³⁶ Ira Wirasari, “Kajian Kecantikan Kaum Perempuan dalam Iklan”, Jurnal Demandia, Vol. 01, No 02, September 2016. Hlm. 151

Penilaian kecantikan ini dapat dilihat dari fenomena kontes kecantikan yang hampir ada di mana-mana di seluruh dunia. Salah satu contoh paling dramatis dari variasi lintas budaya dalam standar kecantikan adalah sejauh mana lemak tubuh dinilai. Nilai yang melekat pada tubuh langsing dalam budaya Eropa-Amerika didokumentasikan dengan baik: kebanyakan wanita dalam konteks ini ingin menjadi lebih kurus, dan wanita yang lebih berat cenderung tidak puas dengan berat badan mereka.

Gambar media populer mewakili wanita ramping sebagai wanita yang bergengsi dan menarik, dan laporan medis menekankan konsekuensi kesehatan yang berbahaya dari tingkat lemak tubuh yang tinggi. Penekanan pada ketipisan ini, bagaimanapun, tidak terbatas pada konteks Euro-Amerika. dalam International Body Project, para peneliti mempelajari lebih dari 7.000 pria dan wanita di 41 lokasi di seluruh wilayah dunia. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa wanita ramping dinilai lebih menarik daripada wanita gemuk di setiap budaya industri yang diteliti, dengan peserta di Korea menilai tingkat ketipisan paling ekstrem. Preferensi untuk lemak tubuh pria, bagaimanapun, bervariasi secara substansial lintas budaya.³⁷

Ahli konstruksi menekankan bahwa standar kecantikan saat ini tidak dapat dielakkan dan sering kali menyiratkan bahwa standar tersebut tidak ditentukan atau sangat dipengaruhi oleh faktor biologis. Misalnya, orang-orang dari berbagai wilayah di dunia berbeda secara substansial dalam tipe tubuh mereka, termasuk warna kulit, tekstur rambut, jumlah rambut tubuh, dan struktur wajah. dalam budaya Eropa-Amerika, orang-orang dengan ciri fisik yang terkait dengan kulit putih secara tradisional dianggap lebih cantik (misalnya, kulit terang dan rambut panjang yang tergerai). Konstruksionis sosial mengusulkan bahwa tidak ada yang lebih menarik secara bawaan tentang kulit terang dan rambut halus panjang: kita tidak dilahirkan dengan preferensi ini. Sebaliknya, kita belajar sifat mana yang dihargai dalam

³⁷ David Frederick, Dkk, "beauty Standards" the international encyclopedia of human sexuality, first edition. Edited by Patricia whelehan and anne Bolin. INDD. 00022200805, 2015. Hlm 2-5.

konteks budaya kita. Menurut konstruksionis sosial, apa yang kita anggap menarik bervariasi secara dramatis di sepanjang zaman dan budaya, dan lebih terkait dengan sistem kepercayaan sosial daripada preferensi yang berkembang. Misalnya, dalam masyarakat kapitalis, perspektif konstruksionis sosial akan menekankan bagaimana perusahaan pemasaran dapat menciptakan atau memperbesar kekhawatiran orang terhadap tubuh mereka, yang pada gilirannya menyebabkan orang membelanjakan lebih banyak untuk produk peningkat kecantikan.³⁸

2. Karakteristik Kecantikan Perempuan Sunda

dalam tafsir *ayat suci lenyepaneun* karya Moh. E. Hasim yang merupakan karya tafsir mengenai ayat-ayat perempuan yang dijelaskan dan diuraikan dengan akomodasi budaya sunda. Gambaran kecantikan perempuan sunda dalam penafsiran Moh E. Hasim dalam kalimat *walaw a'jabatkum* (walaupun dia menarik hati) al-baqarah (2): 221:

“Mojang lenjang ngalempereng koneng atawa jangjing kulitna semu hejo carulang, panon cureuleuk beungeutna ngadaun seureuh, pendekna mah ti luhur sasemet buuk ti handap sausap dampal matak moho nu nenjo, geulis pilih tanding endah taya papadana matak ibur salelembur matak ear sajajagat. Tapi hanjakal sanajan geulis andalemi ampuh timpuh pikayungyuneun pikaheroyeun geuning dipiamis buah gantung, atina midua pikir ngijing sila bengkok sembah ka Nu Maha Kawasa, musyrikat nu dila”nat ku Mantenna. Kageulisan pamikat jajaka nepi ka matak gandrung liwung kapingrurung teh henteu lana umur geus tunggang gunung paling-paling ngan kari urutna, nya kolot nya peot, karajap-kerejep siga nu kapireupeunan. Kageulisan nu dijieun kaanguhan jeung angkeuhan teh luntur ku umur laas ku jaman, tapi iman nu ngancik dina ati suci, teu unggut kalinduan teu gedag kaanginan, manteng nepi ka kalanggengan. Ku sabab eta dina milih pibatureun sakasur omat ulah bolbol kabongroy ku bahenol, sanajan hideung tapi buah manggu leuwih alus batan lobi-lobi nu beureum euceuy”³⁹

³⁸ David Frederick, Dkk, “beauty Standards” the international encyclopedia of human sexuality, first edition. Edited by Patricia whelehan and anne Bolin. INDD. 00022200805, 2015.

³⁹ Jajang A Rohmana, “Tafsir Al-Qur’an Dari Dan Untuk Orang Sunda: Ayat Suci Lenyepaneun Karya Moh. E. Hasim (1916-2009), *Journal Of Qur’An And Hadīth Studies* Vol. 9 No. 1, January-Juni 2020. Hlm 14-15

Terjemahan: Perempuan tinggi semampai berkulit kuning, bagus antara hitam dan kuning, matanya bagus, wajahnya bulat seperti daun sirih, singkatnya dari atas sampai bawah membawa daya tarik yang melihat, cantik tak tertandingi, sangat indah, menjadi pembicaraan orang sekampung. Namun, sayang sekali meski cantik, sopan, lucu, menarik hati, tetapi yang disangka baik itu ternyata sebaliknya, hatinya munafik, tidak taat pada Yang Maha Kuasa, musyrik yang dilaknat oleh-Nya. Kecantikan pemikat perjaka sampai membuat digandrungi ternyata tidak abadi ketika umur sudah semakin tua paling hanya tinggal bekasnya, tua dan keriput, berkedip seperti kelilipan. Kecantikan yang dijadikan kesombongan dan andalan ternyata luntur oleh umur, hilang oleh waktu, tetapi iman yang ada di hati suci, tidak akan goyah terkena gempa, tidak berubah terkena angin, tetap kuat sampai ke alam keabadian. Oleh sebab itu, dalam memilih teman sekasur (istri) jangan sampai tergoda oleh kebahenolan, meskipun hitam tapi buah manggis itu lebih bagus dari pada buah lobi-lobi yang merah merona.

dalam tafsir ini kecantikan perempuan sunda adalah dia yang bertubuh tinggi semampai, berkulit kuning baik antara hitam dan kuning, mata yang bagus berbinar-binar, wajah lebih cenderung bulat seperti daun sirih, dan memiliki perilaku yang baik, hati yang suci karena hilang kecantikan perempuan sunda apabila dalam diri memiliki hati yang munafik tidak taat beribadah dan melakukan kemusyrikan.

3. Karakteristik Kecantikan Perempuan Modern

Konsep kecantikan dengan seiringnya waktu mengalami perubahan, dari kecantikan yang klasik hingga sekarang memasuki kecantikan yang modern. Saat ini kecantikan sering dikonstruksikan oleh media lewat penggunaan model yang memiliki karakter tertentu. Saat ini sudah menjadi persoalan bahwasanya ada satu standar kecantikan yang digunakan hampir diseluruh dunia. Tak terkecuali negara Indonesia yang mana sekarang standar kecantikan yang dipasarkan adalah Wanita jepang dan korea.

Dimana mereka memiliki tubuh yang langsing atau disebut proposional, kulit putih bersih, kaki yang jengjang, bibir berwarna pink alami.⁴⁰

Standar kecantikan perempuan modern lebih dimunculkan lewat media, oleh karena itu bentuk-bentuk pengidealisasi rupa perempuan dapat terlihat jelas lewat film, televisi, iklan produk kecantikan, dan media cetak, seperti koran dan majalah. Tidak jarang suatu standar kecantikan membawa bahaya bagi perempuan. bahayanya dapat bersifat fisikis, psikologis, materi.⁴¹ Yang mana apabila mereka merasa tidak memenuhi standar yang ada, mereka akan membuat tubuh lebih cantik dengan melakukan diet, perawatan mahal, melakukan olahraga. Namun disamping itu apabila cara-cara yang digunakan tidak baik dan benar maka efek sampingnya tubuh menjadi mengalami gangguan pencernaan, uang akan habis untuk perawatan bahkan rela melakukan hutang agar terlihat cantik, dan ujung-ujungnya stress akan melanda, kecemasan karena tidak mampu mencapai standar yang ada dan gangguan fisikologis lainnya.

4. Kecantikan dalam Perspektif Islam

Kecantikan merupakan hal yang dapat membuat manusia dikenal orang banyak serta membuat cintranya semakin tinggi, baik berbentuk akhlak, perilaku, kekayaan serta rupa. Disampaikan dalam Al-Qur'an surat At-tin ayat 4, yang berbunyi:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

Artinya: “*sesungguhnya telah kami ciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya*” (Q. S At-Tin:4)

dalam Bahasa arab, kecantikan disampaikan dengan kata al-jamilah (kecantikan) serta al-husna (cantik/baik). Al jamal menurut ibn sayyidih

⁴⁰ Angry Windasari, Mutia Rahmi Pratiwi, Amida Yusriana, “ Pemaknaan Kecantikan Sebagai Putih Jepang dalam Iklan Shinzui Body Cleanser” *Jurnal Informasi Kajian Ilmu Komunikasi*, Vol. 47, No. 1, Juni 2017. Hlm 35

⁴¹ Elvira Nainggolan, Retno Purwanti, “Penyadaran Bahaya Standarisasi Kecantikan Pada Iklan Kosmetik Melalui Iklan Layanan Masyarakat” *Jurnal Ideologi*, Vol. 2, No. 2. Hlm 155

merupakan kecantikan yang bersumber dari perilaku atau rupa manusia. Sedangkan al-husn berasal dari sifat perilaku atau akhlak manusia.⁴²

Jadi bisa disimpulkan dalam pandangan Islam kecantikan terdiri dari kecantikan *inner beauty* (al-husn) dan kecantikan dari luar (al-Jamilah). Kecantikan dari luar bisa dilihat dari rupa, cara berbusana, serta dari badan. Sedangkan kecantikan dari dalam atau inner beauty terlihat dari bagaimana perempuan dalam bersikap, bertutur kata, dan ungkapan-ungkapan yang lembut serta sopan. Berbicara dengan kecantikan luar atau ragawi Islam mewajibkan kaum perempuan untuk menjaga auratnya dengan berpakaian yang tertutup serta sopan. Karena aurat merupakan hal yang berharga serta sebuah hal yang harus dijaga kehormatannya. Dan merupakan bagian dari identitas sebagai perempuan Muslimah. Tidak hanya itu saja akhlak yang mulia sangat dijunjung dalam Islam karena merupakan barometer terhadap kebahagiaan, kenyamanan, keamanan, serta ketertiban dalam masyarakat.⁴³

B. Penerimaan Diri

1. Pengertian Diri

Menurut Hurlock penerimaan diri merupakan salah satu bentuk kepribadian individu yang sehat, di mana penerimaan tersebut memiliki beberapa macam, diantaranya penerimaan terhadap kenyataan, penerimaan terhadap social, penerimaan dalam control emosi serta penerimaan terhadap tanggung jawab.⁴⁴ Hurlock⁴⁵ juga menyatakan bahwa penerimaan diri merupakan ungkapan rasa penghargaan atau penilaian terhadap diri secara objektif, pada kondisi nyata individu dan dapat hidup dengannya. Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik. Semakin banyak orang yang

⁴² Ibn Taymiyyah al-Harrani & Ibn al-Qayyim al-Jawziyyah, *Cantik Luar dalam* (Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta, 2008). hlm. 11-12

⁴³ Is Nurhayati, "Pendidikan Akhlak dalam Berpakaian Bagi Perempuan Menurut Surat An-Nur Ayat 31 Dan Al-Ahzab Ayat 59" *Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 3, No. 1, 2020. Hlm. 3

⁴⁴ Fatimul Mufidatu Z, Yulia Salichatun, "Study Penerimaan Diri Remaja Yang Memiliki Keluarga Tiri Di Desa Banjarsaro Kabupaten Tulungagung" *PSIKOISLAMIKA. Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 13, No. 1, Tahun 2016. Hlm 30

⁴⁵ Novi Manja Sari, Indriyati Eko Purwaningsih, "Hubungan Kebermaknaan Hidup Dengan Penerimaan Diri Pada Kaum Waria Diyogyakarta" *Jurnal Spirits*, Vol. 3, No. 1, November 2012. Hlm 78

menyukai dan menerima mereka, maka individu akan semakin senang dengan dirinya sendiri serta bertambah tingkat penerimaan dirinya, tentu hal tersebut dapat mendukung penyesuaian pribadi dan sosial yang baik.⁴⁶ Penerimaan diri sangat tergantung dari konsep diri yang dimiliki oleh individu.

Menurut Aderson penerimaan diri merupakan keberhasilan menerima kelebihan dan kekurangan diri yang sebagai mana adanya, maksudnya menerima bahwa kita telah memiliki karakter diri dan dasar yang mampu membentuk kepribadian rendah hati dan berintegritas.⁴⁷

dalam pandangan Islam penerimaan diri disebut juga dengan *Qana'ah*. *Qana'ah* Adalah salah satu sifat dalam Islam dimana seseorang yang tetap ridha, rela, dan merasa cukup atas apa yang telah Allah berikan, dan menjauhkan diri dari perasaan tidak puas dengan apa yang telah dimiliki atau diberikan oleh Allah. Tetapi, seseorang yang *qana'ah* harus tetap usaha dengan maksimal dalam menjalani hidupnya sehingga mampu menyikapi dengan sabar terhadap masalah yang dihadapi serta berusaha untuk tetap kuat.⁴⁸

2. Ciri Ciri Penerimaan Diri

Ciri-ciri penerimaan diri menurut Shereer⁴⁹ sebagai berikut:

a. Perasaan sederajat.

Individu merasa dirinya berharga sebagai manusia yang sederajat dengan orang lain, sehingga individu tidak merasa sebagai orang yang

⁴⁶Elisabet B Hurlock, (1978). *Child Development Sixth Edition* Diterjemahkan Oleh Dr. Med. Meita Sari Tjandrasa Dengan Judul *Perkembangan Anak Jilid2*. (Jakarta: Erlangga, 1987) Dikutip Dari Fatimul Mufidatu Z, Yulia Salichatun, “ Study Penerimaan Diri Remaja Yang Memiliki Keluarga Tiri Di Desa Banjarsaro Kabupaten Tulungagung” *PSIKOISLAMIKA. Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 13, No. 1, Tahun 2016. Hlm 30

⁴⁷ Vera Permatasari, Witrin Gamayanti, “Gambaran Penerimaan Diri (Self-Acceptance) Pada Orang Yang Mengalami Skizofrenia”, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 6, No. 1, Juni 2016. Hlm 140

⁴⁸ Iswant Saputro, Annisa Fitri Hasanti, Fuad Nashori, “ Qana'ah Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Kepuasan Hidup Dan Stress”, *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi*, Vol. 3, No. 1, 2017. Hlm 11

⁴⁹Berger, E. M, “The Relation Between Expressed Acceptance Of The Self And Expressed Acceptance Of Others”, *The Journal Od Abnormal And Social Psychology*, Vol. 47, No. 4, 1952. Hlm 778-782.

istimewa atau menyimpang dari orang lain. Individu merasa dirinya mempunyai kelemahan dan kelebihan seperti halnya orang lain.

b. Percaya kemampuan diri.

