

**EKSPLORASI PERAN *SELF ESTEEM*
TERHADAP *BODY DYSMORPHIC DISORDER* PESERTA DIDIK
DI SMA NEGERI 2 CIREBON**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam



SYIFA NI'MATULMAULA
NIM. 2108306219

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON
TAHUN 2025**

ABSTRAK

“Eksplorasi *Self Esteem* terhadap *Body Dysmorphic Disorder* Peserta Didik di SMA Negeri 2 Cirebon”.

Syifa Ni'matul Maula. 2108306219. Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam. Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam. Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami peran *self esteem* terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada peserta didik di SMA Negeri 2 Cirebon. Masa remaja sering kali ditandai dengan tekanan sosial terkait penampilan fisik yang dapat dipengaruhi oleh media sosial dan standar kecantikan yang tidak realistis. *Self esteem* yang rendah dapat membuat individu lebih rentan terhadap gangguan citra tubuh negatif seperti *body dysmorphic disorder*, yang ditandai dengan obsesi berlebihan terhadap kekurangan fisik yang sebenarnya tidak signifikan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif untuk mendeskripsikan persepsi siswa mengenai *self esteem* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi, dan dokumentasi dari guru bimbingan konseling dan peserta didik SMA Negeri 2 Cirebon.

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan teoretis mengenai peran antara *self esteem* dan *body dysmorphic disorder* serta menjadi acuan untuk pengembangan penelitian di masa depan. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis bagi lembaga pendidikan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa melalui pendekatan bimbingan konseling yang sesuai.

Kata kunci : *Self Esteem*, *Body Dysmorphic Disorder*, Peserta Didik

ABSTRACT

“Exploration of Self Esteem towards Body Dysmorphic Disorder of Students at SMA Negeri 2 Cirebon”.

Syifa Ni'matul Maula. 2108306219. Department of Islamic Guidance and Counseling. Faculty of Da'wah and Islamic Communication. University Islamic Cyber of Sheikh Nurjati Cirebon.

This study aims to understand the role of self-esteem on the tendency of body dysmorphic disorder in students at SMA Negeri 2 Cirebon. Adolescence is often characterized by social pressures related to physical appearance that can be influenced by social media and unrealistic beauty standards. Low self-esteem can make individuals more vulnerable to negative body image disorders such as body dysmorphic disorder, which is characterized by excessive obsession with physical flaws that are actually insignificant.

This study used a qualitative approach with descriptive methods to describe students' perceptions of self-esteem and body dysmorphic disorder tendencies. Data were collected through semi-structured interviews, observation, and documentation from counseling guidance teachers and students of SMA Negeri 2 Cirebon.

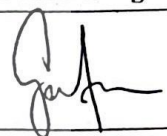
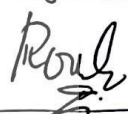
The results of the study are expected to provide theoretical insight into the relationship between self-esteem and body dysmorphic disorder and become a reference for future research development. In addition, this study is expected to provide practical benefits for educational institutions in improving the psychological well-being of students through an appropriate counseling guidance approach.

Keywords: *Self Esteem, Body Dysmorphic Disorder, Students*

LEMBAR PENGEHASAHAN

Skripsi berjudul “Eksplorasi Peran Self Esteem terhadap Body Dysmorphic Disorder Peserta Didik SMA Negeri 2 Cirebon” oleh Syifa Ni'matul Maula, NIM. 2108306219, telah di *munaqosyahkan* pada di hadapan dewan penguji dan dinyatakan lulus.

Skripsi ini telah memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam (FDKI) Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon (UINSSC).

