

**PENGALAMAN MENGHADAPI PERLAKUAN *BODY SHAMING* DAN UPAYA
PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI DALAM BERINTERAKSI
TERHADAP ENAM MAHASISWA FAKULTAS TEKNIK SIPIL INSTITUT
TEKNOLOGI NASIONAL YOGYAKARTA**



SKRIPSI

Diajukan Sebagai Syarat Memperoleh

Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh:

FEBBY WIYANTI

191007115

PROGRAM STUDI SOSIOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

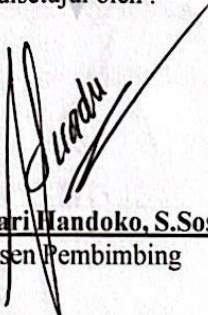
**PENGALAMAN MENGHADAPI PERLAKUAN *BODY SHAMING* DAN
UPAYA PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI DALAM
BERINTERAKSI TERHADAP ENAM MAHASISWA FAKULTAS
TEKNIK SIPIL INSTITUT TEKNOLOGI NASIONAL YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Disusun Guna Melengkapi Tugas Akhir Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh
Gelar
Sarjana Sosial (S.Sos)

disusun oleh :
Febby Wiyanti
191007115

disetujui oleh :


Dr. V. Sundari Handoko, S.Sos., M.Si
Dosen Pembimbing

PROGRAM STUDI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA

2024

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : **Pengalaman Menghadapi Perlakuan *Body Shaming* dan Upaya Peningkatan Kepercayaan Diri Dalam Berinteraksi Terhadap Enam Mahasiswa Fakultas Teknik Sipil Institut Teknologi Nasional Yogyakarta.**

Penyusun : Febby Wiyanti
Npm : 191007115

Telah diuji dan dipertahankan pada Sidang Ujian Skripsi yang diselenggarakan pada

Hari / Tanggal : Senin, 22 April 2024

Pukul : 11.00 WIB

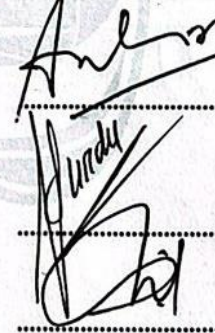
Tempat : Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Kampus 4 – Gedung Theresa, Ruang Pendadaran 1 (bagian selatan)

TIM PENGUJI:

Andreas A. Susanto, Ph.D.
PENGUJI UTAMA

Dr. V. Sundari Handoko, S.Sos., M.Si
PENGUJI I

Lucinda, M.Lett.
PENGUJI II

TANDA TANGAN

.....
KRISTIAN TAMTOMO, S.Antr., M.A., Ph.D.

KETUA PROGRAM STUDI S1 SOSIOLOGI

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Febby Wiyanti

NPM : 191007115

Program Studi : Sosiologi

Judul Skripsi : Pengalaman Menghadapi Perlakuan *Body Shaming* Dan Upaya Peningkatan Kepercayaan Diri Dalam Berinteraksi Terhadap Enam Mahasiswa Fakultas Teknik Sipil Institut Teknologi Nasional Yogyakarta

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini benar-benar hasil karya dan kerja saya sendiri. Skripsi ini bukan merupakan plagiasi, duplikasi maupun pencurian hasil karya orang lain.

Bila dikemudian hari diduga ada ketidaksesuaian antara fakta dengan pernyataan ini, saya bersedia untuk diproses oleh tim fakultas yang dibentuk untuk melakukan verifikasi. Bila terbukti bahwa terdapat plagiasi maupun bentuk ketidakjujuran lain, saya siap dan bersedia menerima sanksi berupa pencabutan kesarjanaan saya.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran sendiri dan tanpa tekanan maupun paksaan dari pihak manapun.