Individu yang mempunyai kemampuan untuk menghadapi kehidupan. Hal ini tampak dari sikap individu yang percaya diri, lebih suka mengembangkan sikap baiknya dan mengeliminasi keburukannya dari pada ingin menjadi orang lain, oleh karena itu individu puas menjadi diri sendiri.

c. Bertanggung jawab.

Individu yang berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya. Sifat ini tampak dari perilaku individu yang mau menerima kritik dan menjadikannya sebagai suatu masukan yang berharga untuk mengembangkan diri.

d. Orientasi keluar diri.

Individu lebih mempunyai orientasi diri keluar dari pada ke dalam diri, tidak malu yang menyebabkan individu lebih suka memperhatikan dan toleran terhadap orang lain, sehingga akan mendapatkan penerimaan sosial dari lingkungannya.

e. Berpendirian.

Individu lebih suka mengikuti standarnya sendiri dari pada bersikap conform terhadap tekanan sosial. Individu yang mampu menerima diri mempunyai sikap dan percaya diri yang menurut pada tindakannya sendiri dari pada mengikuti konvensi dan standar dari orang lain serta mempunyai ide aspirasi dan pengharapan sendiri.

f. Menyadari keterbatasan.

Individu tidak menyalahkan diri akan keterbatasannya dan mengingkari kelebihannya. Individu cenderung mempunyai penilaian yang realistik tentang kelebihan dan kekurangannya.

g. Menerima sifat kemanusiaan.

Individu tidak menyangkal impuls dan emosinya atau merasa bersalah karenanya. Individu yang mengenali perasaan marah, takut dan

cemas tanpa menganggapnya sebagai sesuatu yang harus diingkari atau ditutupi. Berdasarkan uraian diatas maka ciri-ciri penerimaan diri adalah memiliki perasaan sederajat dengan orang lain, percaya diri, bertanggung jawab, orientasi keluar diri, berpendirian, menyadari keterbatasan diri dan menerima sifat kemanusia.

Menurut Jersild⁵⁰, ciri-ciri penerimaan diri dibagi menjadi 5:

- a. Orang yang menerima dirinya memiliki harapan yang realistis pada kondisi dirinya serta memiliki harga diri pada hidupnya. Maksudnya individu ini memiliki harapan yang berbanding lurus dengan kemampuannya.
- b. Memiliki keyakinan pada standar dan pengetahuan pada dirinya tanpa memikirkan pendapat orang lain.
- c. Mampu menilai sampai mana Batasan terhadap kemampuan diri tanpa melihat dirinya secara tidak masuk akal.
- d. Mengetahui bahwa dirinya memiliki kemampuan serta merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang ingin dilakukan.
- e. Menyadari bahwa setiap orang memiliki kekurangannya masing-masing sehingga tidak menyalahkan dirinya atas kekurangan yang dimiliki.

Menurut allpoort dalam aryani tri wrastari⁵¹, individu yang memiliki penerimaan diri akan menunjukkan ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Memiliki pandangan yang positif terhadap dirinya sendiri
- b. Mampu mengelola serta mampu bertoleransi terhadap rasa frustrasi serta kemarahan
- c. Mampu bersosialisasi dengan lingkungan sosialnya, tidak memiliki atau membuat konflik dengan orang lain karena sebuah kritikan atau hal-hal yang memicu.

⁵⁰ Vera Permatasari, Witrin Gamayanti, "Gambaran Penerimaan Diri (Self-Acceptance) Pada Orang Yang Mengalami Skizofrenia", *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 3, No. 1, Juni 2016. Hlm 114

⁵¹ Akbar Heriyadi, "Meningkatkan Penerimaan Diri (Self Acceptance) Siswa Kelas VIII Melalui Konseling Realita Di SMP Negeri 1 Bantarbolang Kabupaten Pemalang Tahun Ajaran 2012/2013", *Skripsi* (Semarang: Universitas Negeri Semarang, 2013). hlm 19

- d. Mampu mengelola kondisi terkait emosi yang dia miliki seperti depresi, rasa marah, ketakutan serta kecemasan, dan lain sebagainya.
3. Faktor-faktor yang Membentuk Penerimaan Diri.

Menurut Hurlock⁵² ada beberapa factor yang membentuk penerimaan diri seseorang, yaitu;

- a. Pemahaman diri (*self understanding*).

Pemahaman diri merupakan persepsi diri yang ditandai oleh genuiness, realita, dan kejujuran. Semakin seseorang memahami dirinya, semakin baik penerimaan dirinya.

- b. Harapan yang realistis.

Ketika seseorang memiliki harapan yang realistis dalam mencapai sesuatu, hal ini akan mempengaruhi kepuasan diri yang merupakan esensi dari penerimaan diri. Harapan akan menjadi realistis jika dibuat sendiri oleh diri sendiri.

- c. Tidak adanya hambatan dari lingkungan (*absence of environment obstacles*).

Ketidakmampuan dalam mencapai tujuan yang realistis, dapat terjadi karena hambatan dari lingkungan yang tidak mampu dikontrol oleh seseorang seperti diskriminasi ras, jenis kelamin, atau agama. Apabila hambatan-hambatan itu dapat dihilangkan dan jika keluarga, peer atau orang-orang yang berada disekelilingnya memberikan motivasi dalam mencapai tujuan, maka seseorang akan mampu memperoleh kepuasan terhadap pencapaiannya.

- d. Sikap social yang positif.

Jika seseorang telah memperoleh sikap social yang positif, maka ia lebih mampu menerima dirinya. Tiga kondisi utama menghasilkan evaluasi positif antara lain adalah tidak adanya prasangka terhadap seseorang, adanya penghargaan terhadap kemampuan-kemampuan social dan kesediaan individu mengikuti tradisi suatu kelompok social.

⁵² Angga Wijanarko, Annastasia Ediati, "Penerimaan Diri Pada Orangtua Yang Mengalami Anak Skizofrenia (Sebuah Interpretative Phenomenological Analysis), *Jurnal Empati*, Vol. 5, No. 3 Agustus 2016. Hlm 141

e. Tidak adanya stress yang berat.

Tidak adanya stress atau tekanan emosional yang berat membuat seseorang bekerja secara optimal dan lebih berorientasi lingkungan daripada berorientasi diri dan lebih tenang dan bahagia.

f. Pengaruh keberhasilan.

Pengalaman gagal dapat menyebabkan penolakan diri, sedangkan meraih kesuksesan akan menghasilkan penerimaan diri. Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik. Sikap ini akan menghasilkan penilaian diri yang positif dan penerimaan diri. Proses identifikasi yang paling kuat terjadi pada masa kanak-kanak. Perspektif diri yang luas. Seseorang yang memandang dirinya sebagaimana orang lain memandang dirinya akan mampu mengembangkan pemahaman diri daripada seseorang yang perspektif dirinya sempit. Pola asuh yang baik pada masa anak-anak. Pendidikan di rumah dan sekolah sangat penting, penyesuaian terhadap hidup, terbentuk pada masa kanak-kanak, karena itulah pelatihan yang baik di rumah maupun sekolah pada masa kanak-kanak sangatlah penting. Konsep diri yang stabil. Hanya konsep diri positif yang mampu mengarahkan seseorang untuk melihat dirinya secara tidak konsisten.

4. Tahapan Penerimaan Diri

Ada beberapa tahapan yang dilalui dalam penerimaan diri, menurut Kubler Ross ada 5 tahapan penerimaan diri⁵³, yaitu:

a. Tahapan Penolakan (denial)

Penolakan merupakan sikap pertahanan, yang mana individu berusaha dalam mengelak kenyataan dari permasalahan yang dia hadapi. Ketika individu mengalami atau menyadari bahwa sedang berada dalam keadaan terendah dalam menjalani hidup, mereka mengalami ketidakpercayaan diri, mengalami kegelisahan, mengelak dan merasa cemas serta gugup. Serta penolakan ini berbentuk pertahanan pada diri yang

⁵³ Novira Faradina, "Penerimaan Diri Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus", *Jurnal Psikoborneo*, Vol. 4, No. 1, 2016. Hlm 20

kurang berhasil, tersebut hanya mampu meredakan keadaan sesaat dan berdampak kecemasan berkepanjangan jika hanya mereda ditahap ini saja.

b. Tahapan Marah (*anger*)

Ketika tahapan penolakan tidak dapat bertahan, maka fase yang mengalami respon ini adalah emosional yaitu kemarahan. Individu cenderung menyalahkan keadaan yang dialami oleh dirinya, mempertanyakan mengapa hal ini dialami oleh dirinya, munculnya ketakutan yang mana mempertanyakan kemampuan diri dalam menghadapi masalah yang sedang dialami, dimana Ketika semakin banyak pertanyaan pertanyaan muncul tanpa ada jawaban maka perasan perasaan yang lainnya timbul yaitu perasaan marah.

c. Tahapan depresi (*depression*)

Depresi layaknya terjadi Ketika stress yang dihadapi oleh seseorang tidak kunjung mereda serta depresi yang dialami berhubungan dengan peristiwa yang saat-saat ini dialami atau terjadi oleh individu itu sendiri. Perasaan putus asa serta tak berdaya akan muncul. Tentu hal ini dapat kita lihat dengan individu yang kehilangan atau malah meningkat nafsu makannya, gangguan pola tidur / insomnia. , mudah menangis, turunnya atau bahkan hilangnya harga diri, kehilangan konsentrasi, menurunnya minat dilingkungan sekitar, memilih menyendiri, muncul perasaan ragu-ragu, serta hilangnya ketertarikan pada dunia luar.

d. Tahapan tawat-menawar (*bergainning*)

Penawaran ini merupakan sesuatu bentuk kesepakatan terhadap Tuhan, yang mana individu ini menyetujui atau memutuskan untuk terikat terhadap sebuah aktifitas religi atau mencoba untuk lebih mendekatkan diri kepada sang pencipta dan menurunkan egonya sehingga mampu memperbaiki kondisi yang dihadapi saat ini.

e. Tahapan Penerimaan (*acceptance*)

Individu yang mampu menerima dirinya dapat lebih gampang dalam memahani kondisi yang ada pada dirinya, mempunyai harapan,

serta tujuan hidup, dan melalui keinginannya itu diharapkan mampu mencapai segala keinginannya tersebut. Karna akhir dari penerimaan adalah menerima nasib.

Dari pemaparan di atas mengenai tahapan-tahapan penerimaan diri kita bisa menggambarkan seperti apa individu dalam menerima diri disaat-saat tertentu. Tidak semua orang mampu melakukan 5 tahapan yang sudah disampaikan tersebut. Jadi kita harus melihat individu terlebih dahulu.

5. Dampak Penerimaan Diri

Hurlock⁵⁴ membagi dampak penerimaan diri menjadi dua kategori:

a. dalam penyesuaian diri.

Mampu mengenali kelebihan dan kekurangannya, memiliki keyakinan diri (self confidence) dan harga diri (self esteem), lebih bisa menerima kritik, penerimaan diri yang disertai dengan rasa aman memungkinkan seseorang untuk menilai dirinya secara lebih realistis sehingga dapat menggunakan potensinya secara efektif.

b. dalam penyesuaian social.

Orang yang memiliki penerimaan diri akan merasa aman untuk menerima orang lain, memberikan perhatiannya pada orang lain, menaruh minat terhadap orang lain, seperti menunjukkan rasa empati dan simpati.

Hurlock menyatakan adanya sejumlah faktor yang dapat mempengaruhi penerimaan diri seseorang, diantaranya adalah harapan yang realistis, keberhasilan, pengenalan diri, wawasan sosial dan konsep diri yang stabil.⁵⁵

⁵⁴Vera Permatasari, Witrin Gamayanti, “ Gambaran Penerimaan Diri (Self Eceptence) Pada Orang Yang Mengalami Skizofrenia” *Psymphathic, Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 3, No. 1, Juni 2016. 142

⁵⁵Angga Wijanarko, Annastasia Ediati, “Penerimaan Diri Pada Orangtua Yang Mengalami Anak Skizofrenia (Sebuah Interpretative Phenomenological Analysis), *Jurnal Empati*, Vol. 5, No. 3 Agustus 2016. Hlm 425.

C. *Body Shaming*

1. Pengertian *Body Shaming*

Menurut Gilbert “*Body shaming can be interpreted as an attitude or behavior that looks at weight, body size and appearance of oneself and others*”, semuanya terkait tentang fisik yang dapat dilihat secara langsung atau tidak.⁵⁶ *Body shaming* memiliki ciri-ciri utama yaitu menilai, membandingkan, mengkritik penampilan seseorang baik secara langsung atau tidak. Fredricson dan Robert menjelaskan bahwa *body shaming* merupakan bentuk perilaku mengevaluasi penampilan diri maupun orang lain terhadap internalisasi standar kecantikan ideal.⁵⁷ Perbuatan *body shaming* sendiri malah sering dilakukan oleh orang-orang yang dianggap berada dipihak kita seperti keluarga, sahabat atau teman sepergaulan yang mana atas dasar agar kita termotivasi dengan kritiknya yang tanpa mereka sadara mereka sedang merusak mental kepercayaan diri seseorang.

Body shaming yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sebuah perilaku menilai, mengkritik atau membandingkan penampilan seseorang secara fisik yang dianggap tidak sesuai dengan standar yang ada. Perlakuan *body shaming* inilah yang di alami individu ketika kekurangan di pandang sebagai sesuatu yang negatif oleh orang lain dari bentuk fisik atau tubuhnya. Khususnya perempuan yang menjadi objek visual yang mana sering dituntut untuk terlihat cantik, menarik dan enak dipandang. Akhirnya banyak sekali para perempuan yang menjadi korban *body shaming* bahkan dampaknya mereka memiliki berbagai gangguan fisik ataupun psikologis.

