

**GAMBARAN *LOCUS OF CONTROL* MAHASISWA PADA KORBAN  
*BODY SHAMING***

Diajukan Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk  
Memperoleh Gelar Strata 1 (S-1) Sarjana Psikologi Pada Fakultas Psikologi  
Universitas Muhammadiyah Jember



**Disusun Oleh:**  
**Alfiah Agraini**  
**NIM 1610811039**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

**2023**

## NASKAH PUBLIKASI

## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember untuk Mmenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Satu (S1) Psikologi

Pada tanggal

21 Agustus 2023

Mengesahkan  
Fakultas Psikologi  
Universitas Muhammadiyah Jember  
Dekan,



Dr. Nurlaela Widvarini, S.Psi., M.Si  
NIP. 197505292005012001

Tanda Tangan

Dewan Penguji

Istiqomah, S.Psi., M.Si., Psikolog  
NIP. 1975053111312445

Ria Wiyatif L., S.Psi., M.Si., M.Psi., Psikolog  
NIP. 1992011812003915

# GAMBARAN *LOCUS OF CONTROL* MAHASISWA PADA KORBAN *BODY SHAMING*

Alfiah Agraini<sup>1</sup> Istiqomah<sup>2</sup>

Ria Wiyanti<sup>3</sup>

## INTISARI

*Body shaming* merupakan perbuatan mengkritik atau perbuatan mencela bentuk, ukuran, dan penampilan fisik orang lain. Hal ini tentunya sangat berdampak pada penilaian individu terhadap dirinya. Dalam hal ini *Locus of Control* berperan sebagai salah satu cara individu menginternalisasi, menyikapi informasi dan memberikan penilaian terhadap dirinya berdasar faktor internal dan eksternal.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *locus of control* pada mahasiswi korban *body shaming* di Universitas Muhammadiyah Jember. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 200 mahasiswi di Universitas Muhammadiyah Jember dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Pengukuran *Locus of Control* menggunakan skala Multidimensional *Locus of Control for Adults* Nowicki-Strickland yang dimodifikasi menyesuaikan dengan korban *bodyshaming*. Hasil penelitian secara keseluruhan *locus of control* mahasiswi korban *bodyshaming* di Universitas Muhammadiyah Jember berada pada kategori *locus of control eksternal* sebanyak 60,5% dimana mahasiswi di Universitas Muhammadiyah Jember cenderung memiliki *locus of control Eksternal* sehingga belum mampu mengontrol lingkungan sekitar dengan caranya dalam menghadapi *body shaming*. Sebanyak 58% mahasiswi masuk dalam kategori aspek *Supersition* yang artinya mahasiswi cenderung mempercayai bahwa adanya keberuntungan yang diberikan oleh setiap individu dan juga mempercayai bahwa sebagian benda berpengaruh dalam kehidupannya terutama benda yang berhubungan dengan kecantikan. Namun disisi lain, sebanyak 48% masuk pada kategori *useless* dimana mahasiswi belum solutif dalam menghadapi perilaku *bodyshaming*, responden mendapatkan solusi terkait *bodyshaming* berdasar pada pengalaman pribadinya saja dan tidak berusaha mencari pertolongan diluar dari dirinya.

**Kata Kunci : *Bodyshaming, Locus of Control***

---

<sup>1</sup> Peneliti

<sup>2</sup> Dosen Pembimbing 1

<sup>3</sup> Dosen Pembimbing 2

## DESCRIPTION THE LOCUS OF CONTROL IN COLLEGE FEMALE STUDENT OF BODYSHAME VICTIMS AT JEMBER MUHAMMADIYAH UNIVERSITY

Alfiah Agraini<sup>4</sup>, Istiqomah<sup>5</sup>,

Ria Wiyatfi Linsia<sup>6</sup>

### ABSTRACT

Body shaming is an act of criticizing or criticizing another person's shape, size, and physical appearance. This of course greatly affects the individual's assessment of him. In this case the Locus of Control acts as a way for individuals to internalize, respond to information and provide an assessment of themselves based on internal and external factors.

This study aims to describe the locus of control in female students who are victims of body shaming at the Muhammadiyah University of Jember. This study uses a descriptive quantitative approach. The subjects in this study were 200 female students at Muhammadiyah University Jember with purposive sampling technique. Locus of Control measurement uses the Multidimensional Locus of Control for Adults Nowicki-Strickland scale which is modified according to bodyshaming victims. The results of the study as a whole the locus of control of female students who are victims of bodyshaming at the Muhammadiyah University of Jember are in the category of external locus of control as much as 60.5% where female students at the Jember Muhammadiyah University tend to have an external locus of control so they are not able to control the surrounding environment in the way they deal with body shaming . As many as 58% of female students are included in the Superstition aspect category, which means that female students tend to believe that luck is given by each individual and also believe that some objects have an influence in their lives, especially objects related to beauty. But on the other hand, as many as 48% fall into the useless category where female students are not yet a solution in dealing with bodyshaming behavior, respondents get solutions related to bodyshaming based on their personal experience alone and do not try to seek help outside of themselves.