Yogyakarta, 26 Maret 2024
Saya yang menyatakan,



Febby Wiyanti

ABSTRAK

Permasalahan *body shaming* adalah sesuatu yang tidak asing bagi kita, terutama di negara kita. *body shaming* dapat memiliki dampak negatif yang signifikan pada kepercayaan diri seseorang. Melihat banyak kasus korban *body shaming* yang dialami oleh mahasiswa, penulis tertarik untuk meneliti tentang *body shaming* dan Kepercayaan Diri dalam relasi sosial. Penelitian ini menggunakan metode penelitian Deskriptif Kualitatif. Data primer dalam penelitian ini diperoleh melalui proses wawancara dengan para informan yang terlibat langsung, yang didukung oleh data primer yang terkait dengan topik yang sedang diteliti. Rumusan masalah yang terdapat pada penelitian ini adalah pertama, apa saja pengalaman enam mahasiswa Fakultas Teknik Sipil Institut Teknologi Nasional Yogyakarta yang mengalami *body shaming*? kedua, bagaimana enam mahasiswa yang mengalami *body shaming* meningkatkan kepercayaan diri dalam berinteraksi dengan mahasiswa lain di Fakultas Teknik Sipil Institut Teknologi Nasional Yogyakarta? Penelitian ini penting dilakukan karena dapat memberikan wawasan tentang dampak *body shaming* terhadap kepercayaan diri mahasiswa, membantu meningkatkan kesadaran tentang *body shaming* dan kepercayaan diri di kalangan mahasiswa. Hasil dari temuan penelitian terkait dengan pengalaman mendapatkan perlakuan *body shaming* dari enam mahasiswa Fakultas Teknik Sipil Institut Teknologi Nasional Yogyakarta yaitu Pertama, Diejek Memiliki Warna Kulit Putih Sebagai orang NTT. Kedua, Disindir Memiliki Warna Kulit yang Terlalu Putih. Ketiga, Dihina Seperti Jerapah Karena Tinggi. Keempat, Dihina Seperti Anak Kecil Karena Pendek. Kelima, Dibilang Cacingan Karena Terlalu Kurus. Keenam, Merasa *Insecure* Karena Memiliki Berat Badan yang Gemuk. Hasil temuan dari upaya meningkatkan kepercayaan diri dari enam mahasiswa Fakultas Teknik Sipil Institut Teknologi Nasional Yogyakarta yaitu, Pertama, menghindari pelaku *body shaming*. Kedua, memahami manusia diciptakan berbeda-beda. Ketiga, berteman dengan orang yang dapat menerima dirinya dan kebaikannya. Keempat, mengabaikan komentar negatif. Kelima, membalas komentar negatif dengan balasan yang positif. Keenam, bersyukur atas tubuh yang dimiliki. Ketujuh, menerima diri sendiri apa adanya, menghargai keunikan yang dimiliki. Kedelapan, melakukan hal-hal yang positif. Sehingga, melalui upaya peningkatan kepercayaan diri, enam mahasiswa Fakultas Teknik Sipil Institut Teknologi Nasional Yogyakarta tersebut dapat lebih percaya diri untuk berinteraksi dengan percaya diri tanpa ada perasaan malu ataupun sakit hati.

Kata Kunci: *Body shaming*, Kepercayaan diri, Mahasiswa, Pengalaman, Berinteraksi

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus yang telah memberikan berkat dan rahmat serta kemudahan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi sebagai persyaratan guna mendapatkan gelar Sarjana dan kelulusan mata kuliah skripsi di Program Studi Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada berbagai pihak atas bantuan, bimbingan, petunjuk dan saran – saran, serta nasehat yang tidak ternilai harganya. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Tuhan Yang Maha Kuasa yang telah memberikan kemudahan, kesehatan, dan kehidupan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Nek Rita yang selalu menyertai, memberi kemudahan dan menjaga dalam menyelesaikan skripsi.
3. Wilda Kresensia (mama), Antonius M (bapak), Gusti Ariwiyadi (bapak), Veronika Oni (nenek), C.H Dahor (kakek), Wardino Wenseslaus (oom), Waltrudis Waldi Seventino (oom), dan Windarni Oktavia, yang telah merawat, memotivasi, membiayai, dan memberi dukungan penuh kepada penulis selama hidupnya.
4. Ibu Dr. V. Sundari Handoko, S.Sos., M.Si. selaku dosen pembimbing penulis, yang selalu senantiasa sabar dalam membimbing penulis, meluangkan waktu untuk bimbingan, memberikan masukan ataupun saran, solusi, dan ide yang sangat berguna bagi penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
5. Ibu Lucinda, M.Lett. dan Bapak Andreas A. Susanto, Ph.D. selaku dosen penguji yang memberikan masukan saat seminar proposal yang sangat berguna untuk melengkapi proses penyusunan skripsi penulis.

6. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Sosiologi, Universitas Atma Jaya Yogyakarta yang telah bersedia memberikan ilmu selama penulis menjalani studi.
7. Narasumber yang telah bersedia memberikan informasi yang berguna untuk melengkapi skripsi ini, Bagus, Hendra, Emi, Alia, Jesi, dan Rion. Nama – nama ini merupakan nama samaran yang telah mendapat persetujuan bersama.
8. Aulia Nuraisa yang memberikan saran terkait dengan judul skripsi dan selalu memotivasi penulis
9. Onty Villa Vinea yang selalu memberi semangat dan mendengarkan keluh kesah penulis
10. Irene Intan Pradista yang selalu membantu dan menemani dalam mengerjakan skripsi. Memberikan saran serta solusi disaat penulis merasa kesusahan, penulis mengucapkan terima kasih banyak.
11. Elisabeth Tasya, Irene Intan Pradista, Lea Jasmine, Sheryne Tanaka, Orchid Abigail, Dela Sucita, Devi Aldiany, Deanissa dan Ricardo Marino Restu, Toni Hutasoit, steman- teman seperjuangan di awal masuk kuliah hingga pada akhir masa kuliah yang selalu memotivasi untuk menyelesaikan penelitian ini.
12. Octaviana Hana Yanti, Selvia Veronika, Elmi Triawan Dini, teman – teman yang selalu ada di saat penulis merasa kesusahan dan memotivasi dalam menyelesaikan penelitian ini.
13. Gregorius Gading Pamungkas dan Rainus Semsuda teman satu bimbingan yang telah sama – sama berjuang dalam menyelesaikan skripsi dan selalu memberikan info keceriaan sehingga membuat penulis menjadi semangat.
14. Begees yang telah menemani masa – masa sulit selama penulis mengerjakan skripsi.
15. Teman – Teman angkatan 2019 Program Studi Sosiologi yang telah menemani dalam suka dan duka selama menempuh pendidikan di Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

Semua pihak yang telah membantu dan tidak dapat disebutkan satu persatu. Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna karena keterbatasan yang dimiliki oleh penulis. Oleh karena itu, segala kritik dan saran yang sifatnya membangun akan penulis terima secara terbuka.

Penulis



Febby Wiyanti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
BAB I PENDAHULUAN	14
A. Latar Belakang Penelitian.....	14
B. Rumusan Masalah.....	18
C. Tinjauan Pustaka.....	18
D. Kerangka Konseptual.....	24
E. Kerangka Berpikir.....	30
F. Tujuan Penelitian.....	31
G. Sistematika Penulisan	31
BAB II METODE DAN DESKRIPSI SUBYEK PENELITIAN	33
A. Jenis Penelitian dan Metode Penelitian	33
B. Informan Penelitian.....	34
C. Operasionalisasi Konsep.....	36
D. Metode Pengumpulan Data, Jenis Data, Cara Analisis Data.....	42
1. Metode Pengumpulan Data	42
2. Jenis Data.....	43
3. Triangulasi.....	44
4. Analisis Data	44
E. Deskripsi Objek Penelitian.....	46

BAB III TEMUAN DAN PEMBAHASAN	49
A. Temuan	49
1. Pengalaman <i>Body shaming</i>	51
2. Upaya Peningkatan Kepercayaan	57
B. Pembahasan	60
1. Pengalaman <i>Body shaming</i>	60
2. Upaya Peningkatan Kepercayaan Diri.....	61
BAB IV KESIMPULAN	64
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Tinjauan Pustaka	20
Tabel 1.2 Tabel Standar Ukuran Tubuh	25
Tabel 1.3 Kerangka Berpikir	29
Tabel 2.1 Informan Penelitian	34
Tabel 2.2 Operasional Konsep	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Skema Hasil Temuan Penelitian.....	49
---	----