

**PENGARUH *BODY SHAMING* TERHADAP PENERIMAAN DIRI
(*SELF-ACCEPTANCE*) PADA WANITA DEWASA AWAL DI KOTA MALANG**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi**



Fitah Ramadani

18090000017

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Fitah Ramadani
NIM : 18090000017
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh Body Shaming Terhadap Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*) Pada Wanita Dewasa Awal di Kota Malang

Malang, 23 Agustus 2024

DISETUJUI DAN DITERIMA

Kepala Program Studi
Psikologi



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si.

Dosen Pembimbing



Dr. Nawang Warsi W., S.Psi., M.Si., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi W., S.Psi., M.Si., Psikolog.

**Pengaruh Body Shaming Terhadap Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*) Pada
Wanita Dewasa Awal di Kota Malang**

Dipersiapkan dan disusun oleh
Fitah Ramadani
18090000017

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 17 Juli 2024

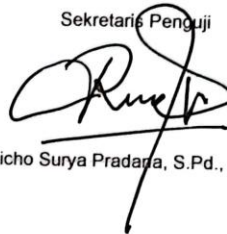
Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



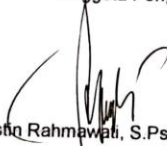
Dr. Nawang Warsi W., S.Psi., M.Si., Psikolog.

Sekretaris Penguji



Richo Surya Pradaga, S.Pd., M.Pd.

Anggota Penguji



Dr. Agustina Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog.

Skripsi ini telah terima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Sarjana.

Tanggal 23 Agustus 2024



Dr. Nawang Warsi W., S.Psi., M.Si., Psikolog

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fitah Ramadani

Nomor Pokok : 18090000017

Program Studi : Psikologi

Bidang Kajian : Psikologi

Skripsi

Judul Skripsi : Pengaruh Body Shaming Terhadap Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*) Pada Wanita Dewasa Awal di Kota Malang

Lokasi Penelitian : Malang

Alamat Rumah Asal : Jl. Kluweh Dalam No.47A, Rt/Rw. 002/003, Bumiayu, Kedungkandang, Kota Malang.

No. Telp/ E-mail : 08970889981 / fitah.r.7@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia dicabut gelar akademik saya. Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 23 Agustus 2024



Fitah Ramadani

MOTTO

*"Setiap kata yang terucap bagaikan anak panah yang melesat dari mulutmu,
sehingga penting untuk tau ke arah mana ia akan terlontar"*

LEMBAR PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada diri saya, dan kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, inspirasi, dan bimbingan dalam perjalanan penelitian ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak dan dapat menjadi kontribusi positif dalam bidang yang bersangkutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji Syukur saya panjatkan kepada Allah SWT Karena berkat serta perlindungannya pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Body Shaming* Terhadap Penerimaan Diri (*Self - Acceptance*) Pada Wanita Dewasa Awal Di Kota Malang” sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sebagai Sarjana Psikologi. Dalam proses pengerjaan skripsi penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga atas segala bantuan dan dukungannya kepada :

1. Tuhan Yang Maha Esa, karena telah memberikan penulis kesehatan, kemampuan, kekuatan, dan pertolongan penulis dalam proses pendidikan penulis hingga selesai.
2. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang sekaligus Dosen Pembimbing I. Saya mengucapkan banyak terima kasih untuk pendampingan, bimbingan, kritikan serta saran yang diberikan sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Bapak Muhammad Untung Manara, S.Psi., MA., Ph.D Selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
4. Ibu Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog. Selaku penguji sidang serta Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
5. Bapak Richo Surya Pradana, S.Pd., M.Pd selaku dosen pembimbing kedua. Terima kasih banyak untuk pendampingan, bimbingan, kritikan serta saran yang diberikan pada saya sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik
6. Bapak dan ibu dosen serta staf Fakultas Psikologi Universitas Merdeka

Malang. Terima kasih atas bimbingan dan ilmu yang diberikan pada saya selama saya menjadi mahasiswa

7. Terima kasih kepada diri saya, yang telah melalui perjalanan hingga dapat menyelesaikan penelitian dan perkuliahan dengan baik.
8. Terima kasih kepada keluarga saya atas cinta, dukungan, dan pengertian mereka selama proses penelitian ini. Kalian adalah sumber kekuatan dan motivasi bagi saya
9. Terima kasih kepada para responden yang telah dengan sukarela berpartisipasi dalam penelitian ini. Tanpa kontribusi dan kerjasama mereka, penelitian ini tidak mungkin terwujud.
10. Terima kasih kepada teman saya A'issyah yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan motivasi dalam setiap langkah perjalanan ini. Tanpa kemarahan serta emosi yang kita beri ke satu sama lain, saya tidak akan bisa sampai di titik ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan anugerahnya, yang selalu menyertai penulis dalam penyelesaian skripsi, sehingga dengan penyertaanNya pula, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“PENGARUH BODY SHAMING TERHADAP PENERIMAAN DIRI (SELF-ACCEPTANCE) PADA WANITA DEWASA AWAL DI KOTA MALANG”**.

Skripsi ini dibuat untuk mengetahui pengaruh *body shaming* terhadap penerimaan diri pada wanita dewasa awal di Kota Malang guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar kesarjanaan S1 program studi Psikologi.

