GAMBARAN PENERIMAAN DIRI PADA PEREMPUAN KORBAN *FAT SHAMING*

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Strata Satu Psikologi

Disusun oleh:

Nisrina Mutia Afifah

17107010090

Dosen Pembimbing Skripsi :
Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Psi

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2022

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-993/Un.02/DSH/PP.00.9/09/2022

Tugas Akhir dengan judul : **Gambaran Penerimaan Diri pada Perempuan Korban Fat Shaming**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : NISRINA MUTIA AFIFAH
Nomor Induk Mahasiswa : 17107010090
Telah diujikan pada : Rabu, 07 September 2022
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang

Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Psi.
SIGNED

Valid ID: 6336262dc29b3

Penguji I

Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 6334f87f21e14

Penguji II

Muslim Hidayat, M.A.
SIGNED

Valid ID: 6332514f9a7ea

Yogyakarta, 07 September 2022
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.SIG

Valid ID: 633672483ae0f

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nisrina Mutia Afifah

NIM : 17107010090

Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul **"Gambaran Penerimaan Diri pada Perempuan Korban *Fat Shaming*"** adalah benar hasil karya penelitian saya sendiri, tanpa melanggar aturan akademik seperti penjiplakan, pemalsuan data atau memanipulasi data. Selain itu, terdapat beberapa bagian yang peneliti ambil dari kutipan penulis lain, namun telah sesuai dengan tata cara yang dibenarkan. Apabila terbukti penelitian ini melanggar kode etik akademik dan peraturan, maka sebagai peneliti saya siap menerima konsekuensi yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarmya supaya dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 8 Agustus 2022

Pembuat Pertanyaan,

Nisrina Mutia Afifah

NIM. 17107010090

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

Hal : Persetujuan Skripsi / Tugas Akhir

Lamp : -

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Assalamu'alaikum warrahmatullahi wabarokatuh

Setelah memeriksa, mengarahkan, dan memenuhi perbaikan seperlunya, maka selaku pembimbing saya menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Nisrina Mutia Afifah

NIM : 17107010090

Prodi : Psikologi

Judul : Gambaran Penerimaan Diri pada Perempuan Korban *Fat Shaming*

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu Psikologi.

Harapan saya semoga saudara tersebut segera dipanggil untuk mempertanggungjawabkan skripsinya dalam sidang *munaqosyah.* Demikian atas perhatiannya, saya ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum warrahmatullahi wabarokatuh

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 26 Agustus 2022

Pembimbing,

Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Psi

NIP. 19911115 201903 2 019

MOTTO

"Seekor burung yang duduk di atas pohon tidak pernah takut rantingnya patah,

karena kepercayaanya bukan pada cabang dahannya,

tetapi pada kemampuannya untuk terbang"

(Jalaluddin Rumi)

"Seseorang bisa bergerak mundur dan nyaman, atau maju terus dan bertumbuh"

(Abraham H. Maslow)

"Grow, bloom, and leave with grace"

(Nisrina Mutia A)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Karya sederhana ini saya persembahkan kepada :

Allah SWT, yang Maha Segalanya.

Yang telah memberikan skenario dan anugerah terbaik untuk hambaNya.

Program Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga selaku almamater tercinta

Yang sudah menjadi wadah penulis untuk menuntut ilmu dan berkembang menjadi pribadi yang lebih baik.

Rudi Purwono, Ayahku & Nur Aini Farida, Ibuku

Beserta Seluruh Keluargaku

Atas dukungan do'a dan kasih yang senantiasa tercurahkan untuk penulis.

Serta untuk diri saya sendiri

Terimakasih sudah berjuang sampai pada titik ini.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, nikmat, taufiq, dan hidayah-Nya sehingga penulis diberikan kekuatan dan kemudahan dalam proses penulisan skripsi, sebagai syarat bagi penulis untuk meraih gelar Sarjana Strata I. Shalawat serta salam tak lupa penulis haturkan kepada Nabi Agung Muhammad SAW, beserta keluarga dan sahabatnya. Semoga kita semua mendapatkan syafa'at beliau di yaumul akhir kelak. *Amin Ya Rabbal A'lamin.*

Bagi penulis, penulisan naskah skripsi ini merupakan proses yang panjang dan tidak akan terlaksana dengan baik tanpa adanya bimbingan, dukungan, dan do'a dari berbagai pihak. Untuk itu dari lubuk hati yang paling dalam, penulis ingin mengucapkan rasa syukur dan terima kasih kepada seluruh pihak yang sudah ikut terlibat dalam mewujudkan penyelesaian tugas akhir ini. Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Mochammad Sodik, S.Sos., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Lisnawati, S.Psi., M.Psi., selaku Kepala Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Ismatul Izzah, S. Th. I., M.A selaku Dosen Pembimbing Akademik yang sudah membersamai dan memberi nasehat kepada anak didiknya.
4. Ibu Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Psi selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan arahan, kritik, saran serta dukungan dengan ikhlas sehingga mampu membersamai penulis hingga akhir.
5. Ibu Satih Saidiyah, Dipl Psy. M.Si selaku Dosen Pembimbing Skripsi pertama yang telah memberikan arahan, kritik, saran dalam penyusunan naskah awal hingga seminar proposal.
6. Ibu Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi. sebagai penguji I yang telah memberikan saran dan nasihat saya dalam perbaikan tugas akhir.
7. Bapak Muslim Hidayat, M.A. sebagai penguji II yang telah memberikan saran

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dan nasihat saya dalam perbaikan tugas akhir.