Perlakuan *body shaming* ini juga di alami oleh para perempuan dalam penelitian ini. Mereka mengalami *body shaming* dari semenjak mereka kecil hingga saat ini dengan respon yang berbeda-beda. Berbagai

⁵⁶Yesi Febrianti Dan Kusnul Fitria, “Pemaknaan Dan Sikap Perilaku Body Shaming Dimedia Social (Studi Etnologi Digital Di Instagram), *Jurnal Media Dan Komunikasi*, Vol. 3, No. 1, September 2020. Hlm 13

⁵⁷ B. L Fredrickson & Roberts, T. A. , “Objectification Theory: Toward Understanding Women’s Lived Experiences And Mental Health Risks”, *Psychologyof Women Quarterly*, 1997. Dikutip Dari Sumi Lestari “Bullying Or Body Shaming? Young Women In Patient Body Dysmorphic Disorder” *Philanthrophy Journal Of Psychology*, Vol. 3, No. 2, 2019. Hlm 60

komentar yang orang layangkan terhadap dirinya pun sudah tidak tak terhitung lagi, mereka sudah mengupayakan agar berbagai cara untuk bisa dianggap cantik dilingkungannya seperti melakukan program diet, merawat tubuh dengan membeli barang barang yang mengeluarkan biaya cukup besar untuk kemampuan dirinya namun kritikan tetap saja dilontarkan orang-orang tanpa memikirkan mental serta upaya mereka dalam proses menghadapi hal tersebut.

dalam penelitian sanchez, good, Kwang dan saltman menyampaikan bahwa *body shaming* akan semakin meningkat apabila individu memiliki hubungan kedekatan satu dengan lainnya. Hal ini terjadi apabila seseorang menjalani relasi kedekatan yang cenderung fisik pasangan yang mana semakin intens dan dianggap sebagai bentuk hal yang wajar dan lumrah. Sejalan dengan hal ini, Dunn dan Gokee menjelaskan bahwa ada 3 tahap dalam hubungan interpersonal yang memiliki peran penting yaitu evaluasi atau penilaian mengenai refleksi diri, timbal balik pada penampilan fisik dan membandingkan diri dengan orang lain atau komprasi social.⁵⁸

2. Bentuk-bentuk *Body Shaming*

Body shaming merupakan bagian dari bentung bullying. Menurut coloros *bullying* atau perundungan adalah Tindakan bermusuhan yang dilakukan secara sadar dan disengaja yang bertujuan untuk menyakiti. Menurut Bauman, bentuk-bentuk bullying dibagi menjadi tiga yaitu overt bullying (intimidasi terbuka) merupakan perundungan fisik, dianggap sebagai suatu gurauan antar teman misal mendorong, memukul, memberi julukan nama, mengancam dan mengejek dengan tujuan untuk menyakiti, indirect bullying (indimidasi tidak langsung) contohnya mengucilkan korban, menyebarkan kabar yang tidak benar atau bergosip, perundungan seperti ini mungkin dianggap suatu hal sepela namun dampaknya pada

⁵⁸ Sumi Lestari, “Psikoedukasi Dampak Body Shaming Pada Remaja”, *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, Vol. 5, No. 2, 2020. Hlm 565

psikologis lebih kuat dan mengakibatkan *distress* emosional dari pada perundungan secara fisik, *cyberbullying* (intimidasi melalui dunia maya).⁵⁹

Bentuk-bentuk *body shaming* dimasyarakat sangat beragam, diantaranya adalah fat shaming, skinny atau thin shaming, rambut atau tubuh, dan terakhir warna kulit.

a. Fat shaming

Fat shaming ini jenis body shaming yang paling populer. Fat shaming adalah mencela atau mengomentari negatif kepada orang-orang yang memiliki badan gemuk atau over size (kelebihan berat badan).

b. Skinny atau Thin shaming

Skinny atau thin shaming ini kebalikan dari *fat shaming* tetapi memiliki dampak negatif yang sama. Bentuk *body shaming* jenis ini lebih sering mengarah pada perempuan, seperti mencela atau mengomentari negatif orang yang memiliki badan kurus.

c. Rambut atau Tubuh

dalam jenis *body shaming* ini biasanya mencela atau mengomentari negatif orang yang memiliki rambut berlebih di tubuh seperti dilengan atau di kaki. Dan pada umumnya menganggap bahwa orang yang memiliki rambut lebat pada beberapa bagian dianggap tidak menarik. Selain itu orang yang memiliki rambut berbeda dengan pada umumnya seperti gimbal, kriting, juga tidak luput dari celaan

d. Warna kulit

Body shaming yang satu ini sangat sering sekali didengar, *body shaming* terhadap warna kulit ini seering terjadi dan dilakukan terhadap orang yang memiliki kondisi kulit terlampau putih atau cenderung gelap.⁶⁰

⁵⁹ Tri Fajariani Fauzia, Lintang Ratri Rahmiaji, "Memahami Pengalan Bodi Shaming Pada Remaja Perempuan", <http://www.fisip.undip.ac.id> Diakses Tanggal 6 Bulan Juli 2022, Pukul 22:26. Hlm 4

⁶⁰Tri Fajariani Fauzia. , Dan Lintang Ratri Rahmiaji, "Memahami Pengalaman Body Shaming Pada Remaja Perempuan", *Jurnal*, Vol 7, No 3: Agustus 2019. Hlm 5

3. Dampak *Body Shaming*

Berdasarkan penelitian Ellasdotir⁶¹ menjelaskan bahwa *body shaming* memprediksi penyakit fisik dan laporan pada kesehatan fisik individu, hasil dalam penelitian ini menyatakan bahwa semakin tinggi *body shaming* yang dialami seseorang maka semakin tinggi resiko penyakit fisik yang diderita. Hal ini diperkuat penelitian Lemont⁶² tentang *body shaming* berkorelasi pada kesehatan fisik seseorang. Relevan dengan penelitian sebelumnya Moradi, Dirks dan Matteson⁶³ menyatakan bahwa *body shaming* ini mampu memprediksi adanya gangguan makan: *anorexia* dan *bulimia nervosa* serta *binge eating* lalu ada gangguan mental.

a. Anoreksia

Salah satu dampak dari *body shaming* pada Kesehatan mental yaitu *anoreksia*. Gangguan ini termasuk hal esktrim yang terjadi untuk menurunkan berat badan karena perlakuan buruk terhadap penampilan. Orang yang mengalami ini akan berusaha keras agar tubuhnya menjadi kurus. Jika gangguan ini sudah terjadi, perlu dilakukan perawatan yang sangat serius dan hati-hati dengan psikiater dan terapis.

b. Bulimia nervosa

Bulimia nervosa adalah gangguan makan dengan yang ditandai dengan pembersihan dan perhatian terhadap bentuk dan berat badan. Tujuan kegiatan ini adalah untuk mengeluarkan tubuh dari kalori yang dimakan dari proses *ase binging*. *Bulimia* sering dikaitkan dengan gangguan mental lainnya seperti depresi kecemasan, gangguan bipolar.

⁶¹ Elliasdotir, E. L. (2016). *Is Body Shaming Predicting Poor Physicalhealth And Is There A Gender Differences*. (2016). Hlm 1-18 Dikutip Dari Sumi Lesatari, "Bullying Or Body Shaming? Young Women In Patient Body Dysmorphic Disorder" *Philantrophy Journal Of Psychology*, Vol. 3, No. 2, 2019. Hlm 60

⁶² Lemont, J. M, *Trait body shame predicts healt outcome in college women:a longitudinal investigation*. (Springer science and business Media New York: 2015)

⁶³ Moradi, B. , Dirks, D. , & Matteson, A. V, "Roles of sexual objectification experiences and internalization of standards of beauty in eating disorder symptomatology: A test and extension of objectification theory" *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 52, 2005. Hlm 420–428

c. Binge eating disorder

Hal ini umumnya terjadi pada seseorang yang terlalu kurus, karena membuatnya akan makan tanpa henti. Dirinya akan berusaha keras agar dapat menambah berat badan dengan cepat, sehingga tidak diejek karena tubuhnya yang kurus. Bantuan dari psikolog atau spiketarer dapat membantu mengatasi ganggaun ini.

d. Gangguan mental

Gangguan mental disini yaitu diantaranya depresi, stress, mengalami rasa cemas, takut khawatir yang parah. Selain itu perasaan tidak mempunyai harapan dan semangat untuk hidup juga dapat terjadi yang berakhir pada keinginan untuk bunuh diri.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan study kasus. Dimana menurut yugiyono “pendekatan ini adalah pendekatan yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, yang digunakan pada kondisi objek yang alamiah dimana peneliti adalah sebagai instrument kunci”.⁶⁴ Menurut Anselm Strauss dan Juliet Corbin “penelitian kualitatif yaitu penelitian yang tidak perlu menggunakan bentuk hitungan atau prosedur static lainnya”.⁶⁵ Penelitian kualitatif bertujuan untuk mengerti fenomena apa yang terjadi pada subjek penelitian, misalnya motivasi, Tindakan, tanggapan dan lain sebagainya dengan cara deskripsi dengan menggunakan kata kata dan Bahasa, terhadap suatu kontes yang khusus alamiah, dengan menggunakan berbagai metode alamiah.⁶⁶

Sedangkan studi kasus sendiri merupakan pendataan dan penelaahan yang dilakukan dalam proses penelitian secara intensif, mendetail, men dalam, serta komprehensif terhadap suatu kasus. Secara lebih mendetail dijelaskan bahwa studi kasus adalah suatu metode yang digunakan untuk melakukan penyelidikan atau mempelajari sesuatu yang terjadi dan berhubungan dengan riwayat hidup perseorangan. Jadi informasi yang dibutuhkan dalam hal ini harus banyak dan menyeluruh.⁶⁷

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat yang digunakan untuk penelitian ini adalah salah satu Institusi Perguruan Tinggi yang ada di daerah Pangandaran beralamatkan Jl.

⁶⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*, (Bandung: Alfabeta, 2013). Hlm 15

⁶⁵ Anselm Strauss Juliet Corbin, *Basics of Qualitative Research, Terj* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), hlm 4.

⁶⁶ Abd hadi, *penelitian kualitatif study fenomenologi, case study, graounded theory, etnografi, biografi*, (banyumas: cv pena persada, 2021). Hlm 13

⁶⁷ Ahmad Tanzeh, *Pengantar Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Teras, 2009). Hlm 57

Raya Cigugur KM. 3 kompleks Pesantren babakan jamanis desa karang benda kecamatan Parigi kabupaten pangandaran provinsi jawa barat kode pos 46393.

2. Waktu Penelitian

Waktu yang dilakukan dalam penelitian ini dilakukan dari tanggal 3 Februari 2022 sampai selesai. Adapun penelitian dilakukan secara bertahap disesuaikan dengan tingkatan kebutuhan penulis, diawali dengan persiapan pendahuluan dari mulai surat keterangan (SK) judul diturunkan, penyusunan dan penyebaran angket, analisis dan pengumpulan serta pengolahan data, penulisan laporan skripsi, bimbingan skripsi, perbaikan skripsi.

C. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Sedangkan subjek penelitian adalah seseorang atau individu maupun kelompok yang dijadikan sebagai kesatuan kasus yang menyeluruh untuk diteliti dengan upaya merekonstruksinya.⁶⁸ Dari penyebaran angket disalah satu institusi Pendidikan dari 30 responden yang bersedia untuk diteliti hanya ada dua responden yang masuk dalam kriteria peneliti untuk dijadikan subyek. Kriteria yang ditentukan oleh peneliti yaitu sebagai berikut; (1) mengalami body shaming, (2) mahasiswi berusia 20-25 tahun, (3) pernah mengalami gangguan fisik/ psikologis akibat body shaming, (4) mengalami *insecurity*.

Dari kedua perempuan korban body shaming ini memiliki ciri ciri fisik sebagai berikut:

- a. Bernama IN, seorang mahasiwa usia 23 tahun, tinggi badan 145 cm, berat badan 38 kg, berkulit gelap.
- b. Bernama AI, seorang mahasiwa berusia 20 tahun, tinggi 162 cm, berat badan 120 kg, berkulit putih.

⁶⁸Ahmad Tanzeh, *Pengantar Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Teras, 2009), hal. 70

2. Objek Penelitian

Objek penelitian ini adalah standarisasi kecantikan dan penerimaan diri perempuan korban body shaming.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan informasi adalah sesuatu Langkah yang sangat baik dalam riset, tersebut memiliki tujuan utama ialah mendapatkan informasi. Apabila Metode informasi tidak dipunyai hingga tidak hendak mendapatkan informasi selaku memenuhi standar dalam riset yang diresmikan. Terdapat beberapa Metode pengumpulan informasi yang digunakan dalam riset ini ialah:

1. Observasi

Sutrisno hadi “berkata kalau observasi merupakan suatu proses yang tersusun dari bermacam biologis serta psikologis dan mempunyai proses yang lingkungan. 2 diantara yang terutama merupakan proses- proses ingatan serta pengamatan.⁶⁹ Sebaliknya bagi Hardadi dkk, “observasi merupakan sesuatu metode ataupun Metode memperoleh serta mengumpulkn informasi secara sistematis terhadap obyek yang diteliti baik itu langsung ataupun tidak langsung.⁷⁰ Observer atau pengamat adalah kata yang sering digunakan untuk seseorang yang sedang melakukan observasi. Observasi sendiri akan menjadi bermasalah jika observer salah dalam menginterpretasikan kejadian yang diamatinya. Ada dua cara yang bisa dilakukan dalam observasi, yaitu observasi secara langsung dan secara tidak langsung.⁷¹

Observasi awal yang peneliti lakukan juga melalui penyebaran angket dari tanggal 11 maret 2022 sampai 20 maret 2022, serta melihat dari beberapa kasus dimasyarakat masih banyak perempuan khususnya para mahasiswi yang mengalai body shaming. Berdasarkan data dari pengaduan

⁶⁹ sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D)*, (Bandung: Alfabeta, 2013). Hlm 203.

⁷⁰ Hardadi dkk, *metode penelitian kualitatif & kuantitatif*, (Yogyakarta: Pustaka ilmu, 2020). Hlm 24

⁷¹ Ahmad Tanzeh, *Pengantar Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Teras, 2009), hal. 65

mengenai kasus body shaming ada 966 kasus penghinaan fisik (*body shaming*) yang ditangani polisi diseluruh Indonesia sepanjang tahun 2018.⁷²

2. Wawancara

Wawancara merupakan sesuatu aktivitas tanya jawab anatar 2 orang ataupun lebih dengan tujuan tertentu. Aktivitas ini terdiri dari pewawancara (*interviewer*) ialah orang yang mengantarkan pertanyaan, serta yang membagikan jawaban atas persoalan tersebut adalah (*interviewee*) ataupun yang diwawancarai.⁷³ Wawancara sendiri dapat dilakukan secara terstruktur maupaun tidak terstruktur, dan dapat dilakukan dengan tatap muka (*face to face*) atau menggunakan media lain.

a. Wawancara Terstruktur

Wawancara terstruktur yaitu wawancara yang sudah dipersiapkan pertanyaan-pertanyaan tertulis yang alternatif jawabannya pun telah disiapkan. Dengan wawancara terstruktur ini setiap responden diberi pertanyaan yang sama. Jadi pengumpulan data ini biasanya digunakan oleh peneliti yang sudah mengetahui dengan pasti tentang informasi apa yang akan diperoleh.

b. Wawancara Tidak Terstruktur

Wawancara tidak terstruktur adalah wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya. Wawancara tidak terstruktur sering digunakan dalam penelitian pendahuluan atau malah untuk penelitian yang lebih men dalam tentang responden.

Sedangkan menurut Esterberg ada beberapa macam, yaitu wawancara terstruktur, semiterstruktur, dan tidak struktur.⁷⁴ Wawancara terstruktur ialah dimana pengumpul data telah menyiapkan instrumen penelitian berupa

⁷² Andika Wahyudi Gani, Novita Maulidya Jalal, "Persepsi Remaja Tentang Body Shaming" *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, Vol. 5, No. 2, Bulan Juli 2021. Hlm 156

⁷³ Hardadi dkk, *metode penelitin kualitatif & kuantitatif*, (Yogyakarta: Pustaka Ilmu, 2020). Hlm 52

⁷⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2016), hal. 233.

pertanyaan-pertanyaan tertulis yang alternatif jawabannya telah disiapkan. Sedangkan wawancara tidak terstruktur bersifat lebih luwes dan terbuka. Pertanyaan yang diajukan bersifat fleksibel tetapi tidak menyimpang dari tujuan wawancara yang telah ditetapkan.

Dari beberapa jenis wawancara dalam penelitian ini peneliti menggunakan wawancara semiterstruktur yakni gabungan antara wawancara tidak terstruktur dan wawancara terstruktur. Proses wawancara terstruktur dilakukan dengan menggunakan instrumen pedoman wawancara tertulis yang berisi pertanyaan, lalu diajukan kepada responden dalam penelitian yakni perempuan korban body shaming. Wawancara dimulai dengan pertanyaan-pertanyaan terstruktur, kemudian diper dalam dengan pertanyaan lebih lanjut untuk mengetahui keterangan atau jawaban rinci dari responden yang diperoleh bisa meliputi semua variabel, dengan keterangan lengkap dan mendalam. Dengan demikian jawaban tersebut dalam masalah penelitian ini peneliti belum tahu secara pasti data apa saja yang akan diperoleh, peneliti lebih banyak mendengarkan apa yang diceritakan responden sehingga mampu mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang terarah pada suatu tujuan serta lebih mampu untuk mengetahui secara mendalam mengenai subyek.

3. Dokumentasi

Sugiyono (2015) dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (life histories), ceritera, biografi, peraturan, kebijakan. Dokumen yang berbentuk gambar, misalnya foto, gambar hidup, sketsa dan lain-lain. Dokumen yang berbentuk karya misalnya karya seni, yang dapat berupa gambar, patung, film, dan lain-lain. Studi dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif.

