

PENGARUH BODY SHAMING TERHADAP SELF-ESTEEM SISWA DI KELAS XI IPS SMA NEGERI 1 CILIMUS KABUPATEN KUNINGAN

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYEKH NURJATI CIREBON
2021 M/1442 H**

**PENGARUH BODY SHAMING TERHADAP SELF-ESTEEM SISWA
DI KELAS XI IPS SMA NEGERI 1 CILIMUS KABUPATEN KUNINGAN**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYEKH NURJATI CIREBON
2021 M/1442 H**

ABSTRAK

“PENGARUH BODY SHAMING TERHADAP SELF-ESTEEM SISWA DIKELAS XI IPS SMA NEGERI 1 CILIMUS KABUPATEN KUNINGAN”.
Fakultas Ushuluddin Adab Dakwah. Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

Rima Nurjannah
NIM 1708306052

Penyebaran berbagai informasi mengenai standarisasi tubuh ideal, berdampak kepada penilaian terhadap orang lain, salah satunya adalah perilaku *body shaming*. *Body shaming* dapat diartikan mengomentari kekurangan fisik orang lain, perilaku ini dapat menjadikan seseorang semakin merasa tidak percaya diri, takut dan tidak nyaman terhadap penampilan fisiknya, mulai menutup diri baik dari lingkungan maupun orang-orang serta menurunnya harga diri seseorang (*self-esteem*). Observasi yang dilakukan oleh peneliti di SMAN 1 Cilimus, ditemukan beberapa remaja yang sering melakukan perilaku *body shaming*, seperti mengomentari fisik dll.

Penelitian ini bertujuan untuk (1) mengetahui perilaku *body shaming* dikalangan siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Cilimus Kuningan. (2) mengetahui gambaran *self-esteem* dikalangan siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Cilimus Kuningan. (3) mengetahui pengaruh perilaku *body shaming* terhadap *self-esteem* siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Cilimus Kuningan.

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dan dilaksanakan di SMAN 1 Cilimus. Data yang diambil adalah dua variabel yaitu *body shaming* (X) dan *self-esteem* (Y). Objek penelitiannya yaitu siswa IPS kelas XI angkatan 2019. Teknik pengumpulan datanya menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis datanya dengan menggunakan uji normalitas, uji linearitas, uji koefisien regresi linear sederhana dan uji hipotesis.

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *body shaming* terhadap *self-esteem* siswa di SMAN 1 Cilimus. Tingkat *body shaming* siswa di SMAN 1 Cilimus berada dalam kategori sedang dengan persentase 51,5% dan *self-esteem* siswa berada dalam kategori cukup dengan persentase 51,5%. Pada hasil analisis data uji regresi linear sederhana. Nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ dan nilai t: diketahui nilai t_{hitung} sebesar $6,006 > t_{tabel} 1,997$, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *body shaming* (X) berpengaruh terhadap variabel *self-esteem* (Y), artinya hipotesis dapat di terima.

Kata kunci : *Body shaming, Self-esteem* dan Siswa kelas XI

ABSTRACT

"THE EFFECT OF BODY SHAMING ON STUDENTS' SELF ESTEEM IN CLASS XI IPS AT SMA NEGERI 1 CILIMUS, KUNINGAN REGENCY". Faculty of Ushuluddin Adab Da'wah. Islamic Counseling Department.

Rima Nurjannah
NIM 1708306052

The dissemination of various information regarding the standardization of the ideal body, has an impact on the judgment of others, one of which is body shaming behavior. Body shaming can be interpreted as commenting on other people's physical deficiencies, this behavior can make a person feel more insecure, afraid and uncomfortable with their physical appearance, begin to shut themselves off from both the environment and people and decrease person's self-esteem (self-esteem). Observations made by researchers at SMAN 1 Cilimus, they have found that some Adolescence often do body shaming behavior, such as commenting on physicality etc.

This study aims to (1) determine the behavior of body shaming among class XI IPS students of SMA Negeri 1 Cilimus Kuningan. (2) knowing the picture of self-esteem among class XI IPS students of SMA Negeri 1 Cilimus Kuningan. (3) to determine the effect of body shaming behavior on self-esteem in class XI IPS at SMA Negeri 1 Cilimus Kuningan.