8. Seluruh civitas akademika Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga yang telah memberi bantuan dan dukungan dalam proses penyelesaian skripsi ini.
9. Seluruh informan yang sudah meluangkan waktu dan pengalamannya kepada penulis.
10. Bapak Rudi Purwono dan Ibu Nur Aini Farida yang sudah memberikan dukungan dan kepercayaan penuh kepada anak perempuan satu-satunya ini.
11. Ahmad Naufal Z, Hanif Nur Ilham, dan M. Taufiqul Akmal yang sudah memberikan dukungan dan pengertian kepada saudara perempuannya ini.
12. Winda Putriyani, Nur Mouli Defiratna dan Ghina Kurnia Oksatianti yang telah menjadi teman belajar, bergembira, dan bertumbuh bersama selama di bangku perkuliahan.
13. Imroatun Azizah dan Mayziadah yang sudah menjadi teman berbagi cerita dalam menghadapi skripsi dan *Quarter Life Crisis* (*QLC)* ini.
14. Anggota grup ‘dokumentasi ciwi-ciwi’ yang berisi ami, aya, hanifah, detya, mutiya, nazhmi, renna, salwa, sisil, syifa, venni, yusri, septi yang sudah memberi motivasi dan dukungan satu sama lain sehingga kita dapat menyelesaikan tugas akhir ini.
15. Teman-teman Psikologi Angakatan 2017, utamanya kelas C, yang sudah penulis anggap seperti keluarga sendiri.
16. Mira Arba’atun, Alya Nuur Rahma, M. Adnan Thahir, Aryandi sebagai ‘Team Konimex’ yang telah memberi warna-warni dalam kehidupan perkuliahan.
17. Aghnia Rahmanti Lintang Fajri yang sudah berkenan meninjamkan laptopnya kurang lebih selama 2 bulan terakhir, bantuamu sangat berarti bagi penulis.
18. Komisariat HMI MPO Sosain yang telah memberikan banyak pengalaman, ilmu, dan kebersamaan yang tidak akan penulis lupakan.
19. Paguyuban Pengajar Pinggir Sungai (P3S) yang telah menjadi wadah penulis untuk belajar dan menerapkan sedikit keilmuannya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Kepada semua pihak tersebut, semoga Allah SWT dapat memberi balasan setimpal atas kebaikan yang telah diberikan. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Walaupun begitu, penulis berharap dengan adanya skripsi ini dapat memberi manfaat bagi bidang keilmuan psikologi maupun bidang kehidupan lainnya.

Wassalamualaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Yogyakarta, 22 Agustus 2022

Peneliti

Nisrina Mutia Afifah

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

GAMBARAN PENERIMAAN DIRI PADA PEREMPUAN KORBAN FAT SHAMING

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran penerimaan diri pada perempuan yang pernah mendapatkan tindakan *fat shaming.* Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dengan jumlah informan sebanyak tiga orang. Adapun teknik pengumpulan data ialah melalui wawancara dan observasi. Temuan peneliti menunjukkan bahwa ketiga informan memiliki penerimaan diri yang cukup baik. Hal tersebut ditandai dengan adanya aspek penerimaan diri, yaitu keyakinan akan kemampuan diri, menganggap dirinya berharga sebagai seorang manusia, berani memikul tanggung jawab, dan dapat menerima pujian, saran, kritikan atau celaan secara objektif. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan pada informan bermacam-macam yaitu identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik, pola asuh, dan tidak ditemukan adanya hambatan dari lingkungan.

Kata Kunci: *Fat shaming, kualitatif, penerimaan diri.*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SELF-ACCEPTANCE OF WOMEN WHOM GOT FAT SHAMING

ABSTRACT

This study aims to determine the description of self-acceptance in women who have had fat shaming actions. This study used a qualitative method with a phenomenal approach with the total of the informants were three. The data were collected through interviews and observations. The research showed that all informants had a fairly good self-acceptance, which was indicated by the aspect of self-acceptance, namely belief in their abilities, considers themselves valuable as a human being, dares to take responsibility, and can accept praise, suggestions, criticism or criticism. objective reproach. The factors that influence the acceptance of various informants are identification with people who have good self-adjustment, parenting patterns, and no obstacles from the environment were found.

Keywords: *Fat shaming, qualitative, self-acceptance*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

COVER ..... **i**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **ii**
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ..... **iii**
NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI ..... **iv**
MOTTO ..... **v**
HALAMAN PERSEMBAHAN ..... **vi**
KATA PENGANTAR ..... **vii**
INTISARI ..... **x**
ABSTRACT ..... **xi**
DAFTAR ISI ..... **xii**
DAFTAR BAGAN ..... **xiv**
DAFTAR TABEL ..... **xv**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xvi**
BAB I **1**
PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 8
C. Tujuan Penelitian 8
D. Manfaat Penelitian 8
BAB II **10**
KAJIAN PUSTAKA **10**
A. Literature Review 10
B. Dasar Teori 13
1. Penerimaan Diri (Self-Acceptance) 13
2. Body Shame 19
3. Fat shame 23
C. Kerangka Teoritik 23
D. Pertanyaan Penelitian 27
BAB III **28**
METODE PENELITIAN **28**
A. Jenis Penelitian dan Pendekatan Penelitian 28
B. Fokus Penelitian 29
C. Informan dan Setting Penelitian 29
D. Metode Pengumpulan Data 30
1. Wawancara 30

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

2. Observasi 30
E. Teknik Ananlisis Data 31
1. Reduksi Data 31
2. Penyajian Data 31
3. Penarikan kesimpulan 31
F. Teknik Keabsahan Data 32
BAB IV 33
HASIL DAN PEMBAHASAN 33
A. Orientasi Kancah dan Persiapan Penelitian 33
1. Orientasi Kancah 33
2. Persiapan Penelitian 34
B. Pelaksanaan Penelitian 35
C. Hasil Penelitian 36
1. Informan Mz 36
2. Informan DP 61
3. Informan EM 81
D. Pembahasan 111
BAB V 128
KESIMPULAN DAN SARAN 128
A. Kesimpulan 128
B. Saran 129
DAFTAR PUSTAKA 130
LAMPIRAN 137
CURRICULUM VITAE 368

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka Teoritik 26
Bagan 2. Dinamika Gambaran Penerimaan Diri Pada Mz..... 60
Bagan 3. Dinamika Gambaran Penerimaan Diri pada DP 80
Bagan 4. Dinamika Gambaran Penerimaan Diri pada EM 110
Bagan 5. Gambaran Penerimaan Diri pada Perempuan Korban *Fat Shaming* ... 127

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data Diri Informan 33
Tabel 2. Proses Pengambilan Data Penelitian 35

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Pedoman Pengumpulan Data 138
Lampiran 2. Verbatim Informan Mz 143
Lampiran 3. Verbatim Informan Mz 158
Lampiran 4. Verbatim Informan Mz 162
Lampiran 5. Laporan Observasi Mz 180
Lampiran 6. Kategorisasi Informan Mz 182
Lampiran 7. Clustering Informan Mz 197
Lampiran 8. Verbatim Informan DP 218
Lampiran 9. Verbatim Informan DP 229
Lampiran 10. Verbatim Informan DP 236
Lampiran 11. Catatan Observasi DP 252
Lampiran 12. Catatan Observasi DP 254
Lampiran 13. Kategorisasi Informan DP 256
Lampiran 14. Clustering Informan DP 268
Lampiran 15. Verbatim Informan EM 285
Lampiran 16. Verbatim Informan EM 313
Lampiran 17. Catatan Observasi EM 320
Lampiran 18. Catatan Observasi EM 322
Lampiran 19. Kategorisasi Informan EM 324
Lampiran 20. Clustering Informan EM 338
Lampiran 21. Informed Consent Mz 362
Lampiran 22. Informed Consent DP 363
Lampiran 23. Informed Consent EM 364
Lampiran 24. Member Checking Informan Mz 365
Lampiran 25. Member Checking Informan DP 366
Lampiran 26. Member Checking Informan EM 367