E. Teknik Analisis Data

Analisis informasi merupakan informasi yang diperoleh dari hasil wawancara, antara lain merupakan dokumentasi, catatan lapangan dengan metode mengorganisasikan informasi ke dalam jenis, menerangkan secara rinci ke dalam unit- unit, menyusun ke dalam pola, memilah mana yang hendak dipelajari serta dikira berarti serta membuat kesimpulan yang dimengerti diri sendiri serta orang lain. Teknik analisis data yang peneliti gunakan untuk melakukan penelitian ini adalah analisa data deskriptif. Yang dimaksud analisa data deskriptif itu adalah penggambaran keadaan untuk menunjukkan fenomena tertentu berdasarkan data yang telah terkumpul menggunakan bahasa yang dapat dipahami oleh pembaca. Sedangkan tujuannya adalah untuk membuat deskripsi secara sistematis, akurat dan faktual mengenai fakta serta hubungan antar fenomena yang diteliti.⁷⁵ Analisis bagi Miles serta Huberman dipecah dalam 3 alur aktivitas yang terjalin secara bertepatan. Ketiga alur tersebut adalah (1) reduksi informasi (informasi reduction);(2) penyajian informasi(informasi display); serta(3) penarikan simpulan.⁷⁶

1. Reduksi Informasi(Informasi Reduction)

Informasi dalam riset kualitatif ialah berbentuk narasi deskriptif kualitatif, walaupun terdapat informasi dokumen yang bertabiat kuantitatif pula bersifat deskriptif. Tidak terdapat analisis informasi secara statistik dalam riset kualitatif. Analisisnya bertabiat naratif kualitatif, mencari kesamaan- kesamaan serta perbedaan- perbedaan data. Reduksi informasi berlangsung secara terus menerus sepanjang pengumpulan informasi berlangsung.

2. Penyajian yang diartikan Miles serta Huberman, sekumpulan data tersusun yang berikan mungkin terdapatnya penarikan simpulan serta pengambilan aksi. Penyajian yang sangat kerap digunakan pada informasi kualitatif pada masa yang kemudian merupakan wujud bacaan naratif.

⁷⁵ Ditha Prasanti, "Penggunaan Media Komunikasi Bagi Remaja Perempuan dalam Pencarian Informasi Kesehatan", *Jurnal Lontar*, Vol. 6 No. 1 Januari-Juni 2018, 13-21, hlm. 16

⁷⁶ Hardadi dkk, *metode penelitin kualitatif & kuantitatif*, (Yogyakarta: Pustaka Ilmu, 2020 hlm 163-170

Simpulan merupakan intisari dari penemuan riset yang menggambarkan pendapat- pendapat terakhir yang bersumber pada pada uraian- uraian tadinya ataupun, keputusan yang diperoleh bersumber pada tata cara berpikir induktif ataupun deduktif. Simpulan yang terbuat wajib relevan dengan fokus riset, tujuan riset serta penemuan riset yang telah dilakukaninterpretasi serta ulasan.



BAB IV

PEMBAHASAN

A. Deskripsi Subyek Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian dengan metode kualitatif dengan subyek penelitian yaitu mahasiswi yang pernah mengalami perlakuan body shaming yang berjumlah dua orang. Berikut adalah identitas subyek yang diteliti.

1. Identitas Subyek 1

Nama : IN (nama samara)
TTL : Ciamis, 14 januari 1998
Jenis kelamin : Perempuan
Umur : 24 tahun
Agama : Islam
Alamat : Jln Cugugur Km 03 Dusun Pasirkiara Rt 01/Rw 11 Desa Karangbenda Kecamatan Parigi Kabupaten Pangandaran
Status keluarga : anak 2 dari 2 bersaudara
Pekerjaan : mahasiswa
Tinggi badan : 145 cm
Berat badan : 38 kg
Ciri-ciri fisik : Berkulit sawo matang gelap
Wajah berjerawat dan bruntusan
Bentuk wajah Diamond
Bibir tebal
Gigi agak maju kedepan
Postur tubuh masuk kategori rendah dibawah normal

IN merupakan anak yatim yang ditinggal bapaknya sejak umur dia masih kecil, jadi saat ini IN tinggal berdua dengan ibunya karena kakak pertamanya sudah menikah dan memiliki kehidupan baru. IN memiliki tubuh sedikit mungil dan kecil, berat badannya setara umuran anak smp.

Secara umum sebenarnya badan awan masih normal “tidak jauh beda dengan teman-teman yang lain”. Namun IN memiliki gigi yang agak maju kedepan tidak seperti gigi orang pada umumnya, serta warna kulit yang lebih gelap. Alasan inilah yang membuat banyak teman-teman yang mengolok-olok, serta menertawakan kekurangan fisik IN. Hal seperti ini sudah IN alami sejak dia duduk dibangku Sekolah Dasar sampai Madrasah Aliyah tentu sangat berat menjadi IN karna memiliki teman yang sangat suka membahas tentang fisik IN.

2. Identitas Subjek 2

Nama : AI (nama samaran)
 TTL : Ciamis, 1 november 2000
 Agama : Islam
 Jenis kelamin : Perempuan
 Alamat : Dusun Cempaka Ciguha Rt 005/Rw 002 Cilubang, Desa
 Campaka Kecamatan Cigugur Kabupaten Pangadaran
 Status keluarga : anak ke 2 dari 2 bersaudara
 Pekerjaan : mahasiswa
 Tinggi badan : 162 cm
 Berat badan : 120 kg
 Ciri-ciri fisik : Berkulit putih langsung
 Wajah bersih
 Hidung pesek
 Berwajah bulat
 Pipi tembab
 Bibir tipis
 Gigi rapih
 Postur tubuh kategori obesitas tingkat III

AI merupakan mahasiswa yang sudah lama mengalami perlakuan bodyshaming yang dilakukan lingkungan sekolah, lingkungan pertemanan bahkan dilingkungan keluarga. Bunga memang merupakan pribadi yang

cukup *introvert*, sehingga orang-orang lebih mudah dalam mengejek atau membicarakan kondisi dia tersebut. AI memiliki bobot yang berlebihan bahkan sudah masuk dikategori obesitas. Oleh karena itu dia sering dipanggil ibu-ibu karena dianggap bentuk badan seperti ibu-ibu yang sudah punya anak 3. Dari bulan kecil memang bobotnya sudah besar oleh karena itu banyak teman-temannya yang sering membuli AI, lebih tepatnya melakukan *body shaming* karena yang mereka olok-olok bentuk badan AI yang berlebih itu.

B. Gambaran *Body Shaming* yang Dialami Perempuan Korban *Body Shaming*

Body shaming merupakan sebuah perilaku menilai, mengkritik atau bahkan membandingkan penampilan, bentuk tubuh, bentuk muka, warna kulit segala hal mengenai fisik. Perlakuan ini tentu sangat menyakiti hati para perempuan yang tidak memenuhi standar kecantikan. Karna nyatanya mereka yang mengalami *bodyshaming* adalah yang dianggap tidak memenuhi standar kecantikan yang ada. Dipandang rendah dan tidak memiliki kuasa atas pembelaan dirinya.

1. Gambaran *Body shaming* yang dialami IN

IN sudah sangat lama mengalami perlakuan *bodyshaming*, dia mengalami diskriminasi yang sangat signifikan, dan direndahkan oleh teman sebayanya atau teman kelasnya. Dari tingkatan Sekolah Dasar sampai saat ini. tidak jarang IN mengalami *body shaming*. Perlakuan *body shaming* sendiri kebanyakan dilakukan oleh teman laki-lakinya.

“dari circle keluarga sampai pertemana memang dari kecil mempermasalkan warna kulit saya yang memang bukan standar kecantikan perempuan diindonesia, jadi saya sering dikucilkan, diolok-olok papua karna memang kulit saya gelap, terus gigi saya yang tidak rapih menjadi factor tambahan orang membuli saya. Beberapa orang suka mempertanyakan kok item banget sih kulitmu? Jangan ketawa malu tuh gigi, mengkip kenapa ? mangap terus!!” menjadi bahan tertawaan orang-orang Ketika aku harus maju kedepan untuk tampil atau presentasi. Bahan ada satu kejadian yang saya alami ketika saya sering maju kedepan karena mendapat rangkin setiap kenaikan kelas,

salah satu wali murid berkomentar “ yang maju kok itu itu terus, mending kalo cantik” disana langsung menurunkan tingkat kepercayaan diri saya”⁷⁷

Dari wawancara ini kita bisa mengetahui bentuk bodyshaming yang dialami IN yaitu *body shaming* warna kulit dan bentuk tubuh. Ketika menyampaikan hal yang diatas awan sambal menagis terisak-isak karena Ketika dia menceritakan hal itu membuatnya harus mengingat Kembali perilaku orang-orang yang sudah melakukan *body shaming* terhadapnya. dari menjadi korban *body shaming* dampak yang dialami awan yaitu turunya kepercayaan diri, gangguan fisikis, gangguan psikologis.

“aku kesulitan tidur kalo mengingat hal- hal itu, suka mikir gimana ya caranya biar bisa diterima sama orang, biar gk dibanding bandingkan, biar dianggap ada dan bisa dihargai, karena saya sering kepikiran dengan warna kulit dan kondisi gigi saya yang seperti ini akan sulit untuk diterima oleh orang banyak, mereka sering memandang rendah saya, bahkan saya tidak berani untuk foto selfi kecuali saya tutupi mulut saya”⁷⁸

Dampak nyata dari bodyshaming yang dialami IN yaitu gangguan jiwa yang mana berbentuk perasaan cemas, tidak percaya diri, takut dilihat oleh orang banyak. Hasil dari wawancara dengan IN:

“aku sering mba upload foto Cuma ya muka saya ditutupin pake stiker karna rasa kurang percaya diri saya dimedia social. ya saya sering banget ngerasa cemas takut gk ada yang mau teman sama saya karena kondisi saya yang seperti ini”

2. Gambaran body shaming subyek AI

AI korban body shaming dengan bentuk fat shaming, yaitu jenis bodyshaming yang sangat populer, karena fat shaming adalah mengejek atau mengolok-olok orang-orang yang memiliki badan gemuk atau oversize.⁷⁹ AI yang memiliki bobot 120 kg dengan tinggi badan 162 cm. Perempuan memiliki lemak tubuh yang lebih banyak dibandingkan pria,

⁷⁷ Wawancara dengan IN pada tanggal 10 April 2022

⁷⁸ Wawancara dengan AI pada tanggal

⁷⁹ Tri Fajarani Fauzia. , Dan Lintang Ratri Rahmiaji, “Memahami Pengalaman Body Shaming Pada Remaja Perempuan”, *Jurnal*, Vol 7, No 3: Agustus 2019. Hlm 5

dimana perbandingan yang normal antara lemak tubuh dan berat badan adalah sekitar 25-30% bagi wanita dan 18-23% pada pria. Seorang wanita dikatakan obesitas apabila lemak pada tubuhnya lebih dari 30% dan pria memiliki lemak lebih 25%. Metode yang paling berguna dan banyak digunakan untuk mengukur tingkat obesitas dan overweight adalah Indeks Massa Tubuh (IMT) atau Body Mass Index (BMI). Berdasarkan World Health Organization (WHO) seseorang dikatakan overweight jika hasil IMT sebesar 25, 0 – 29, 9, sedangkan seseorang dapat dikatakan obesitas tingkat I jika hasil IMTnya sebesar 30, 0 – 34, 9, jika hasil IMTnya sebesar 35 – 39, 9 maka masuk obesitas tingkat II dan apabila lebih dari 39, 9 hasil IMTnya maka sudah masuk kategori obesitas tingkat III yaitu tingkat paling tinggi.⁸⁰ dan bulan masuk di obseitas tingkat tinggi dengan IMTnya sebesar 45, 7.

al ini tentu akan sangat mengganggu aktivitas dan Kesehatan AI. Dan menjadi sebuah ketakutan sendiri bagi AI. Beberapa penyebab obesitas sebenarnya karena terlalu sedikitnya aktivitas fisik dan juga disebabkan karena kebiasaan makan yang berlebihan. Dampak buruk obesitas terhadap Kesehatan sangat berhubungan dengan berbagai macam penyakit yang serius, seperti tekanan darah tinggi, jantung, diabetes melitus, dan penyakit pernapasan. Serta individu yang obesitas sangat rentan dengan masalah psikologis. dikatakakan juga orang yang mengalami obesitas sering dijauhi oleh teman-temannya, memiliki kecenderungan untuk mengalami rasa putus asa yang tinggi serta memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah.⁸¹

“iya mba emang aku sangat jarang olahraga malah gk suka banget olahraga tapi efek jarang olahraga mungkin aku ngerasanya kadang gk enak banget badan, cepet cape, gampang pegel-pegel, sering sakit juga, pernah sampai dirawat dirumah sakit, sulit bgt buat nyari baju yang pas dan sesuai dengan selera aku. Jadi bikin aku gk percaya diri kalo mau keluar rumah”⁸²

⁸⁰ M. Luthfi Fernando, “Gambaran Citra Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal Yang Mengalami Obesitas”, *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, Vol. 07, N0. 01, Januari 2019. Hlm 102

⁸¹ Dianita L. Setepu, Hendri Opod, Cicilia Pai, “ Hubungan Tingkat Kepercayaan Diri Dengan Obesitas Pada Siswa SMA Negeri 1 Manado”, *Jurnal E-Biomedik (Ebm)*, Vol. 4, No. 1, Januari -Juni 2016. Hlm. 2

⁸² Wawancara dengan Bulan pada tanggal 15 april 2022

Rasa kepercayaan diri AI memang rendah dengan berat badan obesitas dan lingkungan social bahkan dari kalangan keluarga pun sering mengomentari tentang fisik bulan.

“orang yang sering mengomentari fisik aku ya orang-orang dilingkungan aku juga seperti keluarga persepupuan, dan teman sekolah. Pernah beberapa kali Pas aku lewat depan mereka dengan kerasnya bilang “awas awas ada gajah lewat, Atau awas itu kursinya patah gara-gara didudukin gajah” bahkan keluarga sendiri sering bilang “ emang ada yang mau sama kamu bulan, badan gede gitu siapa yang mau, diet atuh biar kelihatan cantiknya” kamu tuh sebenarnya cantik kalo kurus lohh”

Lagi- lagi kelurga yang harusnya jadi support sistem malah menjadi penyakit sendiri bagi keluarganya. Dengan dalih memberi masukan dan saran mereka lebih tepatnya menyakiti perasaan bulan. Bahkan ada yang sampai hati membandingkan AI dengan hewan tentu pasti ini sangat melukai hati bulan. Dari berbagai komentar dan olok-olok yang dilontarkan ke wulan berdampak sangat fatal bagi psikologis dan fisik wulan.

“saya pernah mba bolak-balik kepuskesmas sampe 7 kali, bahkan sampe harus dirujuk ke rumah sakit dan dirawat selama berminggu-minggu sampai perkuliahan saya abaikan keadaan saya yang tidak memungkinkan untuk mengikuti perkuliahan akhirnya saya mengulang satu semester saya. Awal mula saya sakit karena banyak fikiran salah satunya selalu berpikir bagaimana biar bisa kurus, saya udah coba diet tapi gk berhasil-hasil, saya pernah turun 20 kg tapi habis itu ya udah sekutu-gitu aja, lalu mikirkin komentar orang-orang tentang tubuh aku ditambah badan aku yang obesitas mempenagruhi juga”⁸³

Dampak yang dialami AI hampir sama dengan IN yaitu gangguan psikologis terkait kepercayaan diri rendah, merasa tidak memiliki teman, sering cemas, dan gangguan psiologisnya yaitu diakibatkan stress hingga muncul penyakit-penyakit pada fisiknya.

Dari dua wawancara yang sudah peneliti lakukan IN dan AI memiliki masalah yang berbeda dengan tubuhnya, IN yang memiliki tubuh kecil berkulit agak gelap dan gigi yang tidak rapi dan sedikit tonggos sedangkan AI yang memiliki tubuh obesitas namun berkulit warna putih langsung. Dari dua subyek

⁸³ Wawancara dengan AI 15 April 2022

ini, diketahui bahwa IN yang mengalami pembulian lebih parah karena tipe IN yang cukup extrovert membuat IN dijadikan lelucon dan bahan tertawaan banyak orang. Sedangkan AI yang lebih introvert lebih sering tidak mananggapi olok-olokan orang.