**Key Words : Bodyshaming, Locus of Control**

---

<sup>4</sup> Researcher

<sup>5</sup> Supervisor

<sup>6</sup> Supervisor 2

## A. PENGANTAR

Pada tahun 2018 KPAI menyatakan dari total 455 kasus pada data bidang pendidikan bahwasanya masalah perundungan terdapat 161 kasus dan di antaranya 41 kasus adalah kasus anak pelaku kekerasan dan bullying, sekitar 228 kasus kekerasan dan selebihnya kasus kekerasan fisik pada pelajar dan kasus anak korban kebijakan. Kondisi ini bahkan semakin menyedihkan saat mengetahui jika pelaku perundungan, baik perundungan tradisional (lewat perkataan dan fisik) maupun *cyberbullying* didaulati oleh kalangan remaja. (<https://kumparan.com/@kumparanstyle/kasus-bullyingmeningkat-pelakudidominasi-oleh-remaja>).

Salah satu bentuk dari pada *bullying* ialah *bullying* secara verbal. Dimana bentuk *bullying* secara verbal antara lain memaki, menghina, cat calling dan mempermalukan individu didepan umum. Menurut Zakiyah dan Zein (2017) *Body shaming* termasuk tindakan *bullying* secara verbal. Menurut Chaplin (Eva dan Baharuddin, 2019) *Body shaming* sendiri merupakan perbuatan mengkritik atau perbuatan mencela bentuk, ukuran dan penampilan fisik orang lain. Adapun bentuk daripada *body shaming* menurut (Fauzia dkk, 2019) ialah *fat shaming* (menghina ukuran tubuh yang besar), *thin shaming* (menghina ukuran tubuh yang kurus), tubuh berbulu (menghina tubuh individu yang memiliki kelebihan bulu) dan warna kulit. Jadi, menurut peneliti ketika pelaku melakukan salah satu bentuk *body shaming* tersebut sudah bisa dikatakan perilaku *body shaming*.

Untuk menghadapi *body shaming* beragam cara dilakukan, yakni dengan mengubah gaya hidup, membuktikan kualitas diri, berusaha menerima kelebihan dan kekurangan diri, berpikir positif (Sakinah, 2018). Hal termasuk tersebut salah satu faktor yang membentuk *Locus of Control* pada diri individu. Setelah itu juga terdapat faktor eksternal yang dapat membentuk *Locus of Control* individu salah satunya menjauhi pelaku *body shaming*. Menurut Mc. Donald (Tanuwijaya, 2010) menyatakan bahwa ada 2 faktor yang mempengaruhi perkembangan *Locus of Control*. Pertama *episodic antecedents*, yaitu kejadian-kejadian yang relatif memiliki makna penting dan muncul dalam kurun waktu tertentu, seperti kematian orang-orang yang dicintai, kecelakaan atau bencana alam. Kejadian signifikan yang tiba-tiba terjadi pada diri individu akan mempengaruhi perkembangan orientasi control. Hal ini secara signifikan dapat merubah cara pandang atau persepsi individu terhadap kehidupannya. Kedua, *accumulative antecedents*, yaitu factor-faktor yang bersifat terus menerus ada dan dapat mempengaruhi *locus of control* seperti diskriminasi social, pola asuh orang tua, dan ketidak mampuan yang berkepanjangan seperti kebutaan atau kelumpuhan yang menyebabkan individu pasrah karena merasa tidak berdaya.

Menurut Rotter (Rahmatina, 2017), *Locus of Control* merupakan kepercayaan individu apakah penguat yang mengontrol nilai berasal dari internal atau eksternal daripada individu tersebut. Sedangkan Menurut Wallston (Octarini dan Tiara Elsha, 2018) menyatakan bahwa *Locus of Control* merupakan bagaimana cara individu memberikan penilaian kepada dirinya yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa *Locus of Control* merupakan bagaimana cara individu menginternalisasi, menyikapi informasi dan memberikan penilaian terhadap dirinya berdasar faktor internal dan eksternal. Ada beberapa faktor dalam *Locus of Control* yakni faktor internal dan eksternal. Faktor internal mengacu pada Fadhillah dan Mahyuni (2018) ialah faktor yang berasal dalam diri sendiri seperti jenis kelamin, usia, serta usaha individu tersebut mengontrol lingkungan sedari dini hingga dewasa. Sedangkan yang dimaksud faktor eksternal ialah faktor yang berasal dari luar diri individu seperti lingkungan keluarga, pendidikan, sosial atau lingkungan sekitar individu tersebut (budaya dan lain sebagainya).

Mengacu pada pengertian *Locus of Control* yang dikemukakan oleh Wallstone dalam (Nurjannah dan Rahmatika, 2017) apabila dikaitkan dengan dampak yang dirasakan oleh korban *body shaming* ialah peneliti ingin meneliti bagaimana kontrol yang diberikan oleh pelaku *body shaming* terhadap korban *body shaming* memberikan pengaruh terhadap emosi, kognitif dan fisik bagi korban *body shaming* tersebut.