This research was conducted using a descriptive quantitative approach and was carried out at SMAN 1 Cilimus. The data taken are two variables, namely body shaming (X) and self-esteem (Y). The object of the research is social studies students class XI class 2019. The data collection technique using observation, interviews, and documentation. The data analysis technique used normality test, linearity test, simple linear regression coefficient test and hypothesis testing.

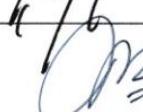
The results of this study indicate that there is a significant relationship between body shaming and student self-esteem at SMAN 1 Cilimus. The level of student body shaming at SMAN 1 Cilimus is in the medium category with a percentage of 51.5% and students' self-esteem is in the moderate category with a percentage of 51.5%. On the results of data analysis, simple linear regression test. The significance value is $0.000 < 0.05$ and the t value: it is known that the t count value is $6.006 > t_{table} 1.997$, so it can be concluded that the body shaming variable (X) has an effect on the self-esteem variable (Y), meaning that the hypothesis can be accepted.

Keywords: Body shaming, Self-esteem and Student of eleventh grade

PENGESAHAN

Skripsi berjudul “**Pengaruh Body shaming terhadap Self-esteem siswa dikelas XI IPS SMA Negeri 1 Cilimus Kabupaten Kuningan**” oleh Rima Nurjannah, NIM 1708306052, telah dimunaqosahkan pada tanggal 29 Mei 2021, dihadapan dewan penguji dan dinyatakan **LULUS**.

Skripsi ini telah memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon.

Panitia Munaqosyah	Tanggal	Tanda Tangan
Ketua Jurusan Drs. H. Muzaki, M.Ag NIP. 19660720 19903 1001	01 / 08 / 2021	
Sekretaris Jurusan Jaja Suteja, M.Pd.I NIP. 19830705 201101 1 014	16 / 06 / 2021	
Penguji I Drs. Jalaluddin, M.Si NIP. 19650612 199402 1 001	17 / 06 / 2021	
Penguji II Jaja Suteja, M.Pd.I NIP. 19830705 201101 1 014	16 / 06 / 2021	
Pembimbing I H. Aan Moh Burhanudin, MA NIP. 19740508200901 1 012	16 / 06 / 2021	
Pembimbing II Herman Beni, MA NIP. 19780430 201101 1 004	16 / 06 / 2021	

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah



LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH BODY SHAMING TERHADAP SELF-ESTEEM SISWA DI
KELAS XI IPS SMA NEGERI 1 CILIMUS KABUPATEN KUNINGAN**

Disusun Oleh:

Rima Nurjannah

NIM. 1708306052

Menyetujui:

Pembimbing I

H. Aan Moh Burhanudin, MA
NIP. 19740508200901 1 012

Pembimbing II


Herman Beni, M.A.
NIP. 19780430201101 1 004

Mengetahui:

Ketua Jurusan BKI


Drs. H. Muzaki, M.Ag
NIP. 19660720 199903 1001

NOTA DINAS

Kepada

Yth. Ketua Jurusan

Bimbingan konseling islam

IAIN Syekh Nurjati Cirebon

Di Cirebon.

Assalamu'alaikum Wr.Wb

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

Nama : Rima Nurjannah

NIM : 1708306052

Judul : **PENGARUH BODY SHAMING TERHADAP SELF-ESTEEM
SISWA DI KELAS XI IPS SMA NEGERI 1 CILIMUS
KABUPATEN KUNINGAN**

Kami bersepakat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Syekh Nurjati Cirebon untuk di Munaqosyahkan.