Tindakan *body shaming* terkadang memang dilakukan tanpa disadari pelaku dalam berinteraksi sehari-hari, terkadang dalam interaksinya pelaku mengolok-olok kepada perilaku *body shaming* yang disadari atau tanpa disadari dapat memunculkan berbagai dampak yang akan dialami korban.⁸⁴ Seperti IN mengalami dampak kepada psikologisnya kurang percaya diri, cemas tidak dapat diterima dilingkungannya, ketakutan, gangguan fisologisnya yaitu mengalami insomnia atau gangguan tidur yang tidak teratur. Sedangkan AI, dampak psikologisnya hampir sama dengan IN yaitu stress, kurangnya tingkat kepercayaan diri, merasa tidak diterima oleh lingkungan, tidak memiliki kepercayaan terhadap orang lain, merasa tidak membutuhkan orang lain, sedangkan gejala psiologisnya munculnya penyakit lambung diakibatkan stress.

C. Standar Kecantikan Menurut Perempuan Korban Body Shaming

Setiap perempuan pasti sangat mendambakan paras yang cantik tubuh yang indah, dan hal ini selalu melekat pada diri manusia khususnya perempuan. menurut sejarah yang ada, standar kecantikan selalu mengalami perubahan sesuai dengan perkembangan jaman. serta setiap negara tentu memiliki standar kecantikan yang berbeda-beda tergantung kultur dan budayana.

Makna kecantikan yang hadir saat ini lebih merealisasikan konteks dari iklan, maka tak heran banyak model iklan yang selalu dimunculkan yang memiliki paras cantik (berkulit putih, berhidung mancung, badan proporsional, gigi yang rapih). Contoh saja iklan produk kecantikah wardah, ponds, garnier, yang lebih memperlihatkan kecantikan yang putih dan bertubuh proporsional.⁸⁵

⁸⁴Zakiah Muallifah, Wahyuni, Dewi Anggariani, "Fenomena Perilaku Bodyshaming Dikalangan Perempuan Pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Dan Filsafat UIN Alauddin Makassar" *Jurnal Sosioreligius*, Vol. 5, No 2, Desember 2020. Hlm 91

⁸⁵Angry Windasari, Mutia Rahmi Pratiwi, Amida Yusriana, " Pemaknaan Kecantikan Sebagai Putih Jepang dalam Iklan Shinzui Body Cleanser" *Jurnal Informasi Kajian Ilmu Komunikasi*, Vol. 47, NO. 1, Juni 2017. Hlm 36

1. Kecantikan perempuan sunda

Sejatinya citra diri perempuan sunda yang memiliki tatakrama yang baik, sopan, mampu menarik hati serta memiliki fisik yang sangat menarik bertubuh tinggi semampai, berkulit kuning langsung, mata yang bersih berbinar-binar namun tetap memiliki ketaatan dalam beribadah.

Dari segi fisik memang IN tidak termasuk dalam karakteristik fisik perempuan sunda, namun dengan memiliki kesopanan, dan memiliki tatakrama yang baik IN sudah memiliki karakter perempuan sunda. Seperti dalam beberapa kunjungan dan wawancara yang sudah dilakukan peneliti, IN yang cukup cepat mengakrabkan diri dan sangat sopan kepada tamu dengan menyediakan cemilan dan minuman, lebih terkesan menghormati tamu dan sangat akrab dengan tetangga yang kebetulan berpapasan atau lewat kedepan rumahnya IN.

Subyek AI yang memiliki fisik tidak sesuai karakteristik dari perempuan sunda yang disampaikan oleh Moh. E. Hasim namun AI memiliki kepribadian cukup baik dan sopan. Hal ini terlihat dari perilaku AI dalam proses kunjungan dan wawancara yang peneliti lakukan.

2. Kecantikan perempuan modern

Dengan berbagai karakteristik perempuan pada masa ini yang lebih terkonstruksi dengan media social dan iklan-iklan yang sering ditampilkan seperti penggunaan skincare, bodycare yang bertujuan untuk memutihkan kulit wajah dan berbagai model pakain yang sering ditampilkan. IN merupakan perempuan yang menggunakan skincare tapi dengan tujuan untuk merawat wajahnya bukan untuk memutihkan meskipun memang IN memiliki kulit yang gelap namun dia tidak tergiur akan iklan-iklan yang dijanjikan. Seperti dari hasil wawancara yang dilakukan dengan IN sebagai berikut:

“aku sih tetap menggunakan skincare mba Cuma ya tujuannya untuk merawat aja aku gk berharap kulit aku putih juga karena kan pada dasarnya emang udah gelap ya, jadi ya lebih kea pa adanya aja lah sekarang mah”⁸⁶

⁸⁶ Wawancara dengan IN pada tanggal 12 April 2022

dalam menggunakan pakaian IN menggunakan pakaian yang apa adanya tidak mengikuti tren-tren yang ada di media social. dia lebih memilih menggunakan pakaian yang sederhana dan nyaman untuk digunakan.

Subyek AI dalam menanggapi tren-tren yang sedang ramai di media social dia tidak terlalu tertarik dan dari segi pakaian pun AI menggunakan pakaian-pakaian yang sederhana karena memiliki ukuran baju yang besar membuat AI memilih untuk berpakaian yang sederhana.

3. Kecantikan perempuan dalam pandangan Islam

Karakteristik perempuan dalam pandangan Islam terbagi menjadi 2 yaitu innerbeauty dan kecantikan dari luar yang mana kecantikan inner beauty ini dilihat dari bersikap, bertutur kata, dan ungkapan-ungkapan yang lembut dan sopan. Sedangkan kecantikan luar yaitu paras, berbusana dan badan. Berbusana dalam Islam yaitu untuk perempuan yang menutupi auratnya, berhijab, berpakaian yang sopan dan tidak ketat.

IN yang merupakan perempuan Muslimah tentu menggunakan pakaian yang sopan menutup aurat dengan menggunakan hijab, setiap melakukan kunjungan dan wawancara pun IN menggunakan hijab. Dan IN bersikap baik dengan nada suara yang sedikit keras namun dengan Bahasa yang masih sopan. Seperti yang wawancara yang dilakukan terhadap IN sebagai berikut:

“meskipun saya gk cantik ya mba tapi menutup aurat itu wajib hukumnya dan saya lebih nyaman menggunakan hijab meskipun ya gera-gerah dikit wajar tergantung cuaca juga”⁸⁷

Sejalan dengan AI yang memandang sebuah Wanita yang cantik lebih yang menutup aurat sesuai agama dengan kerudung yang sederhana dan memiliki akhlak yang baik. AI juga berpakaian layaknya Muslimah yang menggunakan baju yang Panjang dan sering menggunakan rok dan kerudung yang terurai kebawah.

⁸⁷ Wawancara dengan IN pada tanggal 12 April 2022

Dari beberapa karakteristik kecantikan perempuan bisa disimpulkan bahwa IN dan AI memiliki pandangan yang hampir sama mengenai kecantikan perempuan mereka lebih memandang bahwa kecantikan itu berasal dari dalam diri bukan mengenai fisik. Tentu fisik juga sangat memperkuat namun pada dasarnya kecantikan yang abadi adalah kecantikan dalam diri perempuan itu sendiri bukan hanya dari parasnya saja, tersebut paras semakin lama semakin akan memudar juga. Sedangkan kecantikan dalam (inner beauty) akan abadi.

D. Penerimaan Diri pada Perempuan Korban *Body Shaming*

Penerimaan diri bukanlah sesuatu yang memiliki arti bahwa seseorang memiliki gambaran yang sempurna terhadap dirinya melainkan seseorang yang mampu melakukan segala sesuatu yang baik untuk hidupnya. Menurut derajat penerimaan diri merupakan kemampuan individu dalam menerima dirinya dengan sungguh-sungguh sehingga bisa terhindar dari rasa rendah diri dan hilangnya kepercayaan diri.⁸⁸ Menurut Hurlock penerimaan diri yaitu ungkapan rasa penghargaan atau memberi nilai pada diri secara objektif, Ketika kondisi nyata seseorang dan mampu hidup dengannya, dia memiliki tanggung jawab atas dirinya.⁸⁹ Individu yang memiliki penerimaan diri yang tinggi mereka tidak memperdulikan kekurangan yang dimiliki, mereka menganggap kekurangannya sebagai sumber kekuatan dalam mengembangkan kelebihan yang dia miliki.⁹⁰ Menurut Harlock ada beberapa faktor yang membentuk penerimaan diri seseorang yaitu pemahaman diri, harapan yang realistis, tidak adanya hambatan dari lingkungan, sikap sosial yang positif, tidak adanya stress yang berat, pengaruh keberhasilan.⁹¹

⁸⁸ Stefani Virlia, Andri Wijaya, "Penerimaan Diri Pada Penyandang Tunadaksa, *Psychology Forum UMM*, ISBN: 978-979-796-324-8. Hlm 373

⁸⁹ Novi Manja Sari, Indriyati Eko Purwaningsih, "Hubungan Kebermaknaan Hidup Dengan Penerimaan Diri Pada Kaum Waria Diyogyakarta" *Jurnal Spirits*, Vol. 3, No. 1, November 2012. Hlm 78

⁹⁰ Fauziya Ardilla, Ike Herdiana, Penerimaan Diri pada Wanita Narapidana, *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, Vol. 02, No. 01, Februari, 2013, hlm. 3

⁹¹ Novira Faradina, "penerimaan diri pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus", *jurnal psikoborneo*. Vol. 4, No. 1, 2016. Hlm 20

1. Faktor-faktor yang membentuk penerimaan diri pada subyek

a. Pemahaman diri

Pengalaman menjadi korban body shaming merupakan hal yang sulit untuk dilupakan bagi para subyek. Membangun kepercayaan diri dan mencoba untuk selalu memperbaiki diri telah mereka lakukan. pada subyek IN yang sudah mengalami perlakuan body shaming selama bertahun-tahun muali bisa memahami dirinya. Seperti dalam wawancara yang telah dilakukan dengan IN sebagai berikut:

“saya sadar saya memiliki kulit lebih gelap dari teman-teman yang lain ditambah gigi saya yang agak maju, mungkin gigi saya bisa saja diperbaiki menggunakan gawat gigi, namun saya memilih untuk tidak. Saya sering melihat dimedia social orang-orang yang mempunyai banyak kekurangan namun mereka bisa happy dalam menjalani hidup, hal itu sih yang buat aku sadar bahwa kekurangan gak membatasi kita untuk berkembang”⁹²

Begitupun dengan subyek AI yang mulai bisa memahami diri bahwa tidak semua orang harus menyukainya namun dirinya lah yang harus bisa memahami dalam mampu berdamai dengan hidupnya.

“aku muali menyadari bahwa memang badan aku ini besar, aku pasrah aja memiliki fisik kaya gini, emang sama allah ditakdirkan kaya gini ya udah terima aja, walaupun gk menutup kemungkinan pengen punya fisik normal kayak yang lainnya tapi sekarang kaya lebih gak papa, yang penting mah sehat dan bersyukur aja terus bisa lebih menerima lagi omongan orang sekarang mah”⁹³

Penyampaikan diatas dapat disimpulkan bawa subyek IN dan AI sudah mampu untuk memahami dirinya masing-masing dan mulai untuk menjadi pribadi yang lebih positif lagi. Sehingga Ketika seseorang lebih mampu untuk memahami dirinya dengan baik maka semakin baik pula penerimaan dirinya.

⁹² Wawancara dengan IN pada tanggal 12 April 2022

⁹³ Wawancara dengan AI pada tanggal 15 April 2022

b. Harapan yang realistik

Harapan yang realistik sangat mempengaruhi kepuasan diri yang merupakan esensi dari penerimaan diri. Oleh karena itu harapan akan bisa menjadi realistik jika dibuat sesuai dengan kemampuan diri. IN merasa bahwa dia mampu untuk bisa mengembangkan dirinya dengan memulai berani tampil didepan umum sebagai MC, Moderator acara dan pernah mengisi sambutan. seperti yang disampaikan IN waktu wawancara, sebagai berikut:

“karena banyak tuntuan dan pengetahuan yang aku dapat diperkuliahan aku mulai memberanikan diri mengikuti kegiatan-kegiatan yang diadakan dikampus, di awali menjadi anggota, dan menjadi MC, Moderator dikegiatan serta akhirnya saya berani untuk mengisi sambutan disalah satu kegiatan dikampus, aku merasa menjadi lebih bermanfaat dan mampu untuk semakin mengembangkan diri”⁹⁴

Dari hasil wawancara diketahui IN mulai mampu memiliki harapan yang realistik sehingga memiliki kepuasan sendiri serta merasa berarti dalam menjalani hidupnya. Sedangkan hal-hal yang dialami AI sedikit berbeda dengan IN, AI yang merupakan pribadi yang introvert kurang bisa terbuka dengan orang lain bahkan dengan orang tuanya saja AI tidak bisa terbuka. AI berusaha sendiri untuk bisa berlapang dada dan menerima apa yang dia miliki, berusaha bersyukur dengan keadaannya saat ini. Melihat orang-orang yang hampir sama dengan kasusnya dimedia social membuat dia merasa termotivasi untuk lebih mencintai dirinya dan menjadi lebih sehat lagi. Seperti yang wawancara yang dilakukan AI, sebagai berikut:

“Aku berjuang sendiri sih mba aku gk ada cerita apapun ke orang tua, Taunya orang tua ya aku baik-baik aja, punya masalah ya dirasa sendiri gk pernah cerita-cerita keluarga atau teman sekalipun. Paling ya aku sering nonton konten creator yang memiliki masalah yang sama kaya clarissa yang sama sama memiliki masalah obesitas bikin aku termotivasi lagi dan semangat jalanin hidup lebih sehat dan apa adanya”⁹⁵

⁹⁴Wawancara dengan AI pada tanggal 15 April 2022

⁹⁵ Wawancara dengan AI pada tanggal 15 April 2022

c. Tidak ada hambatan dari lingkungan

Ketidakmampuan yang terjadi dalam mencapai harapan yang telah dibuat dapat terjadi karena hambatan dari lingkungan yang tidak mampu dikontrol oleh seseorang. Jika seperti dukungan social mampu untuk bisa lebih mensupport dan memotivasi dalam mencapai tujuan maka individu akan memperoleh kepuasan.

Subyek IN yang mulai memiliki teman yang mensupport dan mempercayai IN untuk menjadi pribadi yang lebih baik lagi membuat IN semangat percaya diri dan lebih berani dalam menjalani kehidupan yang dia pilih. Seperti dalam wawancara, sebagai berikut:

“aku bersyukur banget sekarang mempunyai teman-teman yang bisa nyemangatin aku, dan percaya bahwa aku mampu untuk melakukan itu semua. Mereka gk pernah melihat fisik aku yang secara umum gk goodlooking, hal ini yang bikin aku semangat, percaya diri dan semakin berani lagi”⁹⁶

Sedangkan subyek AI yang dari awal lebih memilih untuk memendam sendiri dan tidak berbagi cerita kesiapaun membuat kurang mendapat dukungan seperti yang disampaikan AI sebelumnya. Sehingga hambatan yang dialami tidak terlihat dengan jelas namun sangat mempengaruhi dalam pembentukan penerimaan.

d. Sikap social yang positif

Tiga kondisi utama menghasilkan evaluasi positif antara lain adalah tidak adanya prasangka terhadap seseorang, adanya penghargaan terhadap kemampuan-kemampuan social dan kesediaan individu mengikuti tradisi suatu kelompok social. subyek IN dalam menyikapi sosial sangat positif sehingga tidak muncul prasangka terhadap orang-orang sekitarnya. seperti wawancara yang telah dilakukan, sebagai berikut:

“dulu emang aku sering banget menghindar dari orang lain karena pikiran-pikiran yang negative tentang mereka yang bisa sewaktu-waktu mengejek saya atau ya menghindari saya, tapi

⁹⁶ Wawancara dengan IN pada tanggal 12 april 2022

sekarang aku udah lebih bisa santai Ketika banyak orang dan ikut kegiatan-kegiatan yang ada dikampus”⁹⁷

Sedangkan AI lebih memilih tertutup dalam tidak ikut bersosialisasi dengan orang banyak. Ai memilih untuk menyendiri dan tidak ingin ikut campur terhadap masalah orang lain.