Pada hasil wawancara diperoleh data bahwasanya korban *body shaming* pada mulanya tidak menghiraukan kritikan dari pelaku *body shaming*, namun disebabkan intensitas *body shaming* yang terus menerus pada akhirnya membuat korban memikirkan secara terus menerus kritikan terkait bentuk tubuh oleh pelaku *body shaming* tersebut. Hal ini menyebabkan korban menjadi merasa *insecure* ketika berada didekat pelaku *body shaming*, disamping itu walaupun berada jauh dari pelaku *body shaming* korban tetap merasa tidak nyaman dan takut apabila penampilannya tidak sesuai dengan harapan orang sekitar. Korban mengaku hal ini juga berdampak pada kesehatan korban, korban merasa setelah mendapat kritikan terkait bentuk tubuh menjadi malas untuk makan, memakai alat bantu untuk mempercantik salah satu bentuk tubuh yang justru membahayakan korban itu sendiri seperti softlens. Para korban meyakini bahwa kendali atas dirinya ditentukan oleh orang lain atau lingkungan sekitarnya. Hal ini dapat disimpulkan bahwa kontrol yang diberikan oleh pelaku *body shaming* mempengaruhi emosi, kognitif dan fisik bagi korban *body shaming* tersebut. Jika ditarik kesimpulan pada hasil wawancara diatas yakni masuk pada bagaimana orang lain atau lingkungan mengendalikan diri individu tersebut dalam berfikir terkait dengan bentuk tubuh yang ideal.

Berdasar pada hasil yang didapat pada data diatas, peneliti ingin mengetahui bagaimana gambaran dari *Locus of Control* pada mahasiswa yang pernah menjadi korban *body shaming* atau pernah mendapat kritikan terkait dengan penampilannya, mengingat dampak daripada peristiwa *body shaming* ini dapat melemahkan mental individu apabila dilakukan secara terus menerus, maka dari itu perlu adanya kontrol untuk meminimalisir adanya dampak *body shaming* dalam kelompok masyarakat terutama mahasiswa dan mahasiswi. Selain itu penelitian ini memiliki pembaharuan yakni belum ada peneliti yang meneliti terkait gambaran *Locus of Control* pada korban *body shaming*.

## **B. METODE PENELITIAN**

### **1. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data kuantitatif (angka) yang dikumpulkan dengan prosedur pengukuran kemudian diolah melalui metode statistika. Penelitian ini menggunakan kuantitatif deskriptif, yaitu memberikan gambaran suatu situasi atau kejadian (Azwar, 2018).

### **2. Identifikasi Variabel**

Dalam melakukan penelitian, pasti akan ada fokus tentang apa yang diteliti yang disebut sebagai variable penelitian. Variabel adalah sesuatu hal yang ditetapkan oleh peneliti sebagai fokus yang akan di pelajari dan diteliti, sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono dalam Laili, 2018). Pada penelitian ini, variable yang akan digunakan adalah *Locus of Control* mahasiswa korban *body shaming*.

### **3. Populasi dan Sampel**

#### **a. Populasi**

Azwar (dalam Sulistyaningrum, 2012) mendefinisikan populasi sebagai kelompok subyek yang dikenai generalisasi hasil penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan mahasiswi (perempuan) yang menjadi korban *body shaming* dan berasal dari Universitas Muhammadiyah Jember (UMJ), dengan rentang umur 18 – 22 tahun dan merupakan mahasiswa aktif di universitas tersebut sejumlah 3.542 mahasiswi.

## b. Sampel

Menurut Suharsimi Arikunto (2010) yang dimaksud dengan sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik Purposive Sampling dimana pengambilan sampel berdasarkan pada karakteristik khusus. Adapun karakteristik sampel pada penelitian ini ialah : Mahasiswa aktif universitas Muhammadiyah Jember, Minimal berusia 18 tahun keatas, dan Pernah mendapat perlakuan *bodyshaming*. Objek penelitian adalah wanita atau remaja perempuan, hal ini disebabkan karena remaja perempuan juga lebih mungkin menerima komentar yang tidak diinginkan tentang tubuh mereka, sehingga citra tubuh negatif ditemukan sebagai prediktor signifikan dari fungsi psikologis yang buruk (Gadin & Hammarstrom, 2005).

Sampel dalam penelitian ini yakni responden yang memiliki karakteristik korban *Body shaming* serta memilih jawaban “YA” pada pertanyaan “Apakah saudara pernah mendapat kritikan terkait bentuk tubuh?” di Google Form. Jumlah sampel dalam penelitian ini akan menggunakan pendekatan dari Malhotra (2009), besarnya jumlah sampel yang diambil dapat ditentukan dengan cara mengalikan jumlah pertanyaan dengan 5, atau  $5 \times$  jumlah pertanyaan. Indikator dalam penelitian ini terdiri dari 1 variabel. Total pernyataan dalam penelitian ini adalah 40 pertanyaan, sehingga minimal ukuran sampel penelitian ini adalah  $40 \times 5 = 200$ , Jadi jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 200 responden.

## 4. Metode Pengumpulan Data

Prosedur yang digunakan peneliti yakni peneliti membagikan angket kepada informan penelitian melalui google form. Skala yang digunakan dalam penelitian ini merupakan Nowicki-Strickland Internal-Eksternal *Locus of Control Scale For Adults* berdasar pada teori Rotter tentang control internal dan eksternal dengan menggunakan model skala Guttman. Skala ini diadaptasi dari Skala Nowicki-Strickland for Children dengan mengganti kata “anak-anak” menjadi “orang” dan menghapus item tentang orang tua. Item-

item dalam skala Nowicki-Strickland for adults telah disesuaikan untuk populasi dalam jumlah yang lebih besar (Nowicki, Strickland ; 1973)

Item menggambarkan situasi penguatan lintas interpersonal dan bidang motivasi seperti afiliasi, prestasi dan ketergantungan (Nowicki dan Strickland, 1973). Skala ini dibagi menjadi 5 faktor yang sesuai dengan ketiga aspek Locus Of Control. *Faktor I* berisi tentang ketidak mampuan individu untuk melindungi diri sendiri. Sedangkan *Faktor II* berisi tentang kurangnya kekuatan social individu atau dapat disebut imponten social. *Faktor III* berisi tentang bagaimana kepercayaan individu pada gagasan hari baik atau keberuntungan. *Faktor IV* berisi tentang kepasifan sikap individu dan *factor V* berisi tentang kecenderungan untuk melihat ketidak berguna dan kemungkinan pengalaman yang tidak adil (Finch dkk, 1981). Tingkat reliabilitas 0,74 dan validitas 0,86. Terdiri dari 40 item dengan jawaban “ya” atau “tidak” (skala Guttman) dan masing-masing item telah mewakili bagian bagian yang hendak di ukur. Rentang skor 0 – 20 dikategorikan memiliki *Locus of Control* internal dan rentang skor 21 – 40 dikategorikan memiliki *Locus of Control* eksternal.

### C. HASIL PENELITIAN

Data uji sebenarnya skala *Locus of Control* diperoleh hasil perhitungan validitas dari 40 item menunjukkan bahwa 39 item valid dan 1 item gugur dengan skor signifikan (2-tailed) 0.01 dan 0.05 dengan rincian nilai 0.00 dan koefisien korelasi dengan kisaran 0.311 sampai dengan 0.670. Berdasar hasil analisa data uji validitas dan uji reliabilitas menunjukkan pada uji validitas dari 40 item menunjukkan bahwa 39 item valid dan 1 item gugur dengan skor signifikan (2-tailed) 0.01 dan 0.05 dengan rincian nilai 0.00 dan koefisien korelasi dengan kisaran 0.311 sampai dengan 0.670 maka dapat diartikan bahwa alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini andal atau sah karena mempunyai validitas tinggi. Sedangkan uji reliabilitas pada penelitian ini memperoleh nilai 0.929 yang dapat diartikan bahwa alat ukur pada penelitian ini bebas dari kesalahan sehingga menghasilkan hasil yang konstan meskipun diuji berkali-kali.

Tabel 1  
Kategorisasi *Locus of Control* secara keseluruhan

Kategori	Total Skor	N	Prosentase
Tinggi (Eksternal)	21 - 40	123	60,5%
Rendah (Internal)	0 - 20	77	38,5%
<b>Jumlah</b>		200	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 200 mahasiswi di Universitas Muhammadiyah Jember terdapat 123 mahasiswi dalam kategori rendah dengan *locus of control eksternal* dengan prosentase 60,5% yang artinya 123 mahasiswi belum mampu mengontrol lingkungan sekitar, beberapa mahasiswi belum mampu melawan perilaku body shaming dengan menggunakan cara mereka sendiri. Pernyataan ini sejalan dengan hasil penelitian Budiargi dalam Rida Putriana (2020) yang mengungkapkan bahwasanya pada saat remaja adalah masa transisi pada individu dengan cara mengikuti tren agar tidak ketinggalan terkait soal gaya hidup, perawatan tubuh dan kecantikan.

Sedangkan 75 mahasiswi dalam kategori *locus of control internal* dengan prosentase 38,5% yang artinya individu tersebut tidak mudah dipengaruhi oleh lingkungan sekitar, dimana individu tidak lagi berpatokan pada pandangan lingkungan sekitar terkait dengan bentuk tubuh ideal. Menurut Prestiana (dalam Ria et.al, 2021) seseorang yang memiliki internal locus of control selalu menghubungkan peristiwa yang dialaminya dengan faktor dalam dirinya, karena mereka percaya bahwa hasil dan perilakunya disebabkan faktor dari dalam dirinya.

Tabel 2  
**Kategorisasi Aspek Locus of Control**

Aspek	Rendah (internal) 0-20		Tinggi (eksternal) 21-40		Total	
	N	%	N	%	N	%
	<i>Powerlessness-Helpness</i>	85	42,5%	115	57,5%	200
<i>Social Power</i>	87	43,5%	113	56,5%	200	100%
<i>Supersition</i>	84	42%	116	58%	200	100%
<i>Futility</i>	86	43%	114	57%	200	100%
<i>Useless</i>	95	48%	105	53%	200	100%

Berdasarkan tabel diatas profil *Locus of Control* pada mahasiswi korban bodyshaming dilihat dari aspek-aspeknya menunjukkan bahwa aspek perilaku

dengan prosentase tertinggi sebanyak 58% dengan jumlah mahasiswi sebanyak 116 mahasiswi ada di kategori *locus of control eksternal* ada pada aspek Supersition. Hal ini berarti mahasiswi cenderung mempercayai bahwa adanya keberuntungan yang diberikan kepada setiap individu dan beberapa responden meyakini beberapa barang yang membawa keberuntungan untuk menyelamatkan mahasiswi tersebut dari perilaku *body shaming*. Sejalan dengan penelitian Nella dan Muhammad Sholihudin (2022) dimana mahasiswa yang mengalami perlakuan *body shaming* mendapatkan tekanan dari diri sendiri agar melakukan perubahan guna untuk menghindari perlakuan *body shaming* kembali Sedangkan prosentase tertinggi pada kategori *locus of control internal* ada pada aspek Useless dengan prosentase 48% dengan jumlah sebanyak 95 mahasiswi. Pada aspek *Useless* ini menggambarkan ketidak berguna dan kemungkinan pengalaman yang menurut individu tidak adil Apabila aspek ini cenderung rendah hal ini berarti mahasiswi tersebut mampu menghadapi permasalahan dalam hidupnya termasuk *body shaming* dengan cara mereka tersendiri.

Tabel 3  
**Kategori Usia Responden**

Kategori usia	Rentang Usia	Tinggi (eksternal)		Rendah (internal)		Total	
		21-40		0-20			
		N	%	N	%	N	%
Remaja Akhir	18-20	38	41%	55	59%	93	100%
Dewasa awal	21-30	42	39%	65	61%	107	100%

Berdasarkan tabel diatas profil *Locus of Control* pada mahasiswi korban bodyshaming dilihat dari kategori usia, dapat diketahui bahwa responden terdiri dari 2 kategori yakni remaja akhir dan dewasa awal. Nilai tertinggi dalam kategori rendah dengan jumlah 65 mahasiswi dengan prosentase 61% terdapat pada rentan usia 21-30 tahun dalam kelompok usia dewasa awal. Hal ini dapat diartikan bahwasanya pada usia dewasa awal mahasiswi telah mampu mengontrol dirinya sendiri dan mampu mengelola informasi yang didapat dari lingkungan sekitar berdasar pada pengalaman *body shaming* yang pernah didapat.

Tabel 4  
**Kategori Usia Per-Aspek**

ASPEK	KATEGORI USIA	
	remaja akhir	dewasa awal

	Tinggi (internal) 0-20		Rendah (eksternal) 21-40		Tinggi (internal) 0-20		Rendah (eksternal) 21-40	
	N	%	N	%	N	%	N	%
<i>Powerlessness-Helpness</i>	41	44%	52	56%	44	41%	63	59%
<i>Social power</i>	40	43%	53	57%	47	44%	60	56%
<i>Supersition</i>	38	41%	55	59%	46	43%	61	57%
<i>Futility</i>	45	48%	48	52%	41	38%	66	62%
<i>Useless</i>	48	52%	45	48%	47	44%	60	56%

Dari data pada tabel diatas menunjukkan bahwasanya aspek useless dengan kategori tertinggi dengan prosentase 52% dan jumlah mahasiswi sebanyak 48 orang menunjukkan bahwasanya remaja akhir mampu menyelesaikan dan melawan permasalahan body shaming dengan diri sendiri. Sedangkan prosentase tertinggi pada kategori rendah ialah supersition dengan jumlah prosentase sebanyak 59% dan jumlah mahasiswi sebanyak 55 orang. Hal ini dapat diartikan bahwasanya mahasiswi dengan kelompok usia remaja akhir masih bergantung pada hal-hal atau benda-benda yang berhubungan dengan pembawa keberuntungan dalam menghadapi bodyshaming. Masa Remaja (adolescence) menurut Erickson dimulai saat manusia berada pada masa puber dan berakhir pada usia 18 atau 20 tahun (Astuti dan Suwanto, 2017). Pada tahapan remaja situasi psikologis, fisiologis dan budaya berpengaruh terhadap perkembangan remaja. Terjadinya kegelisahan atau stres pada masa remaja adalah karena pengaruh lingkungan yang kurang mendukung, mengapresiasi, dan mengakui keberadaan remaja yang sedang berkembang (Desmita,2016). Oleh karena itulah pada masa remaja ini cenderung masuk pada kategori *locus of control eksternal* karena adanya tugas pada masa remaja yakni pencarian jati diri.

Adapun prosentase tertinggi pada kelompok usia dewasa awal dengan kategori tinggi adalah social power dan useless, dengan prosentase 44% dan jumlah mahasiswi sebanyak 47 orang. Hal ini dapat diartikan bahwasanya mahasiswi dengan kelompok usia dewasa awal mampu mengontrol lingkungan sekitar serta memiliki cara sendiri dalam menghadapi body shaming berdasar pada pengalaman pribadi. Menurut Erickson (Valentino et al., 2021) individu dihadapkan pada masa kedekatan vs keterasingan, dan itu berimplikasi bahwa individu pada tahap ini tampil sebagai seseorang yang mencintai, tetap menjalin

persekutuan dan bekerja, bahkan menawarkannya dengan orang lain Sedangkan prosentase tertinggi di kelompok usia dewasa awal ialah pada aspek futility, dengan prosentase 62% dan jumlah mahasiswi sebanyak 66 orang. Hal ini dapat diartikan bahwasanya individu kurang berdaya dalam mengahdapi permasalahan yang berkaitan dengan body shaming atau sering mendapat masukan atau solusi dari lingkungan sekitar.

Tabel 6  
**Respon Bagian Tubuh yang Terdampak Bodyshaming**

Jawaban responden	Total	
	N	%
Tubuh gemuk	76	38%
Tubuh kurus	52	26%
Warna kulit	50	25%
Bagian tubuh berbulu	22	11%
<b>Total</b>	<b>200</b>	<b>100%</b>

Berdasar pada tabel diatas dapat diketahui bahwasanya bagian tubuh yang paling sering mendapat kritikan atau *bodyshaming* tertinggi sebanyak 38% mahasiswi atau sejumlah 76 mahasiswi adalah mahasiswi yang bertubuh gemuk. Sedangkan bagian tubuh yang jarang mendapat bodyshaming ialah bagian tubuh berbulu dengan prosentase 11% dan jumlah responden mahasiswi sebanyak 22 orang. Sejalan dengan hasil penelitian, menurut Fauziah dkk (2019) bentuk-bentuk bodyshaming ialah *fatshaming* (bodyshaming yang diberikan kepada orang bertubuh gemuk), *skinny/thinshaming* (diberikan kepada orang yang memiliki tubuh kurus), rambut pada tubuh atau tubuh berbulu dan warna kulit. Pernyataan ini sejalan dengan penelitian Tarigan (dalam Diannur, 2019) terhadap 191 remaja obesitas dan 182 tidak obesitas di Yogyakarta yang memberikan hasil bahwa sebanyak 91% remaja obesitas mengalami gangguan citra tubuh dan dinyatakan dengan perasaan tidak puas terhadap ukuran tubuhnya sehingga menimbulkan rasa tidak percaya diri.

Tabel 7  
**Prosentase Respon Terhadap Perilaku Bodyshaming**

Jawaban responden	Total	
	N	%
Diam	152	75.8%
Menasehati pelaku	19	9.7%
Jawaban lain	29	14,5%
<b>Total</b>	<b>200</b>	<b>100%</b>

Berdasar pada tabel diatas dapat diketahui bahwasanya sebanyak 75,8% mahasiswi atau sejumlah 152 mahasiswi memilih untuk diam dalam menghadapi pelaku bodyshaming. Sebagian responden ada yang memilih untuk menasehati pelaku bodyshaming dengan prosentase sebesar 9,7%. Sedangkan sebanyak 14,5% memiliki cara tersendiri untuk menghadapi bodyshaming. Rozie (dalam Wahyudi dan Maulidya, 2018) menyatakan persepsi individu baik itu persepsi positif maupun persepsi negative terhadap suatu kejadian akan mempengaruhi tindakan individu yang tampak atau nyata.

#### **D. KESIMPULAN DAN SARAN**

##### **1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan mengenai gambaran Locus of Control pada mahasiswi korban body shaming di Universitas Muhammadiyah Jember diperoleh gambaran bahwasanya sebanyak 38% bodyshaming pada mahasiswi dengan bentuk tubuh yang gemuk. Adapun mahasiswi di Universitas Muhammadiyah Jember cenderung memiliki Locus of Control yang rendah sehingga masih sangat rentan dipengaruhi oleh lingkungan. Mahasiswi masuk dalam kategori aspek Supersition yang artinya mahasiswi cenderung mempercayai bahwa adanya keberuntungan yang diberikan oleh setiap individu dan juga mempercayai bahwa sebagian barang berpengaruh besar dalam kehidupannya terutama barang-barang yang berhubungan dengan kecantikan. Namun disisi lain, mahasiswi juga masuk pada kategori useless dimana mahasiswi belum solutif dalam menghadapi perilaku bodyshaming, responden mendapatkan solusi terkait bodyshaming berdasar pada pengalaman pribadinya saja dan tidak berusaha mencari pertolongan diluar dari dirinya.

Responden pada penelitian ini terdiri dari 2 kategori yakni remaja akhir (18-20 tahun) dan dewasa awal (21-30 tahun). Dalam 2 kategori usia tersebut diketahui bahwasanya mahasiswi dengan fase usia dewasa awal lebih mampu dalam mengontrol diri sendiri dan mampu mengelola informasi yang didapat dari lingkungan sekitar. Hal ini menyebabkan mahasiswi dengan fase usia dewasa awal memiliki kontrol diri lebih baik daripada usia remaja akhir.

## 2. Saran

Berdasar pada hasil penelitian ini, maka terdapat beberapa saran yang peneliti berikan, antara lain :

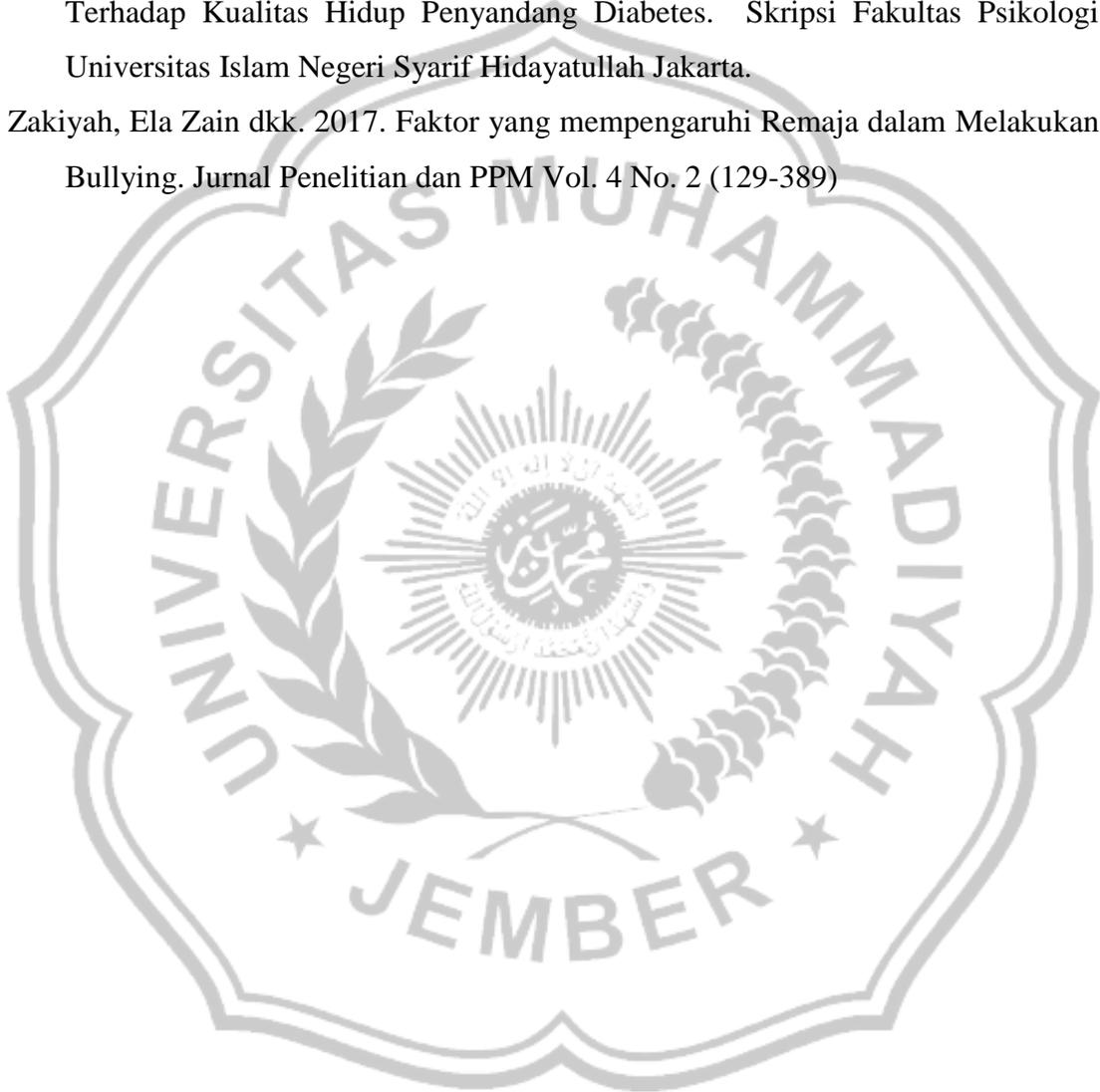
1. Bagi mahasiswi yang menjadi korban *bodyshaming*
  - a. Mempercayai beberapa benda untuk menutupi kekurangan pada tubuh adalah hal wajar yang dilakukan oleh setiap individu, namun alangkah baiknya apabila setiap individu meningkatkan dan melatih rasa percaya diri supaya tidak mudah terpengaruh perilaku lingkungan sekitar terutama pada perilaku *bodyshaming* yang berfokus pada tubuh ideal menurut lingkungan sekitar.
  - b. Lebih banyak melakukan kegiatan yang membuat pikiran selalu senantiasa “Positif” adalah salah satu upaya mencintai diri sendiri sebagai benteng dari perilaku *bodyshaming*. Kegiatan positif yang bisa dilakukan salah satunya berolahraga untuk menjaga kebugaran tubuh, menekuni hobi dan juga ikut program-program meningkatkan kualitas diri.
2. Bagi Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti terkait dengan tema yang sama disarankan agar adanya penelitian lebih lanjut dengan wilayah yang diteliti lebih luas dan heterogen.