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Body shame atau dalam kamus bahasa Indonesia bermakna mempermalukan tubuh, merupakan salah satu bentuk tindakan *bullying* atau perundungan yang dilakukan secara verbal, dimana menjadikan kondisi tubuh seseorang sebagai objek pembullyan (Hidayat et al., 2019). Istilah *body shame* sendiri merupakan perasaan malu atas penilaian diri sendiri maupun dari orang lain terkait kondisi tubuh yang dinilai tidak sesuai dengan diri ideal yang diharapkan oleh individu (Noll & Fredricson, 1998). Sedangkan *body shaming* sendiri memiliki makna yaitu tindakan mengkritik atau mencela bentuk, ukuran dan penampilan fisik orang lain (Chaplin, 2005).

Tindakan *body shaming* dapat terjadi pada siapa saja baik laki-laki maupun perempuan, namun pada faktanya tindakan ini lebih sering dialami oleh perempuan. Dikutip dari data survei Body Peace Resolution yang diselenggarakan oleh Yahoo! Health, menunjukkan bahwa dari 2000 responden yang berumur 13-64 tahun menunjukkan bahwa sebanyak 94% remaja perempuan pernah mengalami *body shaming*, sedangkan pada remaja laki-laki hanya ditemukan sebanyak 64% (wolipop.detik.com, 2018).

Hal ini selaras dengan temuan data yang diperoleh oleh ZAP Beauty Index 2020 yang melibatkan sebanyak 6.460 wanita Indonesia, menunjukkan bahwa lebih dari separuh wanita (62,2%) mengaku pernah mendapatkan *body shaming*. Dimana 47% diantaranya mengalami *body shaming* karena tubuhnya dinilai berisi, 36,4% diantaranya mengalami *body shaming* karena memiliki kulit yang berjerawat, 28,1% diantaranya mengalami *body shaming* karena memiliki bentuk wajah yang tembam, 23,3% responden mendapat *body shaming* karena memiliki kulit yang gelap, dan 19,6% responden mendapat *body shaming* karena memiliki tubuh yang dinilai terlalu kurus (Zapclinic.com, 2020).

Body shaming umumnya berupa ujaran verbal, namun pada situasi tertentu dapat berkembang menjadi *cyberbullying* dan kekerasan fisik (Fauzia, 2019). Hal tersebut merupakan bentuk kejahatan baru yang marak terjadi di masyarakat saat

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ini dan dikhawatirkan akan terus berkembang apabila tidak segera ditangani (Nduru et al, 2020). Berdasarkan data kepolisian tahun 2018 menunjukkan kasus penghinaan fisik atau *body shaming* di Indonesia mencapai angka 966 kasus dan sebanyak 347 kasus telah teratasi, baik melalui penegakan hukum maupun melalui mediasi antara korban dan pelaku (Detik.com, 2018).

Hal ini didukung dengan keseriusan pihak berwajib dalam mengatasi permasalahan tersebut. Seseorang yang melakukan *body shaming* dapat diancam dipidanakan karena telah melanggar peraturan yang berlaku. *Body shaming* dapat dikategorikan kedalam 2 tindakan pencemaran nama baik yang mana telah diatur dalam UU ITE (undang-undang Informasi dan Transaksi Elektronik) Pasal 45 ayat 1 dan Pasal 27 ayat 3 dimana dapat dikenakan hukuman pidana 6 tahun. Adapun dua kategori tersebut ialah, apabila tindakan *body shaming* dilakukan secara langsung melalui verbal maka melanggar Pasal 310 KUHP dengan ancaman 9 bulan dan sebaliknya apabila *body shaming* dilakukan secara tertulis melalui platform media sosial, maka akan dikenakan pelanggaran Pasal 311 KUHP dengan ancaman pidana selama 4 tahun (Detik.com, 2018).

Menurut Chairini (2018) terdapat beberapa ciri-ciri yang dapat diidentifikasi sebagai tindakan *Body shaming,* yaitu: a) mengkritik diri sendiri atas penilaian atau perbandingan diri sendiri dengan orang lain; b) mengkritik penampilan orang lain secara langsung; dan c) mengkritik penampilan orang lain tanpa sepengetahuan mereka.

Adapun beberapa faktor yang melatar belakangi *body shaming* yang dijelaskan dalam buku psikologi kecantikan, ialah sebagai berikut: a) adanya standar kecantikan sebagai kontrol sosial; b) menganggap tindakan tersebut sebagai sesuatu hal yang wajar dan sebuah lelucon sehari-hari; 3) menyamakan dan menerapkan standar kecantikan diri kepada orang lain, dan 4) tidak mengetahui dampak yang muncul dari tindakan *body shaming* kepada orang lain (Lestari & Kurniawati, 2020).

Dampak yang ditimbulkan dari tindakan *body shaming* bermacam-macam baik dari aspek fisik, psikologis, maupun sosial. Seperti perilaku diet secara ekstrem yang dapat mengganggu kondisi fisik, modifikasi tubuh sebagai bentuk *body*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dissatisfaction, dampak sosial seperti menarik diri dari interaksi sosial akibat dari menurunnya rasa percaya diri (Lestari & Kurniawati, 2020). Tokoh lain juga menambahkan bahwa dampak dari tindakan *body shaming* ialah munculnya pola pikir negatif, depresi atau tersimpan menjadi pengalaman traumatis bagi individu (Matos, 2013).