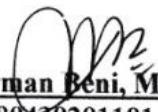
Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Cirebon, April 2021

Pembimbing I

Pembimbing II

H. Aan Moh Burhanuddin, MA
NIP. 19740508200901 1 012


Herman Beni, M.A.
NIP. 19780430201101 1 004

OTENTISITAS SKRIPSI

Bismillahirrohmanirrohim

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "**Pengaruh Body shaming terhadap Self-esteem siswa dikelas XI IPS SMA Negeri 1 Cilimus Kabupaten Kuningan**" ini beserta seluruh isinya merupakan karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sangksi atau apapun yang dijatuhkan kepada saya dengan peraturan yang berlaku. Apabila di kemudian hari adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan, atau ada klaim terhadap keaslian karya yang telah saya buat ini.

Cirebon, April 2021

Yang membuat pernyataan



Rima Nurjanah
NIM. 1708306052



RIWAYAT HIDUP

Nama lengkap dari Penulis adalah Rima Nurjannah, lahir di Kuningan, 18 Juni 1999. Penulis adalah anak kedua dari tiga bersaudara, Lahir dari Ibu Ela Nurlaela dan Bapak Saptari. Alamat lengkap Desa Maniskidul, Dusun Pahing. RT/RW: 014/003. Kecamatan Jalaksana. Kabupaten Kuningan.

Pendidikan Formal:

1. RA Ashhaabul Maimanah, lulus tahun 2005.
2. MI Negeri Maniskidul, lulus tahun 2011.
3. MTs Negeri Jalaksana, lulus tahun 2014.
4. SMA Negeri 1 Cilimus, lulus tahun 2017.
5. IAIN Syekh Nurjati Cirebon Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, dari tahun 2017 dan lulus tahun 2021

MOTTO HIDUP

**SETIAP KESULITAN SELALU ADA KEMUDAHAN. SETIAP
MASALAH PASTI ADA SOLUSI**



PERSEMBAHAN

Skripsi ini aku persembahkan kepada:

1. Ibu dan Bapak tercinta, Terima kasih penulis ucapkan atas semua pengorbanan dan perjuanganmu selama ini, apa yang penulis dapatkan hari ini belum mampu membayar semua kebaikan, keringat dan juga air mata. Terimakasih untuk segala hal.
2. Teruntuk kaka dan adik penulis, tiada waktu yang paling berharga dalam hidup selain menghabiskan waktu dengan kalian. Walaupun saat dekat kita saling bertengkar, tapi saat jauh kita saling merindukan. Terimakasih kalian yang selalu memberikan support nya.
3. Keluarga besar penulis yang ada di Maniskidul dan Cilimus. Terimakasih atas dukungannya, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
4. Teruntuk teman MI, MTs dan SMA yang hingga saat ini selalu bersama penulis dan membantu penulis dalam hal apapun, terimakasih banyak kalian.
5. Terimakasih banyak Nadya, salah satu teman kampus penulis sekaligus teman kelas atas segala bantuannya dalam penyusunan skripsi ini, mengantarku kemanapun, dan teman segala hal.
6. Terimakasih banyak Rindi dan Kartika, telah menjadi teman baikku, membantu mencari buku referensi skripsi dikampusnya masing-masing.
7. Teruntuk Indra, terimakasih banyak atas bantuannya, yang tidak pernah lelah untuk mengantar penulis kemanapun dan juga membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Keluarga besar BKI B, yang selalu kompak, seru, suka dan duka kita rasakan bersama-sama. Sukses yaa kalian semua.
9. Sahabat dan seluruh teman dikampus tercinta. Tanpa kalian mungkin masa-masa kuliah penulis akan menjadi biasa-biasa saja, maaf jika banyak salah dengan maaf yang tidak terucap. Terimakasih untuk support yang luar biasa, sampai penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

10. Adik-adik XI IPS SMA Negeri 1 Cilimus, terimakasih banyak telah ikut berpartisipasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Teruntuk benda mati tapi selalu ada dan setia yaitu handphone, laptop, charger, flashdisk, wifi dan motor beat pop putih ku. Terimakasih banyak sudah menemani perjalananku dalam pembuatan skripsi ini.
12. Salam hangat untuk pembaca sekalian semoga Allah SWT selalu menganugerahkan keberkahan untuk kita semua. Aamiin