“kalo saat ini y amba aku memilih menyendiri aja, aku lebih nyaman sendiri gk terlibat dengan banyak orang, rasanya lebih enak aja gitu, tentram”⁹⁸

Dapat disimpulkan IN dan Ai memiliki sikap social yang berbeda, yang mana IN lebih bisa berskupa positif dengan social sedangkan AI memilih untuk menghindari lingkungan sosialnya.

e. Stress yang berat

Sedangkan AI yang lebih memilih untuk bersikap tidak memikirkan apa yang orang lain pikirkan tentang dia. Menganggap ejekan sebagai sebuah hal yang biasa saja menjadi sikap yang dipilih AI.

Pernyataan IN memberikan pemahaman bahwa factor pembentuk penerimaan diri dalam hidup IN adalah dengan memahami diri, harapan yang nyata terkait mengembangkan diri, dukungan social yang baik, sikap social yang baik yang dijalani awan sejalan dengan factor pembentuk penerimaan, tidak ada hambatan dari lingkungan, sikap social yang positif, tidak ada stress yang berat serta pengaruh keberhasilan. diri menurut Hurlock yaitu ada enam factor pembentuk yaitu pemahaman diri, harapan yang realistis, tidak ada hambatan dari lingkungan, perilaku social yang positif, tidak adanya stress yang bera, pengaruh kepa berhasilan.⁹⁹ Dari ke enam factor ini yang mempengaruhi AI yaitu ada empat factor yaitu memahami diri, harapan yang realistis dengan mengupayakan untuk Kesehatan fisik dan mental serta tidak ada stress yang berat.

⁹⁷ Wawancara dengan IN pada tanggal 12 April 2022

⁹⁸ Wawancara dengan AI pada tanggal 15 April 2022

⁹⁹ Angga Wijanarko, Annastasia Ediati, “Penerimaan Diri Pada Orangtua Yang Mengalami Anak Skizofrenia (Sebuah Interpretative Phenomenological Analysis), *Jurnal Empati*, Vol. 5, No. 3 Agustus 2016. Hlm 141

Table A. 1
Factor-faktor pendukung penerimaan diri

Factor -faktor pendukung penerimaan diri	IN	AI
Pemahaman diri	✓	✓
Harapan yang realistik	✓	✓
Tidak ada hambatan dari lingkungan	✓	✗
Sikap social yang positif	✓	✗
Tidak ada stress yang berat	✓	✓
Pengaruh keberhasilan	✓	✗

2. Tahapan penerimaan diri pada subyek

Penerimaan diri bukanlah sesuatu yang mudah untuk dilakukan, semua orang pasti memiliki masalah-masalah terkait dirinya, namun dengan porsi yang berbeda-beda dan kemampuan yang berbeda-beda pula. Didukung dengan factor-faktor yang telah ada menjadikan hasil penerimaan diri berpariatif. Seperti tahapan yang dialami IN dalam proses penerimaan diri, dalam wawancara yang sudah dilakukan mengatakan:

“saya mulai diperlakukan body shaming itu dari Sekolah dasar sampai saat ini, awal saya di bully ya saya anggap hanya bercanda saya tidak menanggapinya dengan serius, karena gitulah mba khususnya anak laki-laki ya emang suka banget ngejek fisik temannya sebagai bahan olokan mereka jadi aku gk nanggapin hal itu lebih ke bodo amat aja”¹⁰⁰

dalam hal ini IN melakukan *tahapan penolakan* dengan tidak menanggapi olokan teman-temannya dengan dalih bahwa perbuatan seperti itu sebuah hal yang biasa dan sering terjadi dalam lingkungan pertemanan. Namun semakin IN mengabaikannya bukan membuat mereka kapok untuk mengolok-olok IN yang ada membuat ejekan-ejekan semakin parah. Melalui wawancara Awan menyampaikan:

¹⁰⁰ Wawancara AI pada tanggal 22 April 2022

“awalnya aku kira kalo aku gk tanggepin ya mereka bakal diem, ternyata makin menjadi mereka lebih sering lagi memermalukan saya didepan orang banyak, membuat saya merasa ada ketimpangan perlakuan antara teman saya yang putih dan cantik dengan saya yang berkulit gelap dan gigi yang tidak rapih. Ahh marah pisan pada diri sendiri ke orang yang ngebuli dan bahkan ke Allah juga aku pernah ngerasa marah, marah karena mengapa menciptakan aku seperti ini, dan mengapa aku selemah ini dalam menghadapi pembulian”¹⁰¹

dalam tahapan ini Awan mengalami yang dinamakan anger atau tahapan marah. Hal ini terjadi karena tidak bisa untuk menerima keadaan yang dia hadapi dan alami, terlalu banyak mempertanyakan apa, kenapa, kok bisa semua ini terjadi pada diri ini dan tanpa ada sebuah jawaban pasti menimbulkan munculnya emosional. Seperti dalam wawancara yang dilakukan terhadap awan:

“aku kalo marah itu ya nangis gk bisa marah-marah kaya orang-orang, banting-banting barang itu gk pernah, nangis terus semaleman sampe mata bengkang dan besoknya ya anggap aja gk kenapa-kenapa, hal seperti itu sering banget keulang-ulang”¹⁰²

Menganggap semua baik-baik saja itu tidak mudah, kita pasti mengalami tekanan batin saat berusaha menutupi semuanya kepada keluarga. Selain lama tentu perasaan tertekan, cemas semakin mengganggu dan akhirnya mengalami depresi. Seperti yang disampaikan IN dalam wawancara:

“sejak saya sering diolok-olok dan diejek saya jadi sering menolak Ketika ada teman-teman yang mengajak untuk berfoto atau selfie, rasanya gk percaya diri aja gitu, suka kepikiran kalo lagi sendiri bisa gk ya saya diterima, dihargai seperti orang lain biasanya, pernah beberapa tahun kebelakang saya sering susah tidur gara-gara mikirin ini”¹⁰³

Tahapan IN dalam proses penerimaan diri pernah sampai dititik depresi, yang mengakibatkan gangguan pola tidur atau insomnia, kurangnya rasa kepercayaan diri, ketakutan akan tidak diterima, sehingga membuat IN

¹⁰¹ Wawancara IN pada tanggal 20 April 2022

¹⁰² Wawancara IN pada tanggal 20 April 2022

¹⁰³ Wawancara IN pada tanggal 20 April 2022

kehilangan harga dirinya. Namun setelah IN memasuki perkuliahan, IN mulai sadar akan pentingnya untuk mempunyai keberanian untuk mengembangkan diri. Seperti ungkapan IN dalam wawancara:

“pasa masuk kuliah sih, mulai sadar karena penerimaan orang-orang, dan pikiranku mulai terbuka sih dengan makin banyak pengetahuan dan pengalaman bikin banyak circle pertemana jadi lebih bisa mengexpose diri sendiri dan mencoba leawan ketakutan-ketakutan itu sih sedikit-demi sedikit”¹⁰⁴

Dari ungkapan IN tersebut bisa diketahui awan mulai mampu untuk menerima diri dengan baik atas dukungan lingkungan sosialnya dan pengetahuan-pengetahuan yang mendukung dalam proses penerimaan dirinya dan sudah memasuki tahapan Penerimaan (acceptance).

Tahapan-tahapan penerimaan AI sedikit berbeda dengan IN. AI yang memiliki kemampuan bersosialisasi yang kurang, lebih merespon Tindakan seperti itu dengan berdiam diri tanpa ada perlawanan apapun. Seperti dalam wawancaranya:

“aku sih kalo ada yang ngejek gitu ya aku biarin aja, aku gak nunjukin kekesalan, atau marah, paling Cuma hilang respect aja sama yang suka ngejek fisik aku. Bukan karna aku gak marah Cuma kaya percuma aja ditanggepin mereka makin seneng, marah ya marah kalo dah dirumah sampe pernah beberapa kali potong rambut, rasanya kalo udah potong rambut kekesalan aku tuh berkurang mba makin ringan”¹⁰⁵

dalam ungkapan AI, perasaan marah menguasai pikirannya, jika emosinya tak terbandung AI lebih memilih memotong rambutnya dibandingkan melukai dirinya ataupun orang lain, hal ini karena akal sehatnya masih bisa dikontrol. Namun semakin lama mengalami body shaming AI semakin stress, seperti yang disampaikannya dalam wawancara “

“Iya mba, kadang ungkapan yang sangat saya inget dan nyakitin banget “gila dreum gede banget” kaya gapura dan banyak lagi mba, aku juga gak tau ya mba badan aku bisa jadi sebesar ini, padahal pola makan aku tuh normal malah porsinya lebih sedikit dibandingkan teman-teman aku, dan aku juga gak suka ngemil. Aku

¹⁰⁴ Wawancara IN pada tanggal 20 april 2022

¹⁰⁵ Wawancara AI pada tanggal 22 April 2022

sempat mba gk nafsu makan, maunya menyendiri aja dikamar gk mau kemana -mana, sampe pernah jatuh sakit karena stress dan lambung jadi kena”¹⁰⁶

dalam tahapan ini AI mengalami depresi yang mempengaruhi pola makan dan Kesehatan serta minat sosialnya menjadi semakin menurun. Lebih memilih menyendiri dan tidak memiliki minat dalam melakukan aktivitas apapun. Namun sekamin lama Bulan merasa pasrah dengan kondisi dia sekrang, seperti dalam wawancara:

“kayaknya gk salah ini punya fisik kayak gini jadi lebih ke pasrah aja emang ditakdirannya kayak gini ya berarti harus bisa nerima, walaupun gk menutup kemungkinan pengen punya fisik kayak yang lainnya tapi sekrang kayak lebih gak papa, yang penting mah bersyukur aja terus bisa lebih menerima lagi omongan orang sekarang mah”¹⁰⁷

Dari ungkapan AI diketahui bahwa I masuk ketahap penerimaan diri, dengan perasaan pasrah dan bersyukur aja denga apa yang diberi tuhan kepadanya. Karena akhir dari pemerimaan adalah dengan menerima nasib.

Tabal A. 2

Tahap- Tahap Penerimaan diri

Tahap penerimaan diri	IN	AI
Tahap penolakan	✓	✗
Tahap marah	✓	✓
Tahap tawar menawar	✓	✗
Tahap depresi	✓	✓
Tahap penerimaan diri	✓	✓

Dari beberapa tahapan yang dialami kedua subyek, diketahui IN melalui semua tahapan dari tahapan penolakan, tahpan marah, tahan tawar menawar, tahapan depresi serta terakhir berada di tahap penerimaan diri.

¹⁰⁶ Wawancara AI pada tanggal 22 April 2022

¹⁰⁷ Wawancara AI pada tanggal 22 April 2022

Sedangkan AI tidak mengalami penolakan, namun mengalami tahap marah, tahap depresi dan tahap penerimaan diri dengan pasrah akan keadaannya saat ini.

3. Dampak penerimaan diri pada subyek

Dampak dari proses atau tahapan penerimaan diri seseorang tentu berbeda beda seperti IN yang sekarang mulai bisa tampil percaya diri dan membangun hubungan social yang positif dengan dukungan teman dan keluarganya. Mulai aktif di kegiatan kemahasiswaan dan ikut andil dalam kepanitiaan. Sehingga melahirkan keyakinan dan harga diri yang lebih baik lagi dibandingkan dulu, bahkan sekrang awan bisa menerima kritik.

Sedangkan AI mulai bisa mengenali kelebihan dan kekurangannya, mulai bisa menerima kritik dan memiliki keyakinan yang lebih baik. Namun AI belum mampu untuk mencari potensi atau kegiatan yang bisa mengembangkan dirinya, bulan juga merupakan mahasiswi namun kurang aktif dalam mengikuti kegiatan, dia lebih memilih untuk mengurangi interaksi dengan social. AI lebih tidak menunjukkan perhatiannya pada orang lain, bersikap acuh tak acuh bagi AI adalah salah satu cara untuk menghindari ketidak nyamanan. Karena AI masih memiliki rasa takut akan penerimaan orang lain dalam tahapannya penerimaan dirinya bulan lebih ke pasrah akan keterpaksaan bukan tentang keinginnya untuk memperbaiki diri, kurangnya minat dalam berkegiatan dan aktivitas membuat AI lebih suka menyendiri.

Dapat disimpulkan melihat dari hasil wawancara dan bagaimana factor-faktor pendukung, tahapan-tahapan dalam penerimaan diri serta dampak-dampak yang ada tingkat penerimaan IN dan AI berbeda. Penerimaan diri IN lebih baik dibandingkan Bulan. Karena dalam prosesnya IN mengeksplor dirinya dan berani serta berusaha dalam mengembangkan diri sedangkan AI lebih kepasrahan atas keterpaksaan terhadap keadaan dan tidak berusaha dalam mengembangkan untuk menjadi pribadi yang jauh lebih baik lagi.

Dari penelitian ini juga korban body shaming lebih memiliki tingkat kepercayaan diri yang kurang terhadap lawan jenis. Sehingga mereka lebih memilih untuk tidak menjalin hubungan dan menjaga pergaulan dengan lawan jenis. Karena menurut mereka harus memiliki perasaan cantik dulu agar bisa diterima oleh lawan jenis yang kita idamkan. Sampai saat ini dua subyek ini tidak pernah menjalin hubungan yang serius dengan siapa pun. Karena memiliki rasa takut ditinggalkan dan disepelekan oleh pasangannya atas kekurangan yang mereka miliki.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan terkait dengan standarisasi kecantikan dan penerimaan diri pada perempuan korban *body shaming* dapat disimpulkan bahwa dampak *body shaming* terhadap dua subyek yang diteliti mengalami gangguan secara fisik dan psikologis. Secara fisik kedua subyek mengalami gangguan makan, gangguan tidur, tidak percaya diri, mengalami kecemasan dan rasa takut akan tidak diterima oleh lingkungan social. kedua Subyek memiliki standar kecantikan yang lebih kearah karakteristik perempuan Muslimah dalam pandangan Islam yang lebih menonjolkan kecantikan dari dalam diri dengan sikap dan akhlak yang baik.

Dari beberapa tahap penerimaan diri IN dan AI memiliki proses tahap yang berbeda. IN yang melalui semua tahapan dalam penerimaan diri yaitu tahap penolakan, tahap emosional, tahap tawar menawar, tahap depresi, dan tahap penerimaan diri. Sedangkan AI hanya melalui dilalui yaitu diantaranya, emosional, depresi dan penerimaan diri.

Factor-faktor penerimaan diri yang dialami IN dan AI memiliki perbedaan yaitu IN terdapat 6 faktor pendukung penerimaan diri diantaranya pemahaman diri, harapan yang realitis, tidak ada hambatan dari lingkungan, sikap social yang positif, tidak ada stress yang berat, pengaruh keberhasilan. Sedangkan AI hanya terdapat 3 faktor pendukung yaitu pemahaman diri, harapan yang realistis, dan tidak ada stress yang berat.

Dampak dari penerimaan diri pada kedua subyek, IN yang sekarang mulai bisa tampil percaya diri dan membangun hubungan social yang positif dengan dukungan teman dan keluarganya. Mulai aktif di kegiatan kemahasiswaan dan ikut andil dalam kepanitiaan. Sedangkan AI mulai bisa mengenali kelebihan dan kekurangannya, mulai bisa menerima kritik dan memiliki keyakinan yang lebih baik. Namun AI belum mampu untuk mencari potensi atau kegiatan yang bisa mengembangkan dirinya.