Seseorang yang mendapatkan *body shaming* cenderung rentan akan melakukan penilaian diri sebagai suatu objek atau penilaian diri sendiri berdasarkan penampilan semata (*Self-objectification*). *Self-objectification* atau biasa kita kenal dengan objektifikasi diri merupakan proses ketika seseorang berupaya menginternalisasi prespektif orang lain terkait tubuh mereka. Hal tersebut mengakibatkan kecenderungan yang menganggap penampilan, bagian tubuh, dan fungsi seksual itu lebih penting daripada pikiran, perasaan, tujuan, dan kesehatan fisik (Cole et al, 2013)

Dampak dari kecenderungan *self-objectification* adalah munculnya perasaan malu dan cemas akan kondisi tubuhnya dan terus beranggapan bahwa terdapat hal yang salah dalam dirinya. Tak berhenti disitu, dampak lainnya yang muncul ialah menurunnya aspek psikologis dalam diri seseorang seperti tingkat kepercayaan diri dan merasa tidak kompeten dalam melakukan sesuatu. Apabila kondisi tersebut terus dibiarkan dapat mengakibatkan munculnya perasaan tidak berharga dan berujung pada keputusasaan. Tak jarang rasa putus asa tersebut akan mendorong pada pemikiran untuk mengakhiri kehidupan (*suicidal thought*) (Pijarpsikologi.org, 2018).

Body shaming sendiri memiliki beberapa macam, yaitu: a) *fat shaming*, merupakan tindakan mengomentari kondisi tubuh seseorang yang dirasa gemuk, b) *skinny shaming*, tindakan mengomentari kondisi tubuh seseorang yang dirasa kurus, c) rambut tubuh atau tubuh berbulu, tindakan mengomentari kondisi tubuh seseorang karena memiliki rambut yang banyak atau sedikit dan gimbal ataupun lurus, d) warna kulit, tindakan mengomentari kondisi tubuh seseorang berdasarkan figmen kulit yang dimiliki (Fajariani & Ratri, 2019).

Salah satu tindakan *body shaming* yang sering dijumpai dalam kehidupan bermasyarakat ialah *fat shaming. Fat shaming* sendiri merupakan tindakan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

mempermalukan tubuh orang lain yang dianggap berukuran besar atau gemuk (Cambridge dictionary, 2019). Dimana hal ini didukung oleh hasil survei oleh ZAP Beauty Index 2020, dari 6.460 wanita Indonesia yang menjadi responden dalam penelitian ini, sebanyak 47,0% diantaranya mengalami *fat shaming* dengan alasan karena memiliki tubuh yang dianggap terlalu berisi. Kemudian sebanyak (28,1%) mendapatkan *fat shaming* karena memiliki bentuk wajah yang tembam (Zapclinic.com, 2020). Banyakanya kasus *fat shaming* yang masih dijumpai di masyarakat menjadi alasan yang melatar belakangi mengapa penelitian ini penting untuk dilakukan.

Biasanya tindakan *fat shaming* sering dilandasi atas alasan untuk memberi motivasi kepada orang lain agar mengurangi berat badannya, namun nyatanya adanya respon stres akan tindakan tersebut sebaliknya dapat meningkatkan nafsu makan pada seseorang, terutama pada makanan yang tidak sehat dan kaya akan energi (Jackson, 2016). Hal ini selaras dengan salah satu pendapat tokoh yang menyebutkan bahwa *fat shaming* merupakan suatu bentuk kekerasan secara verbal emosional dan pelakunya sering merasa tidak sadar karena menganggap tindakannya sebagai sesuatu yang wajar (Briggita, 2018).

Seperti ujaran salah satu informan penelitian yang berinisial Mz dalam wawancaranya awal penelitian:

> *"Kalau masih deket banget kaya temenan gitu kayak misalnya si M sama si H dulu gapapa ya. Kaya "S badanmu tuh lo", mungkin si S masih bisa menerima kaya gojek-gojek gitu ya, jadi kalau aku gitu juga masih gak papa. Kayak misalnya aku di anu sama si M sama si H tu gak papa yowislah masih biasa, "Alah konco dhewe yaa". Tapi kalau misalnya gak ada terlalu hubungan deket kek gitu, kaya misalnya si P dan si N ngomong "Sekarang kamu agak gendutan e", itu kaya gimana ya kok ya berani gitu ya ngomong ke aku, kaya 'wow'." (Mz/ Preliminary research/23 Maret 2020)*

Tindakan *fat shaming* juga sempat dialami oleh salah satu atlet angkat besi

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

(Lifter) Indonesia yaitu Nurul Akmal, yang telah berhasil menduduki peringkat kelima dalam kelas +87 kg putri dalam Olimpiade Tokyo International Forum 2020 yang diselenggarakan di Jepang. Dimana setibanya ia dan kontingen di bandara, terdapat salah satu oknum yang berteriak lirih "yang paling kurus" kepada dirinya ketika ia sedang menerima buket bunga, mendengar ucapan tersebut Nurul hanya bisa tersenyum. Kasus tersebut pun menjadi ramai diperbincangkan masyarakat di media sosial. Kendati demikian, Nurul lebih memilih untuk tidak terpengaruh dan berusaha untuk tetap fokus mempersiapkan diri dalam menghadapi kejuaran dan acara internasional lainnya. Nurul juga berpesan kepada masyarakat untuk berhenti membesar-besarkan kasus tersebut karena dirinya merasa tidak nyaman dan terganggu karena respon masyarakat yang dirasa terlalu heboh (indosport.com, 2021).

Gros (2012) berpendapat bahwa perempuan lebih sering merasa tidak puas dengan keadaan tubuhnya karena merasa lemak tubuhnya semakin bertambah, namun sebaliknya laki-laki lebih sering merasa puas akan kondisi tubuhnya karena merasa massa ototnya semakin meningkat. Berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar yang dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, menunjukkan bahwa perempuan secara nasional memiliki pravalensi obesitas lebih besar dibandingkan pada laki-laki dan mengalami kenaikan dari tahun ke tahun. Pada tahun 2013, pravalensi nasional obesitas pada perempuan mencapai angka 32,9% dibandingkan laki-laki hanya sebesar 19,7%. Angka pravalensi obesitas pada perempuan juga mengalami kenaikan, dimana pada tahun 2007 sebesar 13,9% dan pada tahun 2010 meningkat menjadi 15,5% (Nurvita & Handayani, 2015). Hal inilah yang mendorong perempuan rentan menjadi korban tindakan *fat shaming*.

Tindakan *fat shaming* membawa dampak yang bermacam-macam, dimana berdasarkan hasil survei longitudinal yang dilakukan oleh The Health and Retirement Study yang telah dilakukan sejak tahun 2006 hingga 2010, menunjukkan bahwa sebanyak dari sebanyak 6.157 responden yang tidak mendapatkan *fat shaming* memiliki kecenderungan 2,5 kali tetap atau menjadi obesitas pada tahun selanjutnya, sedangkan responden yang mendapatkan *fat*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

shaming memiliki kecenderungan mengalami dan menjadi obesitas sebanyak 3,2 kali. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tindakan *fat shaming* tidak memberikan dampak positif, melainkan sebaliknya mendorong seseorang untuk meningkatkan berat badannya (Sutin, 2013).

