

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri (UIN) “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten, ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis ilmiah pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiarisme atau mencontek karya tulis orang lain, saya bersedia untuk menerima pencabutan gelar sarjana atau sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 19 April 2022

**SITI NUR AGNI APRILIA**

NIM: 161340093

## ABSTRAK

**Nama : Siti Nur Agni Aprilia, NIM : 161340093, Judul Skripsi : Penerapan *Motivational Interviewing* Terhadap *Body Image* negatif Remaja Putri** (Studi di Desa Sindangsari Kecamatan Pasar Kemis Kabupaten Tangerang), Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten, 2022.

*Body image* adalah gambaran penilaian seseorang terhadap diri sendiri, termasuk bagaimana diri kita bisa memiliki kontrol terhadap penilaian pada diri kita sendiri. *Body image* negatif adalah penilaian terhadap diri sendiri dengan penilaian yang memberikan diri kita ketidakpuasan atas apa yang dimiliki. Remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa. Pada masa remaja inilah biasanya terjadi perubahan yang signifikan pada bagian anggota tubuh sehingga membuat kita mengalami ketidakpuasan pada perubahan yang dianggap cacat. Dalam penelitian ini peneliti fokus pada remaja putri yang memiliki *body image* negatif, karena remaja putri dianggap sebagai subjek yang cocok dalam penerapan teknik *motivational interviewing* dengan proses pemberian motivasi untuk berubah.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1) Bagaimana kondisi *body image* negatif pada remaja putri? 2) Bagaimana penerapan *motivational interviewing* dalam mengatasi *body image* negatif pada remaja putri?

Tujuan dari penelitian ini adalah: 1) Untuk mengetahui perilaku *body image* negatif pada remaja putri. 2) Untuk mengetahui penerapan *motivational interviewing* dalam mengatasi *body image* negatif pada remaja putri.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode kualitatif yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis dan lisan dari narasumber yang diamati. Pengumpulan data yang digunakan yaitu, obeservasi, wawancara dan dokumentasi.

Dari hasil penelitian yang dilakukan *body image* negatif yang dimiliki oleh remaja putri adalah merubah beberapa bagian anggota tubuh, membandingkan diri sendiri dengan orang lain, kurang percaya diri dan melakukan diet berlebihan. Faktor yang mempengaruhi *body image* negatif ini diantaranya: jenis kelamin, *self esteem*, media massa, perbandingan dengan orang lain, keluarga dan hubungan interpersonal. Penerapan *motivational interviewing* terhadap *body image* negatif remaja putri dengan mengekspresikan empati, mengembangkan diskrepansi ini menggunakan beberapa keterampilan diantaranya: *open question*, afirmasi, *reflecting skill* dan *summaries*, menerima resistensi dan mendukung efikasi diri. Setelah pelaksanaan konseling ini, responden mengalami perubahan ke arah yang lebih positif.

**Kata kunci: *Motivational Interviewing*, *Body Image* Negatif dan Remaja Putri.**

## ABSTRACT

**Name: Siti Nur Agni Aprilia, NIM: 161340093, Thesis Title: Application of *Motivational Interviewing* to negative *Body Image* of Young Women** (Study in Sindangsari Village, Pasar Kemis District, Tangerang Regency), Department of Islamic Counseling Guidance, Faculty of Da'wah, State Islamic University (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten, 2022.

*Body image* is a picture of a person's assessment of oneself, including how we can have control over our own judgments. A *negative body image* is an assessment of oneself with an assessment that gives ourselves dissatisfaction with what we have. Adolescence is a transitional period from childhood to adulthood. It is in adolescence that there are usually significant changes in the part of the limbs that make us experience dissatisfaction with the changes that are considered defective. In this study, researchers focused on young women who had a negative *body image*, because young women were considered suitable subjects in the application of *motivational interviewing* techniques with the process of providing motivation to change.

Based on the background above, the formulation of the problem in this study is: 1) What is the condition of *negative body image* in young women? 2) How is *motivational interviewing* applied in overcoming *negative body image* in young women?

The objectives of this study are: 1) To determine *negative body image* behavior in young women. 2) To find out the application of *motivational interviewing* in overcoming *negative body image* in young women.

The method used in this study is to use a qualitative method that produces descriptive data in the form of written and oral words from observed sources. The data collection used is observation, interviews and documentation.

From the results of research conducted, the *negative body image* possessed by young women is to change some parts of the limbs, compare themselves with others, lack self-confidence and make an excessive diet. Factors that influence this *negative body image* include: gender, *self esteem*, mass media, comparisons with other people, family and interpersonal relationships. The application of *motivational interviewing* to the *negative body image* of young women by expressing empathy, developing this discretion using several skills including: *open question*, affirmation, *reflecting skills* and *summaries*, accepting resistance and supporting self-efficacy. After the implementation of this counseling, respondents experienced a change in a more positive direction.