B. Saran

Penulis dalam hal ini memberikan saran berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi perempuan korban *body shaming* dalam proses dan tahapan untuk bisa menerima diri dengan baik cobalah untuk tidak menutup diri karena tidak semua orang akan memperlakukan kalian sama, carilah orang yang sangat dipercaya dalam menjaga rahasia sehingga mampu untuk membuka diri dan tidak bersembunyi dengan lingkungan social. karena menerima diri yaitu menjadi apa adanya dengan percaya diri tanpa merendahkan kekurangan kita.
2. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya mengenai standarisasi kecantikan dan penerimaan diri mampu mengkaji lebih men dalam dengan teori yang lebih relevan lagi.

C. Kata Penutup

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih terdapat banyak kekurangan, hal tersebut semata-mata dikarenakan keterbatasan penulis. Maka dari itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang bersifat membangun dari pembaca yang Budiman guna perbaikan skripsi ini. Penulis mengucapkan semoga skripsi ini dapat bermanfaat khususnya untuk para pembaca.

DAFTAR PUSTAKA

- Aida Mashitoh Nurul, 2020, "Body Shaming Pada Mahasiswa Generasi Milenial Di Universitas Negri Semarang", Skripsi. Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negri Semarang
- B Hurlock Elisabet. 1987. Child Development Sixth Edition Diterjemahkan Oleh Dr. Med. Meita Sari Tjandrasa Dengan Judul *Perkembangan Anak Jilid 2*. Jakarta: Erlangga, Dikutip Dari Mufidatu Z Fatimatul, Salichatun Yulia. 2016. "Study Penerimaan Diri Remaja Yang Memiliki Keluarga Tiri Di Desa Banjarsaro Kabupaten Tulungagung" *PSIKOISLAMKA. Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 13, No. 1
- B. Moradi, D. Dirks, A. V Matteson. 2005. "Roles of sexual objectification experiences and internalization of standards of beauty in eating disorder symptomatology: A test and extension of objectification theory" *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 52
- Berry D. 2020. *Health Communication Theory and Practice*, Open University Press. Dikutip oleh khansa maura syahrana dkk. 2020 "representasi perempuan jepang sebagai standar dalam iklan shinzui body lotion edisi tahun 2015", *Jurnal AUDIENS*, Vol. 3, No. 1
- E. M berger. 1952. "The Relation Between Expressed Acceptance Of The Self And Expressed Accaptance Of Others", *The Journal Od Abnormal And Social Psychology*, Vol. 47, No. 4
- Elliasdotir, E. L. (2016). *Is Body Shaming Predicting Poor Physicalhealth And Is There A Gender Differences*. (2016). Hlm 1-18 Dikutip Dari Lesatari Sumi. 2019. "Bullying Or Body Shaming? Young Women In Patient Body Dysmorphic Disorder" *Philantrophy Journal Of Psychology*, Vol. 3, No. 2
- Fajariani Fauzia Tri, Lintang Ratri Rahmiaji Lintang. 2019. "Memahami Pengalaman Body Shaming Pada Remaja Perempuan", *Jurnal fisip undip*, Vol 7, No 3
- Faradina Novira. 2016. "Penerimaan Diri Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus", *Jurnal Psikoborneo*, Vol. 4, No. 1, 2
- Febrianti Yesi, Fitria Kusnul. 2020. "Pemaknaan Dan Sikap Perilaku Body Shaming Dimedia Social (Studi Etnologi Digital Di Instagram)", *Jurnal Media Dan Komunikasi*, Vol. 3, No. 1
- Frederick David, Dkk. 2015. "beauty Standards" the international encyclopedia of human sexuality, firs edition. Edited by Patricia whelehan and anne Bolin. INDD. 0002220080

- Fredrickson B. L, T. A. Robert. 1997 “Objectification Theory: Toward Understanding Women’s Lived Experiences And Mental Health Risks”, *Psychologyof Women Quarterly*, . Dikutip Dari Lestari Sumi. 2019. “Bullying Or Body Shaming? Young Women In Patient Body Dysmorphic Disorder” *Philanthrophy Journal Of Psychology*, Vol. 3, No. 2
- Hadi Abd, 2021, *Penelitian Kualitatif Study Fenomenologi, Case Study, Graounded Theory, Etnografi, Biografi*, Banyumas: Cv Pena Persada
- Hardadi Dkk, 2020, *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu
- Hasan Muhammad Kamil, 2002, *Inner Beauty dalam Pandangan Islam*. Jakarta: Azan
- Heriyadi Akbar 2013 “Meningkatkan Penerimaan Diri (Self Acceptance) Siswa Kelas VIII Melalui Konseling Realita Di SMP Negeri 1 Bantarbolang Kabupaten Pemalang Tahun Ajaran 2012/2013”, *Skripsi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Hryanti Rosana, Dkk, 2015, *Kontruksi Kecantikan Idela Perempuan Melalui Iklan Produk Kecantikan Dielevisi*”, *Laporan Penelitian*, Malang: Universitas Brawijaya
- Intan Tania, Dkk, 2019. “Membongkar Mitos Kecantikan Dan Budaya Konsumen dalam Chick Lit ‘Beuty Case’ Karya Ocha Rahmanti” *Jurnal Sejarah Dan Budaya*, Vol. 13, No 2
- Islamey G. R, 2020, “Wacana Standar Kecantikan Perempuan Indonesia Pada Sampul Majalah Femina ”, *Jurnal Publikasi Ilmu Komunikasi Media Dan Cinema*, Vol. 2, No. 2.
- Jajang A Rohmana Jajang. 2020. “Tafsir Al-Qur’an Dari Dan Untuk Orang Sunda: Ayat Suci Lenyepaneun Karya Moh. E. Hasim (1916-2009), *Journal Of Qur’An And HadĪth Studies* Vol. 9 No.
- Lestari Sumi. 2020. “ Psikoedukasi Dampak Body Shaming Pada Remaja”, *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, Vol. 5, No. 2
- Mahanani Mahyira Putri Dkk, *Jurnal “Pelatihan Konsep Diri Remaja Untuk Membangun Pemahaman Terhadap Standar Kecantikan” Jurnal Pengabdian*
- Manja Sari Novi, Eko Purwaningsih Indriyati. 2012 “Hubungan Kebermaknaan Hidup Dengan Penerimaan Diri Pada Kaum Waria Diyogyakarta” *Jurnal Spirits*, Vol. 3, No. 1
- Mufidatu Z Fatimul, Salichatun Yulia. 2016. “ Study Penerimaan Diri Remaja Yang Memiliki Keluarga Tiri Di Desa Banjarsaro Kabupaten Tulungagung” *PSIKOISLAMIKA. Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 13, No. 1

- Nainggolan Elvira, Retno Purwanti Retno. “Penyadaran Bahaya Standarisasi Kecantikan Pada Iklan Kosmetik Melalui Iklan Layanan Masyarakat” *Jurnal Ideologi*, Vol. 2, No. 2.
- Nurhayati is. 2020 “Pendidikan Akhlak dalam Berpakaian Bagi Perempuan Menurut Surat An-Nur Ayat 31 Dan Al-Ahzab Ayat 59” *Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 3, No. 1.
- Ophilia Papilaya Jaenete, Huliselan Neleke. 2016. “ Identifikasi Gaya Belajar Mahasiswa”, *Jurnal Psikologi Undip*, Vol. 15, No. 1
- Paskarina Karisa Anastasia, “Penerimaan Diri Wanita Yang Menjanda Setelah Suami Meninggal(Study Kasus Pada Dua Janda Di Paroko Baciro Yogyakarta), *Skripsi*, Yogyakarta: Universitas Senata Dharma Yogyakarta
- Permata Sari Vera Dan Witrin Gamayanti, Jurnal, “Penerimaan Diri (Self Acceptance) Pada Orang Yang Mengalami Skizofrenia. Jurnal Ilmu Psikologi, Vol. 3, No. 1.
- Pratiwi Rhesa Z, B, 2018, “Perempuan Dan Kontes (Analisis Mengenai Kontruksi Cintra dalam Bingkai Komodifikasi), *Jurnal An’Nida*, Vol. 10, No. 2
- Rachmah, E. N, Bahtuddun F, 2019, “ Factor Pembentuk Perilaku Body Shaming Dimedia Socia” Prosiding Seminar Nasional & Call Paper Psikolgi Sosial
- Rahardj Chonny Jtandra, 2017, “*Hubungan Penampilan Fisik, Kepuasan Diri, Media, Dan Self-Esteem Pada Wanita*”. *Jurnal Manajemen Bisnis Indonesia* Vol. 4, Nomor 2
- Ristanti Mega, 2020, “Penerimaan Diri Dan Harga Diri Pada Wanita Yang Mengalami Body Shaming”, *Skripsi*, Yogyakarta: Universitas Islam Inonesia
- Rizkiyah Iin Dan Cipta Apsara Nurmala. 2019. “Strategi Coping Perempuan Terhadap Standarisasi Cantik Dimasyarakat “, *Jurnal Perempuan, Agama Dan Jender*, Vol. 18, No. 2
- Sahan M. Y, Witarti, D. I, 2021, “Representasi Perempuan Cantik Dimedia Feminis Daring Jurnal Perempuan Dan Magdalene” *Jurnal Avant Garde*, Vol. 09, No. 02
- Saputro Iswanto, Fitri Hasanti Annisa, Fuad Nashori Fuad. 2017 “ Qana’ah Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Kepuasan Hidup Dan Stress”, *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi*, Vol. 3, No. 1
- Sugiyono, 2013, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D)*. Bandung: Alfabeta
- Syafikarani Aisyi Dkk, Jurnal, “Persepsi Perempuan Terhadap Kecantikan dalam Kampanye Dove “Real Beauty Sketches” dalam Membentuk Positioning” *Jurnal Komunikasi Visual Institute Teknologi Nasioal Bandung*

- Taymiyyah al-Harrani Ibnu & Ibn al-Qayyimah al-JawziyyahIbn. 2008. *Cantik Luar dalam*. Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta
- Waney Christy Natalia Dkk, 2020, "Mindfulness And Adolescents' Self Acceptance In The Digital Era", *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 2 No. 2
- Wijanarko Angga, Ediati Annastasia. 2016. "Penerimaan Diri Pada Orangtua Yang Mengalami Anak Skizofrenia (Sebuah Interpretative Phenomenological Analysis)", *Jurnal Empati*, Vol. 5, No. 3
- Windasari Angry, Rahmi Pratiwi Mutia, Yusriana amida. 2017. " Pemaknaan Kecantikan Sebagai Putih Jepang dalam Iklan Shinzui Body Cleanser" *Jurnal Informasi Kajian Ilmu Komunikasi*, Vol. 47, No. 1.
- Wirasari Ira. 2016 " Kajian Kecantikan Kaum Perempuan dalam Iklan", *Jurnal Demandia*, Vol. 01, No 02
- Wolf Naomi. 2020. *Mitos Kecantikan:Kala Kecantikan Menindas Perempuan*, Diterjemahkan Oleh Alia Swastika. Yogyakarta: Niagara. Dikutip Dari Cherish Wiharsari Julinar. 2016. "Mitor Kecantikan Dan Pemanfaatan Produk Kosmetik Wajah Pada Mahasisi Surabaya", Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik, Universitas Airlangga.



LAMPIRAN

ANGKET KUESIONER

Dengan segala kerendahan hati, saya memohon saudara untuk mengisi kuesioner berikut. Kuesioner ini disusun dalam rangka penelitian dibidang bimbingan konseling guna penyelesaian tugas akhir peneliti. Kuesioner ini tersusun dari pernyataan-pernyataan.

Silahkan baca petunjuk pengisian terlebih dahulu dengan seksama, kemudian pilihlah 1 (satu) jawaban dari beberapa jawaban yang tersedia. Perlu saudara ketahui bahwa:

1. Apapun jawaban yang saudara berikan tidak ada yang salah dan dapat diterima sepenuhnya, selama jawaban tersebut jujur, murni, dan menggambarkan kondisi saudara sebenarnya.
2. Sangat diharapkan agar saudara mengisi kuesioner dengan baik dan lengkap, jangan sampai ada yang terlewat atau tidak terisi.
3. Kerahasiaan identitas dan jawaban saudara dilindungi dan dijamin oleh kode etik penelitian ilmiah.

PETUNJUK PENGISIAN SKALA:

- 1) Tulislah Identitas Anda pada tempat yang telah disediakan.
- 2) Di dalam skala ini akan disajikan sejumlah pernyataan, bacalah setiap pernyataan dengan teliti. Tugas Anda adalah memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan keadaan diri Anda. Jawaban diberikan dengan memberikan tanda silang (X) pada kolom yang telah disediakan di setiap butir butir pernyataan. Dan setiap butir pernyataan jangan sampai terlewat. Adapun pilihan jawaban yang tersedia adalah sebagai berikut:

- 1: Bila Anda Tidak Pernah mengalami hal pernyataan yang ada
- 2: Bila Anda Jarang mengalami hal pernyataan yang ada
- 3: Bila Anda Terkadang mengalami hal pernyataan yang ada
- 4: Bila Anda Sering mengalami hal pernyataan yang ada
- 5 : Bila Anda Selalu mengalami hal pernyataan yang ada.

- 3) Angket ini bukanlah suatu tes, jadi tidak ada jawaban yang salah. Semua jawaban adalah benar, asal benar-benar sesuai dengan kenyataan yang ada pada diri Anda.
- 4) Kesungguhan dan jawaban yang sesuai keadaan yang sebenarnya dalam memilih tanggapan sangat menentukan kualitas penelitian ini.

Atas kesediaannya saya ucapkan terima kasih.



Skala I

No.	Item	Alternatif jawaban				
		1	2	3	4	5
1	Saya merasa kurang percaya diri dengan apapun yang saya lakukan					
2	Saya malu dengan penampilan tubuh saya saat ini					
3	Saya khawatir tentang apa yang orang lain pikirkan tentang diri saya					
4	Saya merasa teman-teman saya menjauhi saya karena keadaan fisik saya					
5	Saya merasa orang lain merendahkan saya karena bentuk fisik saya					
6	Saya merasa kurang menarik karena fisik saya saat ini					
7	Saya merasa minder dengan orang lain karena kemampuan saya					

Skala II

No.	Item	Alternatif jawaban				
		1	2	3	4	5
1	Saya mudah tersinggung saat orang lain mengkritik dan memberikan saran tentang bentuk tubuh saya					
2	Saya kecewa dengan keadaan tubuh saya					
3	Saya menjadi tertekan saat orang lain membiacarkan diri saya					
4	Saya memilih untuk pergi setelah membuat kesalahan					
5	Saya bingung apa yang akan saya lakukan untuk mencapai tujuan saya					
6	Saya membenci saat orang lain mulai berbicara tentang fisik saya					
7	Saya sulit menerima perubahan bentuk tubuh dari yang sebelumnya					
8	Saya mencari tahu apa yang seharusnya saya lakukan untuk mendapatkan bentuk tubuh yang saya inginkan					
9	Saya menghindar saat ditunjuk untuk melakukan sebuah projek					
10	Saya merasa tidak berguna setelah melakukan kesalahan					
11	Saya mudah terpancing emosi saat orang lain mengkritik bentuk tubuh saya					

**PERNYATAAN KESEDIAAN
UNTUK MENJADI SUBYEK PENELITIAN**

Dengan menandatangani lembaran ini, saya:

Nama : AI (nama samara)

Umur : 21 tahun

Status : Mahasiswa

Alamat : Desa Campaka Dusun Ciguha RT/RW 005/002 Cilubang, Kab.
Pangandaran, Cigugur, Jawa Barat, ID, 46392

Saya menyatakan kesediaan saya untuk diwawancara dan memberikan keterangan sebener-benarnya dalam penelitian ini. Yang hasilnya digunakan untuk penyusunan skripsi dan judul “standarisasi kecantikan dan self acceptance adap perempuan korban body shaming”, yang dilakukan oleh saudari Inni Fathatun Nazihah (mahasiswi jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K. H Saeffudin Zuhri purwokerto)

1. Adapun data pribadi saya terjamin kerahasiaanya, dan digunakan semata-mata untuk keperluan penyusunan skripsi ini.
2. Selanjutnya saya bersedia diwawancarai Kembali jika ditemukan data yang kurang lengkap.
3. Dan atas dasar kepercayaan ini saya akan memberikan data yang selengkap-lengkapnya.

Subyek

(AI)

**PERNYATAAN KESEDIAAN
UNTUK MENJADI SUBYEK PENELITIAN**

Dengan menandatangani lembaran ini, saya:

Nama : IN (nama samara)

Umur : 24 tahun

Status : Mahasiswa

Alamat : Jln Cugugur Km 03 Dusun Pasirkiara Rt 01/Rw 11 Desa
Karangbenda Kecamatan Parigi Kabupaten Pangandaran

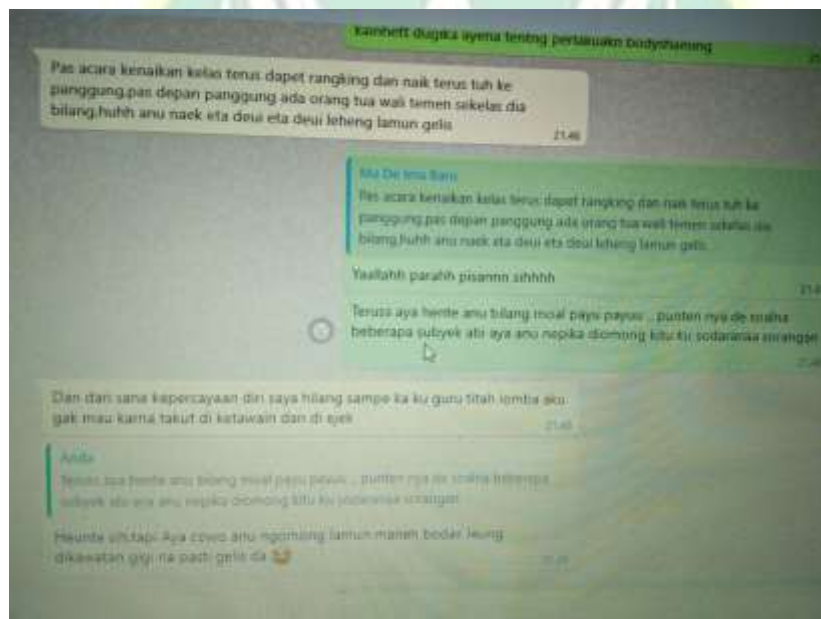
Saya menyatakan kesediaan saya untuk diwawancara dan memberikan keterangan sebener-benarnya dalam penelitian ini. Yang hasilnya digunakan untuk penyusunan skripsi dan judul “standarisasi kecantikan dan self acceptance adap perempuan korban body shaming”, yang dilakukan oleh saudari Inni Fathatun Nazihah (mahasiswi jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K. H Saeffudin Zuhri purwokerto)

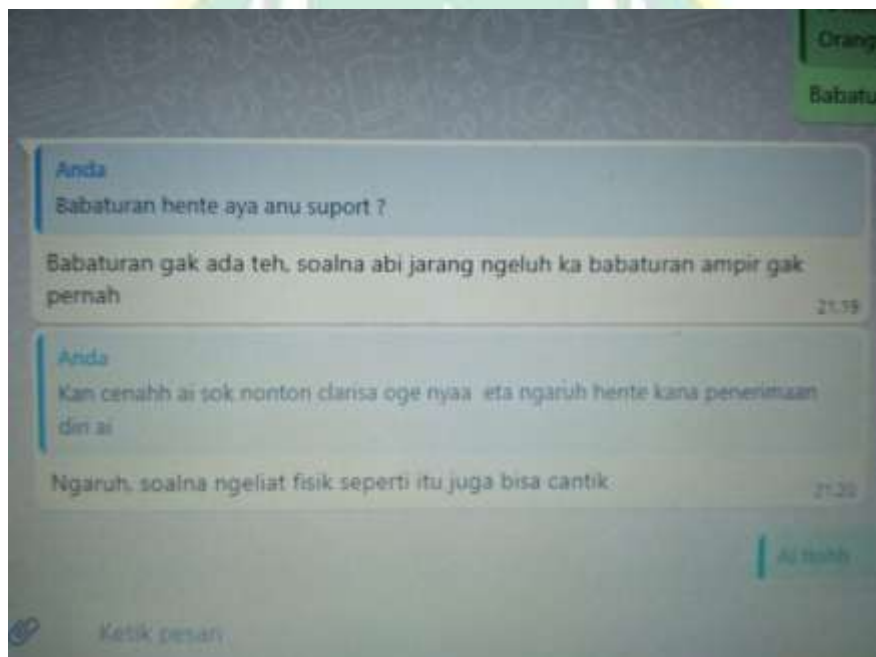
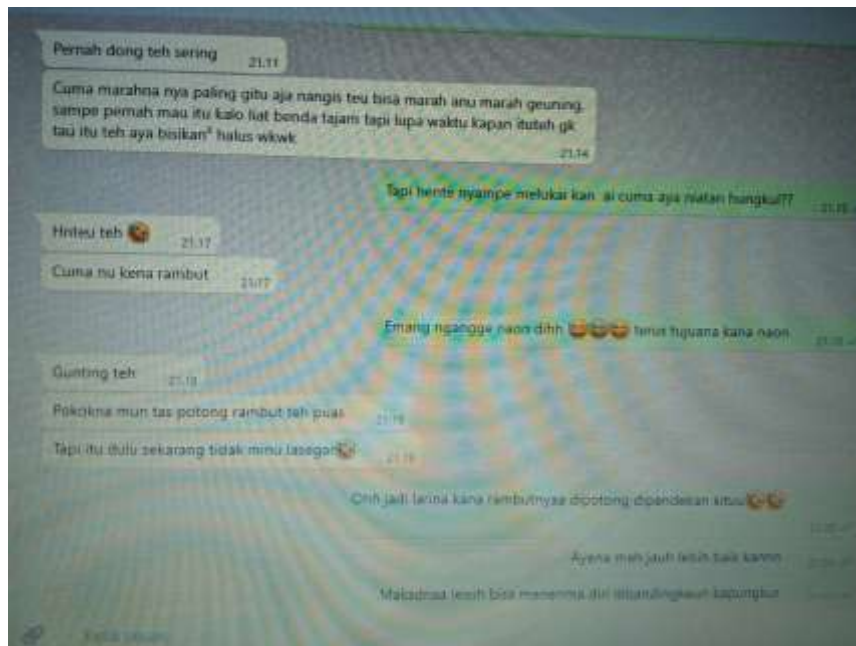
1. Adapun data pribadi saya terjamin kerahasiaanya, dan digunakan semata-mata untuk keperluan penyusunan skripsi ini.
2. Selanjutnya saya bersedia diwawancarai Kembali jika ditemukan data yang kurang lengkap.
3. Dan atas dasar kepercayaan ini saya akan memberikan data yang selengkap-lengkapny.

Subyek

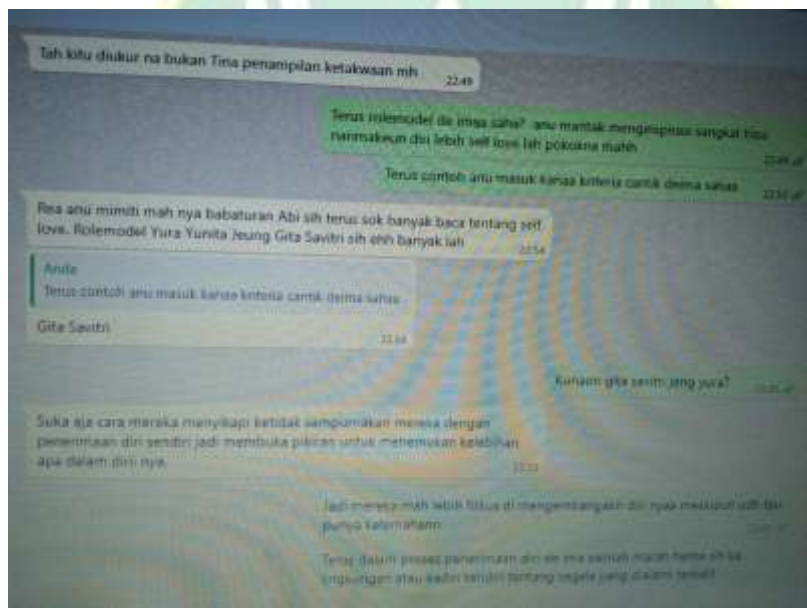
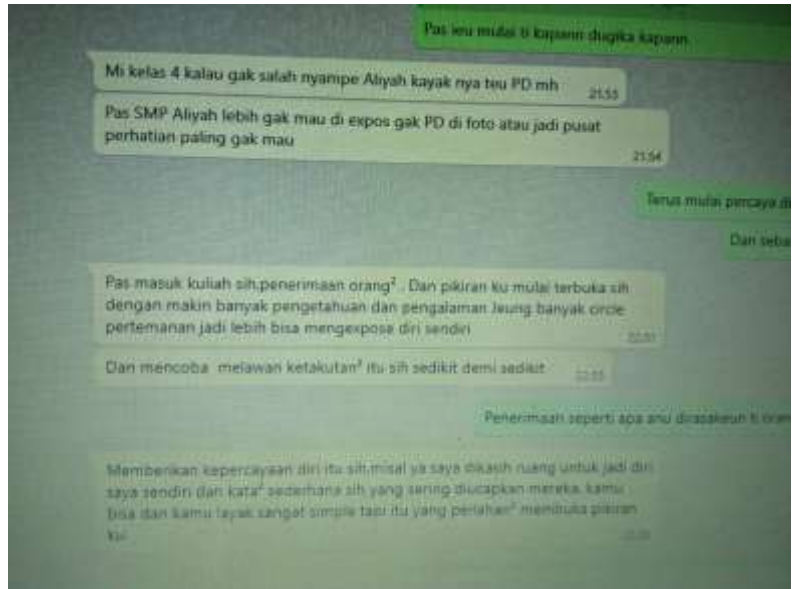
(IN)

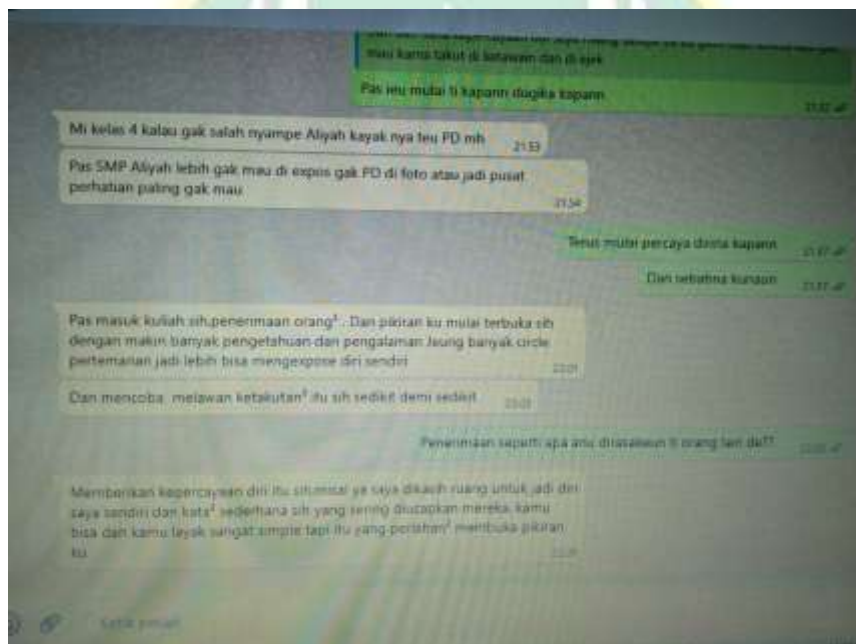
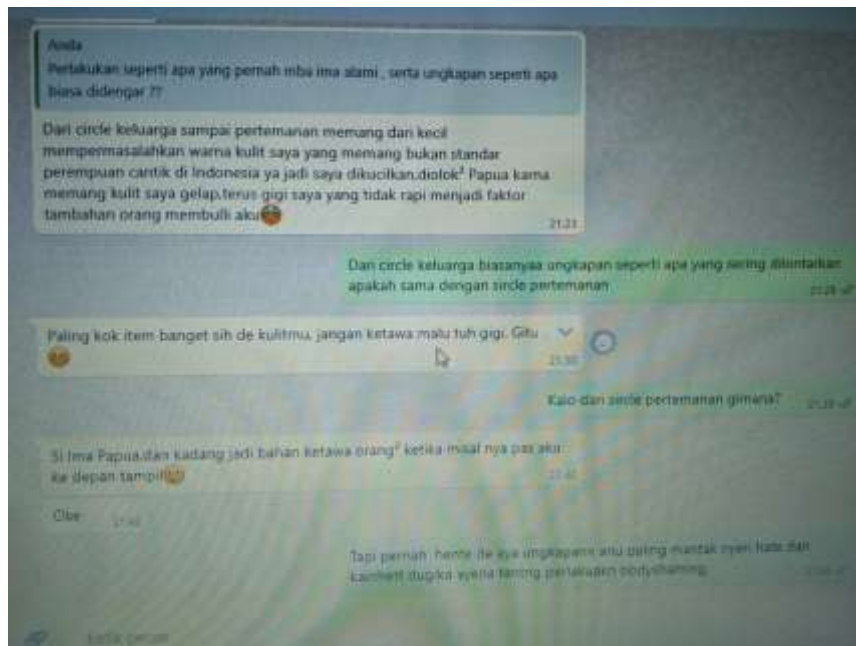
HASIL WAWANCARA DENGAN AI

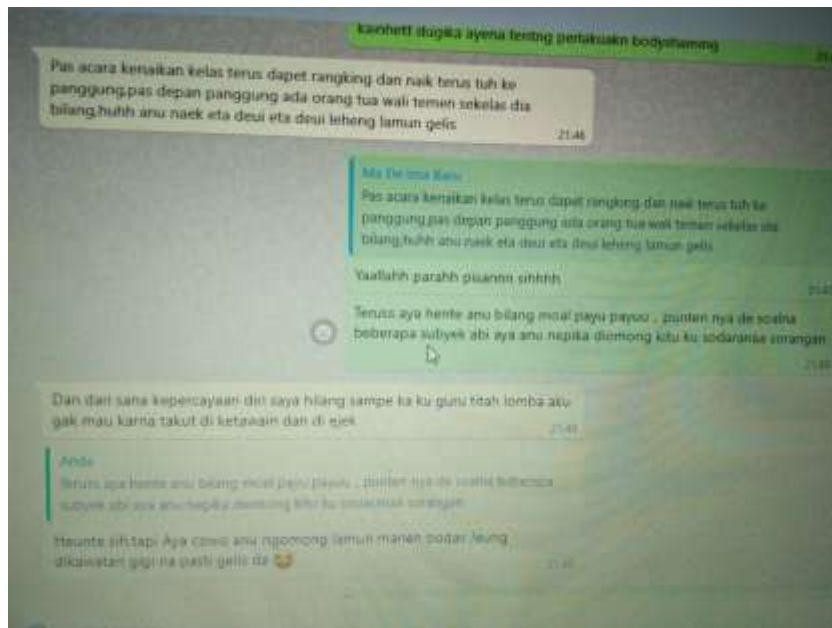




HASIL WAWANCARA DENGAN IN







DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas diri

1. Nama : Inni Fathatun Nazihah
2. Nim : 1617101016
3. Tempat/ tanggal lahir : Ciamis, 26 Juli 1998
4. Alamat asal : Dusun Karangpaci Rt 02/Rw 10 Desar
Kertayasa Kecamatan Cijulang Kabupaten Pangandaran
5. Nama ayah : Daribi
6. Nam ibu : Iin Inayah
7. E-mail : fathatun.nazizah@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. SD Negri 3 batukaras : Tahun lulus 2010
2. MTS Maarif Curug : Tahun lulus 2013
3. MA YPP babakan Jamanis : Tahun lulus 2016
4. UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

Purwokerto, 12 Agustus 2022

Inni Fathatun Nazihah