Hasil penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa korban yang mengalami *fat shaming* memiliki kemungkinan 2,7 kali lebih besar rentan terkena depresi dibandingkan mereka yang tidak (Hatzenbuehler, 2009). Hal tersebut didukung dengan penelitian milik Dalley et al (2020), sebanyak 237 wanita gemuk korban *fat shaming* menemukan hubungan antara *fat shaming* dan ide bunuh diri.

Komentar yang berisi penilaian dari orang lain apabila diakumulasikan dapat berdampak pada citra diri seseorang. Citra diri ialah gambaran akan diri sendiri baik dilakukan secara sadar maupun tidak sadar. Sikap tersebut berisi presepsi maupun perasaan terkait ukuran, bentuk, dan fungsi penampilan dan potensi tubuh baik saat ini maupun masa lalu yang akan berkesinambungan dan dimodifikasi dengan pengalaman baru tiap individu (Yusuf, 2015). Citra diri ini juga akan berpengaruh pada penerimaan diri seseorang.

Citra tubuh akan mempengaruhi penerimaan diri seseorang baik terhadap diri sendiri maupun kepada lingkunganya. Penerimaan diri (*self-acceptance*) adalah sikap seseorang yang merasa puas dengan kondisi diri sendiri, baik dari segi kualitas, bakat-bakat, dan tetap mengakui segala keterbatasan yang dimiliki (Chaplin, 2002). Seseorang yang memiliki citra tubuh yang tinggi cenderung memiliki penerimaan diri yang tinggi pula, dan berlaku juga sebaliknya.

Sedangkan Hurlock (2013) mendefinisikan *self-acceptance* sebagai suatu kondisi dimana seseorang mampu mempertimbangkan karakteristik persoalnya, dan berkenan untuk hidup dengan karakteristik personal yang dimilikinya tersebut. Hall & Lindzey (1993) juga berpendapat bahwa penerimaan diri merupakan salah satu bentuk identitas yang bersifat persisten hingga masa dewasa. Sehingga, idealnya penerimaan diri pada tahap dewasa haruslah telah mencapai tahap stabil.

Guna mencapai kondisi penerimaan diri seutuhnya terdapat beberapa proses yang harus dilalui seseorang hingga mampu menerima dirinya. Adapaun tahapan-tahapan yang dimaksud menurut teori milik Kubler-Ross (1969) adalah: 1) Tahap

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

denial, seseorang mengalami penolakan akan kondisi dirinya; 2) Tahap *anger* yaitu kondisi seseorang merasa marah baik kepada diri sendiri maupun kepada lingkungan; 3) Tahap *bergainning* yaitu kondisi seseorang melakukan penawaran akan kondisi yang menimpanya; 4) Tahap *depression* yaitu seseorang mulai merasa putus asa akan kondisinya; 5) Tahap *acceptance* yaitu tahap dimana seseorang mulai merasa pasrah dan mencoba menerima kenyataan hidupnya.

Pada proses penerimaan diri pun tidak semata-mata hadir dengan sendirinya, melainkan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi. Adapun faktor-faktor yang memengaruhi penerimaan diri menurut teori milik Hurlock (dalam Antry, 2016) adalah 1) Pemahaman diri, 2) Harapan realistis, 3) Tidak ada hambatan dari lingkungan, 4) Sikap-sikap anggota masyarakat yang menyenangkan, 5) Tidak ada gangguan emosional yang berat, 6) Pengaruh keberhasilan, 7) Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik, 8) Prespektif diri, 9) Pola asuh, 10) Konsep diri yang stabil.

Hurlock (dalam Zahro, 2015) terdapat beberapa dampak yang muncul apabila memiliki penerimaan diri yang baik yaitu memiliki *self-regard* yang stabil, mampu mnegidentifikasi kelebihan dan kekurangan diri, memiliki kepribadian yang sehat, mudah menerima keberadaan orang lain, mudah membangun hubungan interpersonal yang harmonis, serta memiliki penyesuaian diri yang baik. Huang et al (2020) juga menambahkan bahwa seseorang yang memiliki penerimaan diri yang baik, juga akan memiliki kesehatan mental yang baik pula.

Seseorang yang memiliki penerimaan diri yang rendah dapat terjadi karena pengaruh unsur budaya dan standarisasi masyarakat mengenai penampilan dan kecantikan, yaitu meliputi konsep kurus, gemuk, indah serta menawan ketika dilihat (Ridha, 2012). Pengalaman *fat shaming* pada seseorang biasanya akan berpengaruh pada rendahnya penerimaan dirinya, korban akan merasa kesulitan untuk menerima tubuh apa adanya dan lebih fokus pada harapan untuk memiliki tubuh yang lebih ideal di masa mendatang setelah 'diperbaiki' dibandingkan harus 'menerima' tubuh mereka di masa sekarang (Smith & Farrants, 2013).

Kendati demikian, faktanya untuk memenuhi standar ideal yang berkembang di masyarakat tidaklah mudah. Menurut Hasmalawati (2018), apabila usaha yang

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dikerahkan belum cukup untuk memenuhi standar penilaian yang berlaku, maka akan berdampak pada munculnya perasaan tidak puas terhadap kondisi diri sendiri. Penerimaan identitas diri pada seseorang tergantung bagaimana cara seseorang dalam menanggapi dan menghadapi perlakuan *fat shaming*. Dimana dibutuhkan kemampuan untuk mengatasi pikiran negatif, melatih diri untuk lebih menghargai dan mencintai tubuh sehingga dapat meningkatkan citra tubuh serta dan memudahkan korban dalam mengatasi *fat shaming* (Cahyani & Nuqul, 2019). Oleh karena itu, melalui fenomena yang telah dijelaskan diatas, maka peneliti tertarik untuk untuk melakukan penelitian terkait "gambaran penerimaan diri pada perempuan korban *fat shaming*".

B. Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang permasalahan yang telah dijelaskan, maka rumusan masalah yang menjadi fokus penelitian ini ialah bagaimana penerimaan diri pada perempuan korban *fat shaming.*

C. Tujuan Penelitian

Penelitian kali ini bertujuan untuk mengetahui dan memahami gambaran penerimaan diri pada perempuan yang menjadi korban *fat shaming.*

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

   Melalui hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan referensi, pengetahuan, dan wawasan dalam khazanah keilmuwan psikologi khususnya dalam psikologi positif dan kesehatan mental. Selain itu, melalui penelitian ini diharap dapat dijadikan sebagai bahan acuan dan perbandingan penelitian selanjutnya yang tertarik untuk meneliti topik yang serupa.

2. Manfaat Praktis

   a. Bagi pembaca

      Melalui hasil penelitian ini diharapkan mampu mendorong dan merubah cara pandang masyarakat terkait tindakan *fat shaming* karena

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dampak yang dialami oleh korban tidak sesederhana yang dilihat.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Melalui hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan tambahan untuk penelitian selanjutnya terkait gambaran penerimaan diri pada perempuan korban *fat shaming.*

c. Bagi informan

Melalui penelitian ini dapat dijadikan wadah untuk *sharing* pengalaman, sehingga dapat menjadi motivasi dan penguat untuk sesama informan maupun korban di luar sana yang masih kesulitan untuk mengungkapkan pengalamannya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan serta analisis yang dilakukan dalam penelian ini, dapat ditarik beberapa kesimpulan yang meliputi tahapan, aspek-aspek, faktor penerimaan diri dari informan penelitian. Pertama, ketiga informan sama-sama melalui 5 tahapan dalam proses penerimaan diri, yakni *denial, anger, bergainning, depression, acceptance.* Pada mulanya ketiga informan merasa tidak terima dengan tindakan pelaku, namun dengan seiring berjalannya waktu, ketiga informan sudah mulai menerima keadaan dan memaafkan tindakan pelaku.

Kedua, ketiga informan memiliki penerimaan diri yang baik. Hal tersebut ditandai dengan beberapa aspek penerimaan diri yang muncul, yaitu (a) keyakinan akan kemampuan diri, (b) menganggap dirinya berharga sebagai seorang manusia, (c) berani memikul tanggung jawab, (d) dapat menerima pujian, saran, kritikan atau celaan secara objektif.

Ketiga, adapun faktor yang paling berpengaruh pada proses penerimaan diri pada Mz ialah kegiatan merefleksikan kehidupan teman-temanya kepada dirinya yang mulai beranjak meninggalkan kehidupan masa kecilnya dan memilih untuk melangkah maju. Adapun pada DP ialah pola asuh orang tuanya cenderung keras, sehingga membentuk pribadi DP yang lebih tahan banting, kebal, dan tidak mudah sedih. Sedangkan pada EM, dukungan *support sytem* yang cukup yang bersumber dari teman, keluarga, serta mbak IRT yang peduli dan mampu menenangkan dirinya.

Adapun kekurangan dalam penelitian ini ialah topik yang membahas teori *fat shaming* masih terbilang sedikit, sehingga rujukan yang diperlukan untuk penelitian ini masih terbatas. Kekurangan lainnya ialah pada jumlah informan dan karakteristik informan. Topik yang dibahas dalam penelitian ini juga hanya berfokus pada penerimaan diri karena keterbatasan kemampuan peneliti, mungkin pada penelitian selanjutnya dapat menambahkan variabel lain yang dirasa relevan.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

B. Saran

a. Kepada pembaca

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah pandangan dan pemahaman secara mendalam terkait pengalaman yang dirasakan oleh korban *fat shaming.* Sehingga kedepannya masyarakat diharapakan lebih *aware,* mengambil pelajaran, bijak dalam berperilaku, dan tidak menganggap remeh tindakan *fat shaming*, karena sudah memiliki hukum yang menaunginya.

b. Kepada peneliti selanjutnya

Disarankan untuk peneliti selanjutnya dapat menambahkan kriteria kurun waktu menjadi korban yang lebih terperinci, juga dapat menambahkan karakteristik informan yang belum mampu menerima dirinya sendiri maupun informan yang berjenis kelamin laki-laki, sehingga dapat dijadikan sebagai bahan pembanding maupun bahan pelengkap agar mendapatkan data penelitian yang lebih kaya. Apabila ingin mendapatkan data secara general, tema penelitian ini juga dapat digunakan dengan metode penelitian kuantitatif.

c. Kepada informan

Adapun beberapa saran yang dapat diberikan melalui penelitian ini, semoga sedikit cerita hidup informan dapat menjadi pembelajaran dan motivasi bagi sesama korban untuk lebih menerima dan mencintai diri sendiri. Untuk informan, terima kasih sudah mengajarkan kata pantang menyerah dan bangkit dari keterpurukan. Semoga kedepannya, informan maupun korban lainnya lebih mampu mengkomunikasikan perasaannya secara asertif.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

Agoes, D. (2007). *Psikologi Perkembangan.* Bandung: Refika Aditama.

Antry, A. R. (2016). Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Penerimaan Diri (Self-Accaptance) pada Lansia di UPT (Unit Pelayanan Teknis) Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung. *Skripsi*: tidak diterbitkan.

Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Baron, R. A., & Byrne, D. (2003). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.

Basuki, H. (2006). *Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-Ilmu Kemanusiaan dan Budaya*. Jakarta: Universitas Gunadarma Jakarta.

Bordo, S. (2003). *Feminism, Western Culture, and The Body*. California: University of California Press.

Cash, T. F. (2002). *Cognitive-behavioral perspectives on body image. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), Body image: A handbook of theory, research and practice*. New York: Guilford.

Cahyani, Riananda Regita dan Nuqul, Fathul Lubahin. 2019. Efektivitas Cognitive Behavioral Therapy Untuk Menurunkan Body Shame. Universitas Islan Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Chairani, L. (2018). Body shame dan gangguan makan. Kajian meta analisis. Buletin Psikologi, 26, 12-27. doi: 10.222146/buletinpsikologi.27084

Chaplin, J. P. (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Press.

Christiani, L. C. (2015). Homogenisasi Tubuh Perempuan Pra-Remaja (Tween) Dalam Majalah Girls. *Tesis*. Magister Imu Komunikasi Universitas Diponegoro,Semarang.

Cole, B. P., Davidson, M. M., & Gervais, S. J. (2013). Body Surveillance and Body Shame in College Men: Are Men Who Self-Objectify Less Hopeful? *Sex Roles 69*, 29–41. https://doi.org/10.1007/s11199-013-0282-3

Crenshaw, K. (1989). Demarginalizing the Intersection of Race and Sex: A Black Feminist Critique of Antidiscrimination Doctrine, Feminist Theory and Antiracist Politics. *University of Chicago Legal Forum*: Vol. 1989, Article 8.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluting Quantitative and Qualitive Research 4*. Boston: Pearson.