**Keywords: *Motivational Interviewing*, *Negative Body Image* and *Young Women*.**



**FAKULTAS DAKWAH**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)**  
**SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN**

---

Nomor : Nota Dinas	Kepada Yth
Lamp : Skripsi	Dekan Faklutas Dakwah
Hal : <b>Ujian Skripsi</b>	UIN SMH Banten
<b>a.n Siti Nur Agni Aprilia</b>	Di-
<b>NIM : 161340093</b>	Serang

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Dipermauklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan menganalisa serta mengadakan koreksi seperlunya, kami berpendapat bahwa skripsi saudara **Siti Nur Agni Aprilia**, NIM: **161340093** yang berjudul: **Penerapan *Motivational Interviewing* Terhadap *Body Image* Negatif Remaja Putri** (Studi di Desa Sindangsari Kecamatan Pasar Kemis Kabupaten Tangerang), telah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqasyah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam. Universitas Islam Negeri "Sultan Maulana Hasanuddin" Banten.

Demikian, atas segala perhatian Bapak/ibu kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb*

Serang, 20 Mei 2022

Pembimbing I

Pembimbing II

**H. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd**  
NIP. 19730328 201101 1 001

**Hilda Rosida, S.S., M.Pd**  
NIP. 19831121 201101 2 011

**PENERAPAN *MOTIVATIONAL INTERVIEWING* TERHADAP *BODY*  
*IMAGE* NEGATIF REMAJA PUTRI**  
(Studi di Desa Sindangsari Kecamatan Pasar Kemis Kabupaten Tangerang)

Oleh :

**Siti Nur Agni Aprilia**  
NIM : 161340093

*Menyetujui,*

Pembimbing I

Pembimbing II



**H. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd**  
NIP. 19730328 201101 1 001



**Hilda Rosida, S.S., M.Pd.**  
NIP. 19831121 20110 1 2011

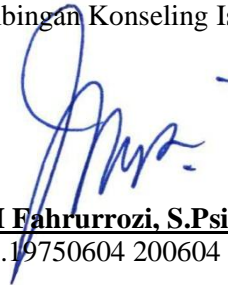
*Mengetahui,*

Dekan  
Fakultas Dakwah

Ketua Jurusan  
Bimbingan Konseling Islam



**Dr. H. Endad Musaddad, S.Ag., M.A.**  
NIP.19720626 199803 1 002



**A.M Fahrurrozi, S.Psi, M.A**  
NIP.19750604 200604 1 001

## PENGESAHAN

Skripsi a.n. **Siti Nur Agni Aprilia**, NIM: **161340093**, Judul Skripsi: **PENERAPAN *MOTIVATIONAL INTERVIEWING* TERHADAP *BODY IMAGE* NEGATIF REMAJA PUTRI** (Studi di Desa Sindangsari Kecamatan Pasar Kemis Kabupaten Tangerang), telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten, pada tanggal 20 Mei 2022 Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah dan Prodi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri (UIN) Banten.