Atas segala kekurangan dan ketidak sempurnaan dalam penyusunan skripsi ini, penulis sangat mengharapkan masukan, kritik dan saran yang bersifat membangun kearah perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini. Cukup banyak kesulitan yang penulis alami dalam penulisan skripsi ini, tetapi Puji Syukur penulis dapat mengatasi dan menyelesaikan dengan baik.

Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermamfaat bagi semua pihak dan semoga amal baik yang telah diberikan kepada penulis mendapatkan balasan dari Tuhan Yang Maha Esa.

Malang, 23 Agustus 2024



Fitah Ramadani

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI	iv
MOTTO.....	v
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
INTISARI	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	8
A. Penerimaan Diri (<i>Self-Acceptance</i>).....	8
1. Definisi Penerimaan Diri.....	8
2. Aspek-aspek Penerimaan Diri	9
3. Faktor Pendukung Penerimaan Diri.....	9
B. <i>Body Shaming</i>	11
1. Definisi <i>Body Shaming</i>	11
2. Aspek <i>Body Shaming</i>	12
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Body Shaming</i>	13
C. Dewasa Awal	16
1. Pengertian Dewasa Awal	16
2. Ciri – ciri Dewasa Awal	18
D. Keterkaitan <i>Body Shaming</i> dan Penerimaan Diri	20

E. Hipotesis	23
BAB III METODE PENELITIAN	24
A. Desain Penelitian.....	24
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel	24
C. Partisipasi Penelitian	25
1. Populasi.....	25
2. Sampel.....	26
D. Cara Pengumpulan Data	27
E. Cara Analisis Data	30
1. Uji Normalitas	30
2. Uji Linearitas.....	31
3. Uji Hipotesis.....	31
F. Prosedur Penelitian	31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	33
A. Deskripsi Subjek Penelitian	33
B. Kategorisasi Data	34
C. Statistika Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur	35
D. Hasil Uji Hipotesis.....	35
E. Pembahasan.....	38
BAB V PENUTUP	42
A. Kesimpulan	42
B. Saran	42
DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN	47

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kategori Skor Item Favorable dan Unfavorable	28
Tabel 2 Karakteristik Responden.....	33
Tabel 3 Kategorisasi Data.....	34
Tabel 4 Statistika Deskriptif dan Reliabilitas	35
Tabel 5 Hasil Uji Normalitas	36
Tabel 6 Hasil Uji Linearitas	36
Tabel 7 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir	22
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Penelitian	48
Lampiran 2 Tabulasi Data Skala Penelitian	55
Lampiran 3 Uji Normalitas.....	58
Lampiran 4 Hasil Uji Linearitas	60
Lampiran 5 Hasil Uji Hipotesis	62
Lampiran 6 Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi	64
Lampiran 7 Surat Keterangan Kemiripan Hasil Turnitin.....	66
Lampiran 8 Daftar Riwayat Hidup.....	69

PENGARUH BODY SHAMING TERHADAP PENERIMAAN DIRI (SELF-ACCEPTANCE) PADA WANITA DEWASA AWAL DI KOTA MALANG

Fitah Ramadani

Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang

fitah.r.7@gmail.com

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *body shaming* terhadap penerimaan diri (*self-acceptance*) pada wanita dewasa awal dari umur 18 hingga 25 tahun di kota Malang. Penelitian ini merupakan penelitian eksplanatori dengan menggunakan desain penelitian kuantitatif. Pengukuran *body shaming* dan penerimaan diri dilakukan menggunakan kuesioner skala Likert. Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa model regresi yang dibangun memiliki nilai F sebesar 39,686 dan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,000 ($< 0,05$). Hal ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan variabel *body shaming* terhadap penerimaan diri. Nilai R sebesar -0,930 menunjukkan hubungan negatif yang sangat kuat dan signifikan antara *body shaming* (X) dan penerimaan diri (Y) dimana jika *body shaming* sangat tinggi, maka penerimaan diri menjadi rendah, begitu pula sebaliknya. Selain itu, nilai R^2 yang tinggi, yaitu sebesar 0,865, menunjukkan bahwa *body shaming* mempengaruhi penerimaan diri sebesar 86,5%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Berdasarkan hasil uji hipotesis, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara *body shaming* dengan penerimaan diri pada perempuan dewasa awal di kota Malang.

Kata Kunci : *body shaming*, wanita dewasa awal, penerimaan diri

**THE EFFECT OF BODY SHAMING ON SELF-ACCEPTANCE IN EARLY
ADULT WOMEN IN MALANG CITY**

Fitah Ramadani

Faculty of Psychology, Merdeka Malang University

fitah.r.7@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to analyze the effect of body shaming on self-acceptance in young adult women from 18 to 25 years old in Malang city. This study is an explanatory research using quantitative research design. Scale measurements of body shaming and self-acceptance were carried out using a Likert scale questionnaire. The results of simple linear regression analysis showed that the regression model built had an F value of 39.686 and a significance value (Sig.) of 0.000 (< 0.05). This indicates a significant influence between the variables of body shaming and self-acceptance. The R value of -0.930 indicates a very strong and significant negative relationship between body shaming (X) and self-acceptance (Y) where the higher body shaming is, the lower self-acceptance is, vice versa. In addition, the high R^2 value, which is 0.865, indicates that body shaming affects self-acceptance by 86.5%, while the rest is influenced by other factors. Based on the results of hypothesis testing, it can be concluded that there is a significant negative relationship between body shaming and self-acceptance in young adult women in Malang city.

Keyword: *body shaming, young adult women, self-acceptance*