Cronbach, L. J. (1963). *Educational Psychology*. New York: Harcourt, Brace & World Inc

Dalley, S. E., Bron, G. G., Hagl, I. F. A., Heseding, F., Hoppe, S., & Wit, L. (2020). Bulimic symptoms in a sample of college women: disentangling the roles of body size, body shame and negative urgency. *Eating and Weight Disorders, 25*(5), 1357–1364.

Damanik, T. M. (2018). Dinamika Psikologis Perempuan Mengalami Body shaming. *Skripsi*. Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.

Dimas, Pangesto T. P. 2015. Multiple Victimization Perempuan Istri Korban KDRT yang Menjalani Proeses HUkum (Pidana dan Perceraian) sebagai Bentuk Opresi terhadap Perempuan. FISIP UI.

Dolezal. (2015). *The Body and Shame. Phenomenology, Feminism, and The Socially Shape Body*. The United States of America: Lexington.

Duarte, C., Pinto-Gouveia, J., & Ferreira, C. (2014). Escaping from body image shame and harsh self-criticism: Exploration of underlying mechanisms of binge eating. *Eating Behaviors, 15*(4), 638-643.

Fauzia, T. F., & Rahmiaji, L. R. (2019). Memahami pengalaman body shaming pada remaja perempuan. *Interaksi Online, 7*(3), 238-248.

Fitroh, D. Z. (2022). Hubungan antara Body Image dengan Penerimaan Diri (Self-Acceptance) pada Korban Body Shaming. *Disertasi*. UIN Sunan Ampel Surabaya.

Gea, A. A, Antonina P. Y. W., & Yohanes, B. (2003). *Relasi Dengan Diri Sendiri*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.

Hadi, S. (2004). *Penelitian Research*. Yogyakarta: BPFE.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Hall, C. S., & Lindzey, G. (1993). *Theories of Personality* (*Psikologi Kepribadian 1 Teori-Teori Psikodinamik (Klinis))* (Alih Bahasa: Dr. A. Supratiknya). Yogyakarta: Penerbit Kanisius.

Hariningsih, E. K. (2005). Studi deskritif perilaku remaja putri untuk memenuhi tubuh kriteria ideal. *Skripsi*. Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.

Hasmalawati, N. (2018). Pengaruh citra tubuh dan perilaku makan terhadap penerimaan diri pada wanita. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi, 2*(2), 107-115.

Hestianingsih. (2018). *Stop Body Shaming Sesama Wanita di Media Sosial, Kamu Bisa Dipenjara.* Diakses pada 12 September 2022 dari *https://wolipop.detik.com/health-and-diet/d-4312143/stop-body-shaming-sesama-wanita-di-media-sosial-kamu-bisa-dipenjara*.

Hidayat, R., Malfasari, E., & Herniyanti, R. (2019). Hubungan Perlakuan Body Shaming Dengan Citra Diri Mahasiswa. Jurnal Keperawatan Jiwa. 7(1). https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.79-86.

Hoshaba, D. (2012). A seven-step prescription for self-love. Dikutip dari Psychology Today website: https://www. psychologytoday. com/us/blog/get-hardy/201203/seven-step-prescription-self-love.

Huang. Y., Wu., R., Wu., Y., Yang, Q., Zheng, S., Wu, K. (2020) Psychologicalresilience, self-acceptance, perceived social support and their associations with mental health of incarcerated offenders in China. *Asian Journal of Psychiatry, 52* (22), 102166. https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102166

Hurlock, E. B. (1974). *Personality Development*. London: McGraw-Hill.

Hurlock, E. B. (2013). *Perkembangan Anak, Jilid Dua*. Jakarta: Erlangga.

Husserl, E. (1991). *On the Phenomenology of the Consciousness of Internal, Time,* vol. IV, terj. John Barnett Broygh. Boston: Kluwer Academic Publisher.

Ilaria, L. M. (2006, 11 12). Body Image, Body Objectification, and Depression. Retrieved from Common Knowledge: http:// commons.pacificu.edu/spp/40

Indrawijaya, Z. P. (2021). *Viral Kasus Body Shaming Pasca Olimpiade, Nurul Akmal: Stop! Jangan Bahas Lagi.* Diakse pada 12 September 2022 dari

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

https://www.indosport.com/angkat-berat---besi/20210807/viral-kasus-body-shaming-pasca-olimpiade-nurul-akmal-buka-suara.

Jackson, S. E., Kirschbaum, C., & Steptoe, A. (2016). Perceived weight discrimination and chronic biochemical stress: A population-based study using cortisol in scalp hair. Obesity, 24(12), 2515-2521.

Kawasati, R. (2019). Teknik Pengumpulan Data Metode Kualitatif. *Skripsi*. Program Sarjan (S1) Ekonomi Syariah Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN). Sorong.

Kasongat, J., Mardiyanti, R., & Kusnadi, S. K. (2020). Hubungan antara pola asuh orang tua dengan interaksi sosial pada anak usia dini di Griya Benowo Indah 1 Surabaya. *Psikologi Wijaya Putra*, *1*(1), 15-25.

Khoiroh, A., & Paramita, P. P. (2014). Peran dukungan sosial terhadap pembentukan self esteem yang tinggi pada remaja. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, (3), 129-136, http://Journal.unair.ac.id/.

Kneisl, C. R., Wilson, H.S., & Trigoboff, E. (2004). *Contemporary Psychiatric-Mental Health Nursing*. New Jersey: Pearson/Prentice Hall.

Kubler-Ross, E. (1969). *On Death & Dying*. New York: Avon Books.

Lestari, S. (2019). Bullying or fat shaming? The risk factors of Body Dysmorphic Disorder (BDD) in teenage girls. *Journal of Advanced Research in Social Sciences and Humanities*, *4*(1), 17-22.

Lestari, S., & Kurniawati, Y. (2020). Psikologi kecantikan. Beauty is pain & disorder. Malang: Edulitera.

Lexy, J. Moleong. 2010. *Metodologi penelitian kualitatif (XXVII)*. Bandung: Remaja Rosdakarya .