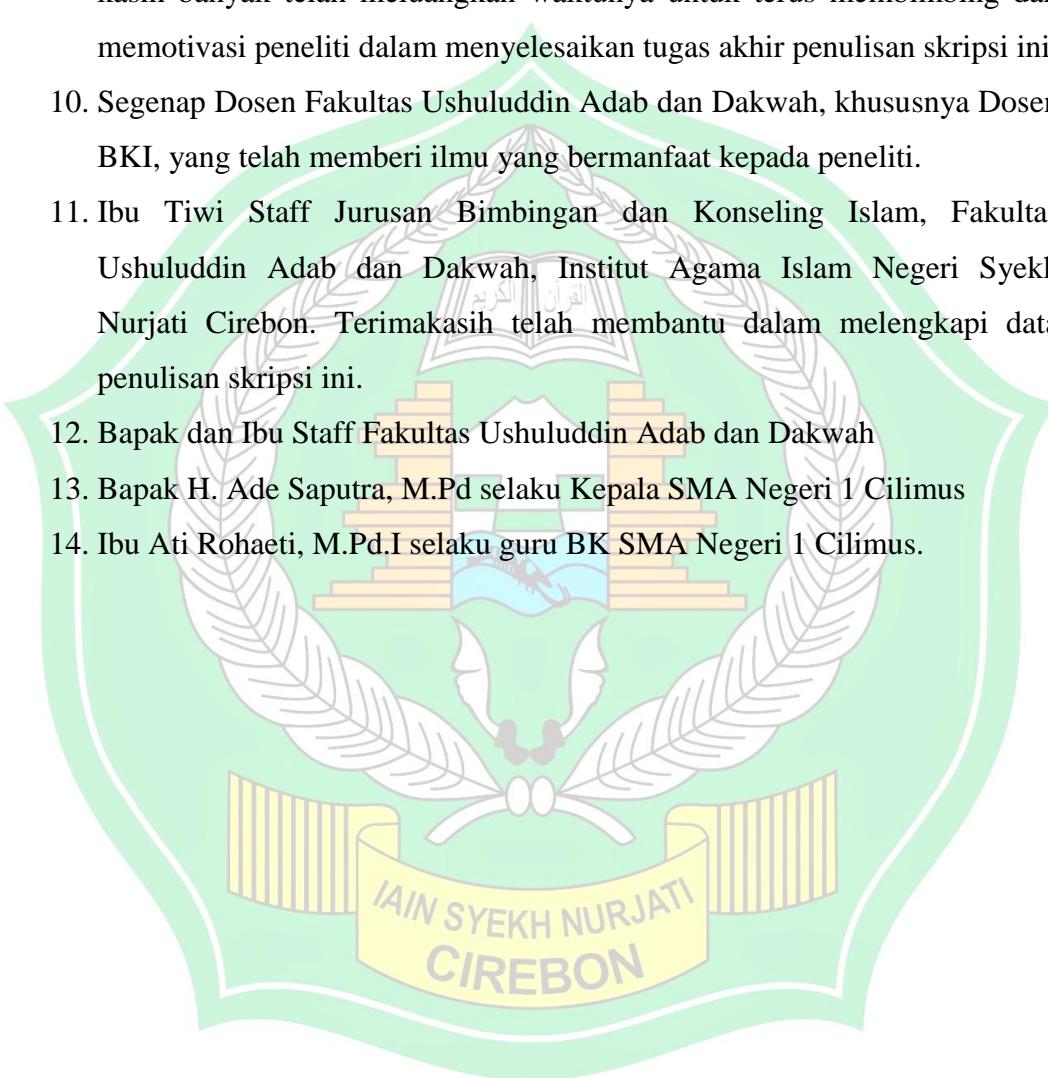
KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Segala puji bagi Allah Tuhan Semesta Alam, atas berkat, rahmat dan hidayah-Nya penulis telah menyelesaikan skripsi dengan judul “**Pengaruh Body shaming terhadap Self-esteem siswa dikelas XI IPS SMA Negeri 1 Cilimus Kabupaten Kuningan**”.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan dakwah IAIN Syekh Nurjati Cirebon. Skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan serta bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak penulis. Untuk itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih setulus-tulusnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. H. Sumanta, M. Ag, selaku Rektor IAIN Syekh Nurjati Cirebon
2. Bapak Dr. Hajam, M.Ag, Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, IAIN Syekh Nurjati Cirebon
3. Bapak Dr. Arief Rachman, S.Sos M.Si, selaku Wakil Dekan I Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, IAIN Syekh Nurjati Cirebon
4. Ibu Dr. Hj. Sri Rokhlinasari, M.Si, selaku Wakil Dekan II Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, IAIN Syekh Nurjati Cirebon
5. Bapak Dr. Anwar Sanusi, M.Ag, selaku Wakil Dekan III Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, IAIN Syekh Nurjati Cirebon
6. Drs. H. Muzaki, M.Ag, Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, IAIN Syekh Nurjati Cirebon
7. Bapak Jaja Suteja, M.Pd.i, Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, IAIN Syekh Nurjati Cirebon

- 
8. Bapak H. Aan Moh Burhanudin, MA selaku dosen Pembimbing I (Satu). Terima kasih banyak telah meluangkan waktunya untuk terus membimbing dan memotivasi peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir penulisan skripsi ini
 9. Bapak Herman Beni, MA selaku dosen Pembimbing II (Dua). Terima kasih banyak telah meluangkan waktunya untuk terus membimbing dan memotivasi peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir penulisan skripsi ini.
 10. Segenap Dosen Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, khususnya Dosen BKI, yang telah memberi ilmu yang bermanfaat kepada peneliti.
 11. Ibu Tiwi Staff Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon. Terimakasih telah membantu dalam melengkapi data penulisan skripsi ini.
 12. Bapak dan Ibu Staff Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
 13. Bapak H. Ade Saputra, M.Pd selaku Kepala SMA Negeri 1 Cilimus
 14. Ibu Ati Rohaeti, M.Pd.I selaku guru BK SMA Negeri 1 Cilimus.

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
NOTA DINAS	v
PERNYATAAN KEASLIAN	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
MOTTO	viii
PERSEMAWAHAN	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	7
D. Pertanyaan Penelitian	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Kegunaan Penelitian	8
G. Kerangka Teori	9
H. Penelitian Terdahulu	10
I. Hipotesis	12
J. Sistematika Penulisan	13
BAB II LANDASAN TEORI	
A. <i>Body Shaming</i>	14
1. <i>Body Shaming</i>	14
2. Jenis-Jenis <i>Body Shame</i>	15
3. Aspek-Aspek <i>Body Shaming</i>	16
4. Bentuk-Bentuk <i>Body Shaming</i>	17
B. <i>Self-Esteem</i>	18

1.	<i>Self-Esteem</i>	18
2.	Aspek-Aspek <i>Self-Esteem</i>	20
3.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Esteem</i>	22
4.	Karakteristik <i>Self-Esteem</i> Tinggi	24
5.	Karakteristik <i>Self-Esteem</i> Rendah	25
6.	Pentingnya <i>Self-Esteem</i> Remaja	25
7.	Meningkatkan Harga Diri Menurut Islam	26
8.	Kebutuhan Manusia	26
C.	Remaja	29
1.	Remaja	29
2.	Tugas-tugas Perkembangan Remaja	29
3.	Ciri-ciri Masa Remaja	30
4.	Teknik <i>Cognitif Behavior Therapy</i> untuk Menurunkan Tingkat <i>Body Shame</i>	31

BAB III METODOLOGI DAN DESKRIPSI OBYEK PENELITIAN

A.	Tempat dan Waktu Penelitian	33
B.	Metode Penelitian	33
1.	Pendekatan Penelitian	33
2.	Variabel Penelitian	34
3.	Populasi dan Sampel	34
4.	Definisi Operasional Variabel	35
5.	Sumber Data	36
6.	Teknik Pengumpulan Data	37
7.	Instrumen Penelitian	39
8.	Uji Instrumen	39
9.	Teknik Analisis Data	40
C.	Obyek Penelitian	40
1.	Sejarah SMA Negeri 1 Cilimus	40
2.	Visi dan Misi	41
3.	Program Unggulan	47

4. Ekstrakulikuler	50
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	53
B. Hasil Pelaksanaan Penelitian	54
1. Data Variabel X (<i>Body Shaming</i>)	54
2. Data Variabel Y (<i>Self-Esteem</i>)	65
C. Hasil Analisis Data	75
1. Uji Normalitas	75
2. Uji Linearitas	76
3. Uji Regresi Linier Sederhana	77
4. Uji Hipotesis	78
5. Pembahasan	79
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	81
B. Saran	82
DAFTAR PUSTAKA	83
LAMPIRAN	87

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1Sistematika Penulisan	12
Tabel 3.2.1Operasional Variabel Penelitian	26
Tabel 3.2.2Instrumen Penelitian <i>Body Shaming</i>	27
Tabel 3.2.3Instrumen Penelitian <i>Self-Esteem</i>	28
Tabel 3.2.4Skala Model Likert	41
Tabel 3.2.5Hasil Uji Validitas <i>Body Shaming</i>	43
Tabel 3.2.6Hasil Uji Validitas <i>Self-Esteem</i>	44
Tabel 3.2.7 <i>Interval Koefisien</i>	45
Tabel 3.2.8Hasil Reabilitas	46
Tabel 3.2.9Kategori Perilaku <i>Body Shaming</i>	48
Tabel 3.2.10Kategori <i>Self-Esteem</i>	49
Tabel 4.2.1Angket pada item nomor 1	54
Tabel 4.2.2Angket pada item nomor 2	54
Tabel 4.2.3Angket pada item nomor 3	55
Tabel 4.2.4Angket pada item nomor 4	55
Tabel 4.2.5Angket pada item nomor 5	56
Tabel 4.2.6 Angket pada item nomor 6	56
Tabel 4.2.7Angket pada item nomor 7	57
Tabel 4.2.8Angket pada item nomor 8	57
Tabel 4.2.9Angket pada item nomor 9	58
Tabel 4.2.10Angket pada item nomor 10	58
Tabel 4.2.11Angket pada item nomor 11	59
Tabel 4.2.12Angket pada item nomor 12	59
Tabel 4.2.13Angket pada item nomor 13	60
Tabel 4.2.14Angket pada item nomor 14	60
Tabel 4.2.15Angket pada item nomor 15	61
Tabel 4.2.16 Angket pada item nomor 16	61
Tabel 4.2.17 Rekapitulasi Hasil Jawaban Variabel (X)	63
Tabel 4.2.18Hasil Angket Keseluruhan Variabel (X)	64
Tabel 4.2.19Angket pada item nomor 17	65
Tabel 4.2.20Angket pada item nomor 18	66
Tabel 4.2.21Angket pada item nomor 19	66
Tabel 4.2.22Angket pada item nomor 20	67
Tabel 4.2.23Angket pada item nomor 21	68
Tabel 4.2.24Angket pada item nomor 22	68
Tabel 4.2.25Angket pada item nomor 23	69
Tabel 4.2.26Angket pada item nomor 24	69
Tabel 4.2.27Angket pada item nomor 25	70

Tabel 4.2.28Angket pada item nomor 26	70
Tabel 4.2.29Angket pada item nomor 27	71
Tabel 4.2.30Angket pada item nomor 28	72
Tabel 4.2.31Angket pada item nomor 29	72
Tabel 4.2.32 Rekapitulasi Hasil Jawaban Variabel (Y)	72
Tabel 4.2.33Hasil Angket Keseluruhan Variabel (Y)	74
Tabel 4.3.1Hasil Uji Normalitas	75
Tabel 4.3.2Hasil Uji Linearitas	76
Tabel 4.3.3Hasil Uji Regresi Linier sederhana	77
Tabel 4.3.4Hasil Uji Hipotesis	78
Diagram 4.2.1 Presentase Hasil Angket Variabel (X).....	65
Diagram 4.2.3 Presentase Hasil Angket Variabel (Y).....	75