Panitia Munaqosyah	Tanggal	Tanda Tangan
Ketua Jurusan Bambang Setiawan, M.Pd NIP. 19890706 201801 1 002	11-06-2025	
Sekretaris Jurusan Rina Kurnia, M.Pd NIP. 1990051 7201903 2 011	10-06-2025	
Penguji I Dr. Ade Hidayat, M.Pd NIP. 19820226 202012 1 001	10-06-2025	
Penguji II Eha Julacha, MA NIP. 19721215 201411 2 001	10-06-2025	
Pembimbing I Herny Novianti, M.Pd NIP. 19811121 202321 2 021	10-06-2025	
Pembimbing II Asriyanti Rosmalina, M.Ag NIP. 19760331 200710 2 004	10-6-2025	

Mengetahui,

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam



Dr. Naila Farah, M.Ag
NIP. 19770622 201101 2 003

LEMBAR PERSETUJUAN

**EKSPLORASI PERAN *SELF ESTEEM* TERHADAP *BODY*
DYSMORPHIC DISORDER PESERTA DIDIK
DI SMA NEGERI 2 CIREBON**

Disusun Oleh:

Syifa Ni'matul Maula
NIM. 2108306219

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

The image shows two logos side-by-side. On the left is the logo of Universitas Islam Negeri Sibero (UINSSC), featuring a stylized green and yellow arch with the text 'UINSSC' below it. On the right is the logo of Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, featuring a stylized green and yellow arch with the text 'UIN AR-RANIRY' below it.

Herny Novianti, M.Pd
NIP. 19811121 202321 2 021

Asriyanti Rosmalina, M.Ag
NIP. 19760331 200710 2 004

Mengetahui,
Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Bambang'.

Bambang Setiawan, M.Pd
NIP. 19890706 201801 1 002

NOTA DINAS

Kepada Yth.

Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam

Universitas Islam Negeri Siber Syekh

Nurjati Cirebon di tempat

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah melaksanakan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan skripsi berikut ini:

Nama : Syifa Ni'matul Maula
Nim : 2108306219
Judul : EKSPLORASI PERAN *SELF ESTEEM* TERHADAP *BODY DYSMORPHIC DISORDER* PESERTA DIDIK DI SMA NEGERI 2 CIREBON

Kami bersepakat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon untuk di *munaqosyah* kan.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER

Pembimbing I **UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER** Pembimbing II



Herny Novianti, M.Pd
NIP. 19811121 202321 2 021



Asriyanti Rosmalina, M.Ag
NIP. 19760331 200710 2 004

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Syifa Ni'matul Maula

Nim : 2108306219

Judul : EKSPLORASI PERAN *SELF ESTEEM* TERHADAP *BODY DYSMORPHIC DISORDER* PESERTA DIDIK DI SMA NEGERI 2 CIREBON

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini merupakan hasil karya peneliti yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana (S1) di Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon.
2. Semua sumber yang peneliti gunakan dalam penulisan skripsi ini telah dicantumkan sesuai ketentuan atau pedoman penulisan karya tulis ilmiah.
3. Apabila di kemudian hari adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan atau ada klaim terhadap keaslian karya yang saya buat, maka saya siap menanggung risiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya dengan peraturan yang berlaku.

Cirebon, 14 April 2025

Yang membuat Pertanyaan,



Syifa Ni'matul Maula

NIM. 2108306219

MOTTO

“Ini bukan akhir, tapi awal dari perjalanan yang lebih besar. Untuk semua proses
yang telah dilalui
—terima kasih, diriku.”



BIODATA PENULIS



Nama : SYIFA NI'MATUL MAULA
Tempat,Tanggal Lahir: Cirebon, 31 Maret 2003 Jenis Kelamin : Perempuan
Jurusan : Bimbingan Konseling Islam
Agama : Islam
Kewarganegaraan : Indonesia
Alamat : Permata Harjamukti VI Blok L5 No.7 Kelurahan Kecapi, Kecamatan Harjamukti, Kota Cirebon.