Long, J. (2016). *What is Fat Shaming? Are You a Shamer?*. Diakses pada tanggal 5 Agustus 2022 dari (https://drjamielong.com/what-is-fat-shaming/)

Maestripieri, D., Henry, A., & Nickels, N. (2017). Explaining financial and prosocial biases in favor of attractive people: Interdisciplinary perspectives from economics, social psychology, and evolutionary psychology. *Behavioral and Brain Sciences, 40*.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Mardiyanti, R., & Purwaningtyas, F. D. (2021). Kecenderungan perilaku body shame ditinjau dari self acceptance pada remaja awal putri Di SMP Y Surabaya. *Psikodidaktika: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan & Konseling, 6*(1), 155-171.

Matos. (2013). Internalizing early memories of shame and lack of safeness and warmth: The mediating role of shame on depression. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy, 41*(4), 479– 493. https://doi.org/10.1017/S13524658120 01099.

McKay, T. (2013). Female self-objectification: Causes, consequences and prevention. *McNair Scholars Research Journal, 6*(1), 7.

McKinley, N. M., & Hyde, J. S. (1996). The Objectified Body Consciousness Scale. Psychology of Women Quarterly, 181-215.

Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook.* Thousand Oaks: SAGE Publications, Inc.

Moleong, L. J. (2009). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Rosdakarya.

Moradi, B., Dirks, D., & Matteson, A. V. (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, 52*(3), 420.

Morgado, F. F. D. R., Campana, A. N. N. B., & Tavares, M. D. C. G. C. F. (2014). Development and Validation of the Self-Acceptance Scale for Persons with Early Blindness: The SAS-EB. *PLOS ONE*.

Nathania, A. M., Cristalia, N. A., Nabilla, A. M., Fathimah, A., Amorita, C., & Anggamsari. (2018). *Mengapa Kita Sering Melakukan Body Shaming*. Diakses pada tanggal 25 November 2020 dari (https://pijarpsikologi.org/blog/mengapa-kita-sering-melakukan-body-shaming)

Nduru, M. K., Ismail., & Suriani. (2020). Pengaturan hukum tentang tindakan penghinaan citra tubuh (Body Shaming). *Jurnal Tectum, 1*(2), 288-295.

Noll, S. M., & Frederickson, B. L. (1998). *A Mexitational Model Linking Self Objectification, body shame, and disordered wasting*. US: Psychology of Women Quarterly, 22, 632-636.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Noor, M. R. (2012). *Mengembangkan Karakter Anak Secara Efektif di Sekolah dan Rumah.* Yogyakarta: PT Pustaka Insan Madani.

Noorvitri, I. (2019). Benarkah Bullying Merugikan Bagi Korban dan Pelaku? Retrieved from https://pijarpsikologi.org/latar-belakang/

Novianty, A. (2016). Pengaruh pola asuh otoriter terhadap kecerdasan emosi pada remaja madya. *Jurnal Ilmiah Psikologi, 9*(1).

Nurvita & Handayani 2015, Hubungan Antara Self-esteem dengan Body Image pada Remaja Awal yang Mengalami Obesitas. Surabaya: Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental

Palinggi, N. P., Dewi, E. M. P., & Ridfah, A. (2022). Gambaran resiliensi korban fat shaming. *Jurnal Talenta Mahasiswa, 1*(3).

Patana, D. H., & Elon, Y. (2019). Fenomena merokok pada remaja putri: Studi kualitatif. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis, 14*(4), 390–402. https://doi.org/10.35892/jikd.v14i4.294

Patte, D. (2019). *The Cambridge Dictionary of Christianity*, Two Volume Set (Vol. 5). Wipf and Stock Publishers.

Rebellon, C. J., Wiesen-Martin, D., Piquero, N. L., Piquero, A. R., & Tibbetts, S. G. (2015). Gender differences in criminal intent: Examining the mediating influence of anticipated shaming. *Deviant Behavior, 36*(1), 17-41.

Raco, J. R. (2010). *Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Krakteristik dan Keunggulannya*. Jakarta: Grasindo.

Restiana, R., & Dwiastuti, I. (2021). Gambaran psikologis korban body shaming: Melalui tinjauan body dissatisfaction dengan self-esteem dan afek negatif. *Seminar Nasional Psikologi UM, 1*(1), 430-436.

Putri, B. A. S., Kuntjara, A. P., & Sutanto, R. P. (2018). Perancangan kampanye "Sizter's Project" sebagai upaya pencegahan body shaming. *Jurnal DKV Adiwarna, 1*(12), 1-9.

Sa'diyah, H. (2015). Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Penyesuaian Diri Siswa-Siswi Kelas VII-VIII SMP NU Syamsuddin Malang. *Tesis*. UIN Maulana Malik

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Ibrahim, Malang.

Santoso, A. (2018). *Polisi Tangani 96 Kasus Body Shaming selama 2018*. Diakses pada tanggal 12 November 2020 dari (https://news.detik.com/berita/d-4321990/polisi-tangani-966-kasus-body-shaming-selama-2018).

Shofa, M. (2017). Gambaran psikologis celebrity worship pada dewasa awal: Studi kasus mahasiswa penggemar Korean POP. *Disertasi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.

Smith, F., & Farrants, J. R. (2013). Shame and self-acceptance in continued flux: Qualitative study of the embodied experience of significant weight loss and removal of resultant excess skin by plastic surgery. *Journal of Health Psychology, 18*(9), 1129–1140.

Sugiyono. (2008). Metode *Penelitian Kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA.

Supratiknya, A. (1995). *Komunikasi Antar Pribadi: Tinjauan Psikologis.* Yogyakarta: Kanisius.

Sutin, A. R., & Terracciano, A. (2013). Perceived weight discrimination and obesity. *PLOS ONE, 8*(7).

Setyowati, T. W. (2010). *Analisis Data, Makalah*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.

Thomas, S., Karunaratne, A., Lewis, S., Castle, D., Knoesen, N., Honigman, R., & Komesaroff, P. (2010). 'Just bloody fat!': A qualitative study of body image, self-esteem and coping in obese adults. *International Journal of Mental Health Promotion, 12*(1), 39-49.

Walgito. (2004). *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Andi.

Yusuf. (2015). *Buku Ajar Keperawatan: Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika.

Zahro, F. M. (2015). *Studi kasus penerimaan diri remaja yang memiliki keluarga tiri di desa banjarsari kabupaten tulungagung* [Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang]. http://etheses.uin-malang.ac.id/3116/

Zap Beauty Index. (2020). Zap Beatuty Index 2020. https://zapclinic.com/zapbeautyindex/2020. Diakses pada Oktober 2020

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA