

**KONTRIBUSI *BODY SHAMING* TERHADAP KECEMASAN  
SISWA KELAS X DI SMAN 7 BANJARMASIN**

**SKRIPSI**

**OLEH  
INDAH FATRIANA**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
BANJARMASIN  
2025 M/1447 H**

**KONTRIBUSI *BODY SHAMING* TERHADAP KECEMASAN  
SISWA KELAS X DI SMAN 7 BANJARMASIN**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora  
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Psikologi Islam

Oleh:  
**Indah Fatriana**  
NIM. 200103040091



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
BANJARMASIN  
2025 M/1447 H**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Indah Fatriana  
NIM : 200103040091  
Tempat/Tanggal lahir : Tabuan/ 3 Januari 2002  
Program Studi : Psikologi Islam  
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul, “*Kontribusi Body shaming Terhadap Tingkat Kecemasan Siswa Kelas X di SMAN 7 Banjarmasin*” adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 31 Desember 2025  
Yang membuat pernyataan,



Indah Fatriana  
NIM. 200103040091



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593  
Website: www.pl.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

**Surat Keterangan Bebas Plagiasi**

Nomor: 5290/Un.14/III.3/PP.00.9/12/2025

Ketua Program Studi Psikologi Islam menerangkan bahwa karya ilmiah yang dibuat oleh:

Nama	: Indah Fatriana
NIM	: 200103040091
Semester	: XI (Sebelas)
Tahun Akademik	: Ganjil 2025/2026
Prodi	: Psikologi Islam
Jenis Karya Ilmiah	: Skripsi
Judul Karya Ilmiah	: Kontribusi Body Shaming dengan Tingkat Kecemasan Remaja Korban Bullying di SMAN 7 Banjarmasin

telah melalui proses uji plagiasi menggunakan aplikasi Turnitin dan dinyatakan memenuhi persyaratan **bebas plagiasi** dengan persentase kemiripan tidak melebihi 25%, sesuai ketentuan yang berlaku, sebagaimana bukti terlampir.

Banjarmasin, 31 Desember 2025

a.n. Ketua Prodi Psikologi Islam

Sekretaris,



M. Ichin, M.A

## LEMBAR PERSETUJUAN

### KONTRIBUSI *BODY SHAMING* TERHADAP TINGKAT KECEMASAN SISWA KELAS X DI SMAN 7 BANJARMASIN

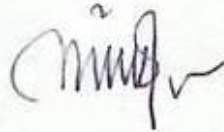
Dipersembahkan dan disusun oleh:

**INDAH FATRIANA**  
**NIM. 200103040091**

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dapat diajukan kepada Tim  
Penguji

Banjarmasin, 31 Desember 2025

Pembimbing I



Dra. Mulyani, M.Ag  
NIP. 19681010 199403 2 004

Pembimbing II



Mahdia Fadhila, M.Psi., Psikolog  
NIP. 19870802 202203 2 001

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Psikologi Islam



Mahdia Fadhila, M.Psi., Psikolog  
NIP. 19870802 202203 2 001

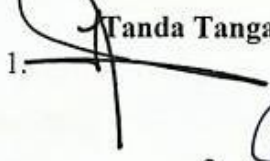


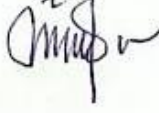

## LEMBAR PENGESAHAN

### KONTRIBUSI *BODY SHAMING* TERHADAP TINGKAT KECEMASAN SISWA KELAS X DI SMAN 7 BANJARMASIN



Dipersembahkan dan disusun oleh:

**INDAH FATRIANA**  
**NIM. 200103040091**

Telah Diujikan pada Tim Penguji  
Pada: Hari Senin, Tanggal 12 Januari 2026

Nama	Tanda Tangan
1. Prof. Dr. M. Zainal Abidin, M.Ag (Ketua)	1. 
2. Miftahul Aula Sa'adah, M.Psi., Psikolog (Penguji I)	2. 
3. Mahdia Fadhila, M.Psi., Psikolog (Penguji II)	3. 
4. Dra. Mulyani, M.Ag (Penguji III)	4. 
5. Rifqa Amalia Azzyati, S.Psi., MA (Notulis)	5. 

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora  
UIN Antasari Banjarmasin

  
  
**Prof. Dr. H. Akhmad Sagir, M.Ag**  
NIP. 19711217 199603 1 001

## ABSTRAK

**Indah Fatriana. 200103040091.** *Kontribusi Body shaming Terhadap Tingkat Kecemasan Siswa Kelas X di SMAN 7 Banjarmasin.* Skripsi, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora. Tahun 2025. Pembimbing: Dra. Mulyani, M.Ag dan Mahdia Fadhila, M.Psi., Psikolog.