RIWAYAT PENDIDIKAN FORMAL

1. 2007-2008 : Taman Kanak-Kanak (TK) Nurul Amal Cirebon
2. 2008-2015 : Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kartini 1 Cirebon
3. 2015-2018 : Sekolah Menengah Pertama (SMPN) 1 Cirebon
4. 2018-2021 : Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 2 Tasikmalaya
5. 2021-2025 : Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon (UINSSC)

UINSSC
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Rabbil, Alamiin dengan segala karunia-Nya yang telah memudahkan segalanya terkhusus dalam penyusunan skripsi ini kupersembahkan karya ini kepada dua manusia luar biasa yang telah Allah titipkan untuk menjadi jalan hidupku:

1. Mamah saya Tati Nurhayati, S. Pd.I , yang senantiasa mendoakan saya setiap waktu, membimbing, dan memberikan motivasi dan memberikan dukungan dengan penuh cinta dan kasih sayang tak terhingga. Terima kasih atas segala cinta yang tak pernah habis, atas doa-doa yang diam-diam menguatkan dari jauh, dan atas setiap peluh yang kalian curahkan tanpa pernah meminta imbalan.
2. Ayah saya Ahmad Nuryadin S.Ag, M.pd. yang selalu mendoakan saya dalam diam dan kasih yang selalu tulus serta selalu memberikan motivasi dan bimbingan kepada penulis
3. Adik saya Naila Amanatul Maula yang selalu mendengarkan keluh kesah saya selama dalam proses perkuliahan khususnya saat penulisan skripsi ini.
4. Dosen pembimbing skripsi yaitu Ibu Herny Novianty, M. Pd., dan Ibu Asriyanti Rosmalina M.Ag terima kasih saya ucapkan atas bimbingan, kesabaran, dan ilmu yang telah ibu berikan kepada saya sehingga penyusunan skripsi ini berjalan dengan lancar.
5. Seluruh Dosen Jurusan Bimbingan Konseling Islam, terima kasih atas bimbingan dan ilmu yang telah diberikan selama saya menempuh pendidikan sarjana ini.
6. Kepala Sekolah dan Guru BK SMA Negeri 2 Cirebon, beserta jajarannya yang sudah menerima kedatangan peneliti dengan sangat baik, memberikan izin dalam penelitian skripsi dan bersedia meluangkan waktunya.
7. Seluruh responden yang sudah bersedia meluangkan waktunya

untuk peneliti wawancara terkait penelitian yang dilakukan oleh peneliti.

8. Refi Ramdhani A.Md.M yang telah memberikan dukungan, memberikan waktu untuk menemani penulis dalam proses penulisan skripsi ini. Terima kasih telah menjadi rumah yang tak pernah lelah menunggu, menjadi tempat berpulang saat dunia terasa berat
9. Niken Felicia, Kamelia Khoerunnisa, dan Aura Salsabilla Firdani; sahabat penulis yang selalu siap mendengarkan keluh kesah, memotivasi, mendukung dan mendoakan yang terbaik untuk penulis.
10. Dinar Siti Azzahra, Putri khoerunnisa, dan Rizky Lulu'ul Adhiyyah selaku sahabat peneliti, terimakasih sudah kebersamaan semasa perkuliahan, sudah menjadi teman yang baik, memberikan banyak pengalaman baru, supportif dan selalu bertukar pikiran, sukses selalu untuk kalian.
11. Seluruh partisipan yang tidak disebutkan satu per satu. Pada skripsi ini peneliti menyadari bahwa penulisan ini masih jauh dari kata sempurna. Tentu dibutuhkan saran dan kritik guna memperbaiki skripsi ini. Semoga skripsi ini bisa bermanfaat khususnya untuk peneliti dan umumnya bagi para pembaca.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat ALLAH SUBHANAHU WATA'ALA yang telah memberikan nikmat Iman, Islam, sehat, serta ketenangan sehingga peneliti dapat menyusun skripsi yang berjudul **“Eksplorasi Peran Self Esteem terhadap Body Dysmorphic Disorder Peserta Didik SMA Negeri 2 Cirebon”** tepat pada waktunya. Shalawat serta salam, selalu tercurah limpahkan kepada sang kekasih, BAGINDA NABI MUHAMMAD SHALLALLAHU ‘ALAIHI WASALLAM, beserta keluarga, dan para sahabatnya yang telah menjadi teladan untuk umat manusia. Semoga kecintaan ini menjadi bukti dan sebab kelak di akhirat merasakan syafaat dari NABI MUHAMMAD SHALLALLAHU ‘ALAIHI WASALLAM. Peneliti menyadari bahwa tidak mungkin rasanya skripsi ini terselesaikan tanpa adanya dukungan, bimbingan, serta kasih sayang dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini, peneliti mengucapkan terimakasih setulus-tulusnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Aan Jaelani, M.Ag; Rektor Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon yang sudah menjadi figur teladan kepemimpinan untuk para mahasiswanya dengan membuat berbagai kebijakan tegas namun penuh pertimbangan sehingga tetap menjaga Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon dalam budaya yang agamis tetapi tidak tertinggal oleh perkembangan zaman yang begitu cepat.
2. Dr. Naila Farah, M.Ag; Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam yang telah memberikan kesempatan kepada para mahasiswanya untuk meraih berbagai macam beasiswa yang tersedia.
3. Bambang Setiawan, M.Pd; Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam yang sangat berjasa telah berusaha dengan sangat keras dalam memperjuangkan akreditasi maupun kemajuan untuk jurusan tercinta.
4. Rina Kurnia, M.Pd; Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam yang sangat memberikan seluruh tenaga dan usahanya untuk kemajuan jurusan tercinta.

5. Herny Novianti, M.Pd Dosen pembimbing skripsi I yang begitu sabar menghadapi peneliti dengan selalu memberikan senyuman khas di setiap bimbingan yang tidak akan pernah peneliti lupa. Ibu selalu memberikan kesan tidak terganggu, selalu ada dan siap ketika peneliti ingin bimbingan, bahkan selalu berusaha untuk memberikan motivasi, nasihat, dukungan, kemudahan, serta ilmu yang tidak ternilai harganya. Semoga Bapak sehat selalu dan menjadi manfaat atas segala ilmu yang telah diberikan kepada peneliti.
6. Asriyanti Rosmalina, M.Ag dosen pembimbing skripsi II yang telah berkenan peneliti pilih. Bapak begitu sabar menghadapi peneliti, selalu ada dan bisa ketika peneliti ingin bimbingan. Ibu sangat mendukung progres penyusunan skripsi yang dilakukan oleh peneliti dengan selalu memberikan motivasi, nasihat, dukungan, kemudahan, serta ilmu yang tidak ternilai harganya.
7. Seluruh Dosen BKI yang telah mengajar dan membimbing dalam mata kuliah dan memberikan manfaat kepada peneliti selama 7 (tujuh) semester.
8. Seluruh Staf Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam dan Staf Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Ibu Pratiwi.

Seluruh pihak terkait, yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu namun, terimakasih sudah mendukung dan mendoakan peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.

DAFTAR ISI

ABSTRACT	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
NOTA DINAS	iv
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI	vi
MOTTO	vii
BIODATA PENULIS	viii
PERSEMBAHAN	ix
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Perumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
E. Landasan Teori	9
F. Signifikansi Penelitian	11
G. Penelitian Terdahulu	12
H. Metode Penelitian	14
I. Sistematika Penelitian	23

BAB II TINJAUAN PUSTAKA	25
A. Self Esteem.....	25
B. Body Dysmorphic Disorder	30
C. Konsep Peserta Didik.....	34
BAB III PROFIL SMA NEGERI 2 CIREBON	41
A. Profil SMA Negeri 2 Cirebon.....	41
B. Visi dan Misi Bimbingan dan Konseling SMA Negeri 2 Cirebon.....	44
C. Struktur Bimbingan dan Konseling SMA Negeri 2 Cirebon	45
D. Program Bimbingan Konseling SMA Negeri 2 Cirebon	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	48
A. Hasil Penelitian.....	48
B. Pembahasan.....	84
BAB V	103
PENUTUP	103
A. Kesimpulan	103
B. Saran.....	104
DAFTAR PUSTAKA.....	108
LAMPIRAN.....	110