## DAFTAR PUSTAKA

- Atsila, Resqia Indah Dkk. 2021. Perilaku Body shaming dan Dampak Psikologis pada Mahasiswa Kota Bogor. *Jurna; KOMUNIKATIF* vol 10 No 1 Juli.
- Eva, Rahmah Nur dan Baharuddin, Fahyuni. 2019. Faktor Pembentuk Perilaku Body shaming di Media Sosial. *Prosiding Seminar Nasional & Call for Paper Psikologi Sosial*. (66-73).
- Gani, Andika Wahyudi & Jalal, Novita Maulidya. 2021. Persepsi Remaja Tentang Body shaming. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora* Vol 5 No 2 Bulan Juli.
- Fauzia, Tri Fajariani dan Rahmiaji, Lintang Ratri. 2019. Memahami Pengalaman Body shaming pada Remaja Perempuan. *Jurnal Interaksi Online* Vol. 7 No.3.
- Fitri, Nia Febbiyanti & Adelya, Bunga. 2017. Kematangan Emosi Remaja dalam Pengentasan Masalah. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia* Vol. 2 No. 2 (30-39)
- Hidayat, Rahmad dkk. 2019. Hubungan Perlakuan Body shaming dengan Citra Diri 5Mahasiswa. *Jurnal keperawatan Jiwa* Volume 7. No 1 (79-86)  
<https://news.detik.com/berita/d-4321990/polisi-tangani-966-kasus-body-shaming-selama-2018>
- Lestari, sumi. 2019. Bullying Or Body shaming? Young Women In patient Body Dysmorphic Disorder. *Philantrophy Journal Of Psychology* Vol 3 No. 1 (1-74).
- Malhotra, N.K., 2009, Riset Pemasaran, Edisi keempat, Jilid 1, PT Indeks, Jakarta.
- Nella Rahmawati, Zuhdi Muhammad Sholihudin. 2020. Pengaruh Body Shaming Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa di Universitas Ali Sayyid Rahmatullah Tulungagung. Vol 5 No.1 (27-33).
- Rahmadian. 2011. Skripsi. Faktor Psikologis yang Mempengaruhi Perilaku Sehat Mahasiswa beberapa Perguruan Tinggi di Tangerang Selatan.
- Rahmatika, Rina. 2017. Health Locus of Contro; Pada Mahasiswa Kedokteran yang Merokok. *Prosiding SNaPP2017 Kesehatan*. pISSN 2447-2364, Eissn 2477-2356
- Fatmawaty, Riryn. Memahami Psikologi Remaja. *Jurnal Reforma* Vol.VI No. 02
- Rismajyanthi, Ni Gusti Agung Ayu P. dan Priyanto, I Made Dedy. 2019. Tinjauan yuridis terhadap tindak pidana penghinaan citra tubuh (body shaming) menurut hukum pidana Indonesia. *Jurnal Kertha Wicara* Vo. 8 No.16.
- Rosita, Tita dkk. 2019. Body Shame pada siswa. *Journal Of Innovatif Counseling* Vol. 3 No. 2 (76-82)

- Subiharyono, Hani Meilisa dan Dewi, Triana Kusuma. 2013. Prediktor Health Locus of Control terhadap Health Seeking Behavior pada Wanita Dewasa Madya yang menderita Kanker Payudara. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental* Vol.2 No. 02 Hal. 103-111
- Sumijah. 2015. Locus of Control pada Masa Dewasa. Seminar Psikologi dan Kemanusiaan. *Psychology Forum UMM* ISBN: 978-979-796-324-8.
- Octari, Tiara Ersha. 2018. Pengaruh Konsep Diri dan Lokus Kontrol Kesehatan Terhadap Kualitas Hidup Penyandang Diabetes. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Zakiyah, Ela Zain dkk. 2017. Faktor yang mempengaruhi Remaja dalam Melakukan Bullying. *Jurnal Penelitian dan PPM* Vol. 4 No. 2 (129-389)



### **Identitas Peneliti**

Nama : Alfiah Agraini  
Tempat, Tanggal lahir : Jember, 25 September 2023  
Alamat : Dusun Utara I RT 002 RW 020  
Desa Kalisat Kecamatan Kalisat kabupaten Jember  
Email : [alfiahagraini3053@gmail.com](mailto:alfiahagraini3053@gmail.com)