**Kata Kunci:** *Body shaming, Bullying, Tingkat Kecemasan*

Perlakuan *bullying* yang paling sering ditemukan dengan prevalensi 15,3% pelajar di seluruh dunia dan 19,2% pelajar di Asia adalah perundungan *verbal* terhadap bentuk fisik atau disebut dengan *body shaming* yang dapat menimbulkan kerugian psikis seperti kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kejadian *body shaming*, mengetahui tingkat kecemasan, dan menganalisa kontribusi kejadian *body shaming* terhadap tingkat kecemasan siswa kelas X di SMAN 7 Banjarmasin.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis korelasional dan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah semua siswa-siswi kelas X tahun akademik 2025/2026 di SMAN 7 Banjarmasin dengan jumlah 395 orang. Sampel penelitian berjumlah 312 orang berdasarkan perhitungan rumus Isaac dan Michael. Pemilihan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Skala yang digunakan adalah skala kejadian *body shaming* berjumlah 36 item berskala likert dengan 5 pilihan jawaban (nilai validitas  $r$  hitung  $0,528 - 0,894 > r$  tabel  $0,514$ ; nilai reliabilitas *cronbach's alpha*  $0,971$ ) dan skala tingkat kecemasan STAI berjumlah 40 item skala likert dengan 4 pilihan jawaban (nilai validitas  $r$  hitung  $0,178 - 0,723 > r$  tabel  $0,1528$ ; nilai reliabilitas *cronbach's alpha*  $0,893 - 0,842$ ). Analisa data menggunakan analisa deskriptif dan uji regresi logistik ordinal.

Hasil penelitian menemukan sebanyak 258 responden (82,7%) tidak mengalami *body shaming* dan 54 responden lainnya (17,3%) mengalami *body shaming*; sebanyak 156 orang (50%) mengalami kecemasan ringan, sedangkan 112 orang (35,9%) mengalami kecemasan sedang, 27 orang (8,7%) normal atau tidak mengalami kecemasan dan 17 orang (5,4%) mengalami kecemasan berat. Hasil uji regresi logistik ordinal menunjukkan nilai Sig. sebesar  $0,017 < 0,05$  sehingga  $H_0$  diterima dengan nilai R Square sebesar  $0,019$ . Ditemukan bahwa aspek *verbal* berkontribusi sebesar 70,2% terhadap kejadian *body shaming* dan aspek *trait anxiety* berkontribusi sebesar 50,6% terhadap tingkat kecemasan. Dapat disimpulkan bahwa ada kontribusi kejadian *body shaming* terhadap tingkat kecemasan siswa kelas X di SMAN 7 Banjarmasin sebesar 1,9%.

## KATA PENGANTAR

Segala syukur dan puji hanya bagi Tuhan Yang Maha Esa, oleh karena anugerah-Nya yang melimpah, kemurahan dan kasih setia yang besar akhirnya peneliti dapat menyelesaikan menyelesaikan skripsi yang berjudul “*Kontribusi Body shaming Terhadap Tingkat Kecemasan Siswa Kelas X di SMAN 7 Banjarmasin*”.

Penyusunan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar strata satu Sarjana Psikologi dari Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin. Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada masa penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikannya. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Akhmad Sagir, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin, yang telah memberi ruang untuk menjalani pembelajaran selama masa perkuliahan.
2. Ibu Mahdia Fadhila, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam atas dukungan dan perhatiannya dalam mengarahkan langkah mahasiswa untuk berproses dalam meraih ilmu.
3. Ibu Dra. Mulyani, M.Ag selaku Dosen Penasehat Akademik yang telah memberikan arahan dan bimbingan untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Mahdia Fadhila, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan arahan dan bimbingan untuk menyelesaikan skripsi ini

5. Segenap dosen dan civitas akademika di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang telah mendidik, membimbing dan mengarahkan proses yang dijalani peneliti hingga sampai pada titik ini.
6. Kepala Sekolah beserta jajaran guru dan staf SMAN 7 Banjarmasin yang telah memberikan ijin untuk dilaksanakannya studi pendahuluan serta penelitian dan seluruh siswa-siswi yang telah bersedia menjadi responden penelitian.
7. Orang tua, saudara dan sahabat yang selalu memberi dukungan moril maupun materil sehingga peneliti dapat terus melangkah hingga selesainya skripsi ini.
8. Seluruh mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora yang telah sama-sama berjuang dan saling menguatkan.
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, atas segala bantuan dan dukungannya hingga skripsi ini dapat diselesaikan.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini memiliki banyak kekurangan sehingga dengan segala kerendahan hati peneliti mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan di masa yang akan datang. Semoga Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan kepada semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi kita semua.

Banjarmasin, 31 Desember 2025

Peneliti



**(Indah Fatriana)**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL.....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Signifikansi Penelitian.....	8
1. Manfaat teoritis penelitian.....	8
2. Manfaat praktis penelitian.....	8
E. Definisi Operasional.....	9
1. <i>Body shaming</i> .....	9
2. Tingkat kecemasan.....	10
F. Hipotesis.....	11
G. Penelitian Terdahulu.....	12
H. Sistematika Penulisan.....	16
<b>BAB II TINJAUAN TEORITIK DAN KERANGKA PIKIR.....</b>	<b>18</b>
A. Tinjauan Teoritik.....	18
1. Kecemasan.....	18
2. <i>Body shaming</i> .....	34
3. Remaja.....	43
B. Kerangka Pikir.....	47
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>49</b>
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	49
B. Lokasi Penelitian.....	49
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	50
1. Populasi penelitian.....	50
2. Sampel penelitian.....	51
D. Data dan Sumber Data.....	52
E. Metode Pengumpulan Data.....	53
F. Instrumen Pengumpulan Data.....	54
G. Desain Pengukuran.....	57
1. Pengukuran kejadian <i>body shaming</i> .....	57
2. Pengukuran tingkat kecemasan.....	58
H. Teknik Analisis Data.....	58
1. Analisa univariat.....	58
2. Analisa bivariat.....	59

<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>60</b>
A. Hasil Penelitian .....	60
1. Gambaran Lokasi Penelitian .....	60
2. Prosedur Penelitian .....	63
3. Hasil Penelitian .....	64
B. Pembahasan .....	82
C. Temuan Penelitian .....	97
D. Keterbatasan Penelitian .....	98
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>99</b>
A. Simpulan.....	99
B. Rekomendasi .....	100
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>102</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>111</b>

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
Gambar 2.1 Kerangka Pikir .....	47
Gambar 4.1 Karakteristik Umur Responden.....	67
Gambar 4.2 Karakteristik Jenis Kelamin Responden.....	68

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
TABEL 3.1 <i>BLUEPRINT</i> KUESIONER KEJADIAN <i>BODY SHAMING</i> .....	56
TABEL 3.2 SKOR KUESIONER <i>BODY SHAMING</i> .....	56
TABEL 3.3 <i>BLUEPRINT</i> KUESIONER STAI.....	57
TABEL 3.4 SKOR KUESIONER STAI.....	57
TABEL 4.1 VALIDITAS KUESIONER <i>BODY SHAMING</i> .....	64
TABEL 4.2 VALIDITAS KUESIONER STAI.....	65
TABEL 4.3 RELIABILITAS KUESIONER.....	66
TABEL 4.4 UMUR RESPONDEN.....	67
TABEL 4.5 JENIS KELAMIN RESPONDEN.....	68
TABEL 4.6 ANALISA DESKRIPTIF.....	68
TABEL 4.7 GAMBARAN KEJADIAN <i>BODY SHAMING</i> .....	71
TABEL 4.8 <i>BODY SHAMING</i> BERDASARKAN UMUR.....	71
TABEL 4.9 <i>BODY SHAMING</i> BERDASARKAN JENIS KELAMIN.....	72
TABEL 4.10 GAMBARAN KECEMASAN.....	74
TABEL 4.11 KECEMASAN BERDASARKAN UMUR.....	75
TABEL 4.12 KECEMASAN BERDASARKAN JENIS KELAMIN.....	75
TABEL 4.13 <i>CROSS-TABULATION</i> .....	76
TABEL 4.14 HASIL UJI NORMALITAS.....	77
TABEL 4.15 HASIL UJI LINEARITAS.....	78
TABEL 4.16 HASIL UJI HIPOTESIS.....	79
TABEL 4.17 KONTRIBUSI VARIABEL.....	80
TABEL 4.18 SUMBANGAN EFEKTIF ASPEK VARIABEL.....	82

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Jadwal Penelitian.....	112
2. Administrasi Penelitian.....	113
3. Sertifikat Komprehensif.....	117
4. Instrumen Penelitian.....	119
5. Bukti Uji Validitas Instrumen Penelitian.....	124
6. Rancangan Master Tabel .....	128
7. <i>Output</i> SPSS .....	137
8. Dokumentasi .....	141
9. Kartu Konsultasi.....	143
10. Daftar Riwayat Hidup.....	146