Serang, 20 Mei 2022

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota,

Sekretaris Merangkap Anggota,



**Dr. Umdatul Hasanah, S.Ag., M.Ag.**  
NIP.19700529 199603 2 001

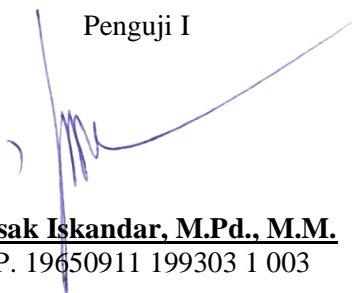


**Dr. Yogi Damai Syaputra, M.Pd.**  
NIP. 19900314 202012 1 005

Anggota

Penguji I

Penguji II



**Dr. Isak Iskandar, M.Pd., M.M.**  
NIP. 19650911 199303 1 003



**Maya Aufa, S.Th.I., M.Si.**  
NIDN. 2013068302

Pembimbing I

Pembimbing II



**H. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd.**  
NIP. 19730328 201101 1 001



**Hilda Rosida, S.S., M.Pd.**  
NIP. 19831121 20110 1 2011

## **PERSEMBAHAN**

Dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT dan sholawat kepada Nabi Muhammad SAW, skripsi ini saya persembahkan sepenuhnya kepada kedua orang tua terkasih dalam hidupku yaitu ibuku Marlina dan bapakku Saepuloh. Keduanya lah yang membuat segalanya menjadi mungkin sehingga saya bisa sampai pada tahap dimana skripsi ini akhirnya selesai. Serta untuk adikku Dede Zakaria Al Anshor terima kasih atas segala bantuan, motivasi dan doa baik yang senantiasa terlimpah padaku selama ini. Tak lupa pula untuk keluarga besar Bani Madreli serta orang-orang terdekat saya yang selalu menemani hari-hari dikala susah maupun senang, yang selalu memberikan motivasi agar selalu bersemangat. teruntuk sahabat-sahabat baikku. terimakasih telah menyediakan pundak untuk memberikan bantuan disaat membutuhkan.

## MOTTO

... وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُهُوَ شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ ۚ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

“.... Tetapi boleh jadi kamu tidak menyenangi sesuatu, padahal itu baik bagimu, dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu, padahal itu tidak baik bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.”

(Q.S Al-Baqarah, 216)



## **RIWAYAT HIDUP**

**Siti Nur Agni Aprilia**, lahir di Lampung Selatan, 19 April 1998, merupakan anak pertama dari dua bersaudara dari pasangan bapak Saepuloh dan Ibu Marlina. Penulis beralamat di Kampung Putat RT/RW 002/002, Desa Sindangsari, Kecamatan Pasar Kemis, Kabupaten Tangerang, Provinsi Banten.

Jenjang pendidikan formal yang ditempuh penulis yaitu MI Mathlaul Anwar Kp. Putat lulus tahun 2009, MTS Negeri Rajeg lulus tahun 2012, MAN MAUK lulus tahun 2015. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi Universitas Islam Negeri "Sultan Maulana Hasanuddin" Banten dengan mengambil Jurusan Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah. Demikian riwayat hidup yang pernah penulis jalani selama menempuh jenjang Perguruan Tinggi di Universitas Islam Negeri "Sultan Maulana Hasanuddin" Banten, Fakultas Dakwah, Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala nikmat, rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini guna memenuhi persyaratan memperoleh gelar sarjana strata satu pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Sholawat beserta salam semoga selalu tercurah kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat dan para pengikut ajaran islam sampai akhir zaman.

Dengan pertolongan Allah SWT serta usaha yang bersungguh-sungguh penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul: **Penerapan *Motivational Interviewing Terhadap Body Image Negatif Remaja Putri*** (studi di Desa Sindangsari Kecamatan Pasar Kemis Kabupaten Tangerang). Namun demikian peleiti berharap semoga dengan adanya skripsi ini mudah-mudahan dapat membawa manfaat sebagai bahan pertimbangan dan khazanah ilmu pengetahuan islam.

Skripsi ini dapat diselesaikan berkat bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu melalui kesempatan ini saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Wawan Wahyuddin, M.Pd. selaku Rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Dr. H. Endad Musaddad, S.Ag., M.A. selaku Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah memberikan persetujuan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak AM. Fahrurrozi, M.A selaku ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak H. Agus Sukirno, S. Ag., M.Pd selaku pembimbing 1 dan Ibu Hilda Rosida, S.S., M.Pd selaku pembimbing II yang telah memberikan

bimbingan, arahan, saran, dan motivasi kepada saya selama proses penyusunan skripsi.

5. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah mengajarkan dan mendidik saya selama masa perkuliahan.
6. Seluruh Civitas Akademika dan Staf TU UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah membantu pelayanan administrasi selama masa perkuliahan.
7. Bapak H. Deni Septiawan, S.Sos,M.Si kepala Desa Sindangsari yang telah mengizinkan penulis dalam meneliti di desa ini.
8. Keluarga besar Bani Madreli yang telah banyak memberikan dukungan baik moril maupun materil. Terutama kepada Ibu dan Bapak yang selalu menjadi inspirasi untuk bisa menyelesaikan skripsi, juga kepada adikku.
9. Seluruh responden, yaitu HN, DC, NV dan IM yang telah bekerja sama memberikan bantuan informasi untuk penulis dalam proses penelitian dan penulisan skripsi.
10. Seluruh teman-teman BKI angkatan 2016 khususnya BKI C yang telah kebersamai selama masa perkuliahan dan memberikan dukungan positif sehingga memudahkan penulis menyusun skripsi ini.

Atas segala bantuan yang diberikan, penulis berharap semoga Allah SWT membalasnya dengan sebaik-baiknya balasan. Aamiin.

Serang, 19 April 2022

Penulis

**Siti Nur Agni Aprilia**

161340093

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....	i
<b>ABSTRAK</b> .....	ii
<b>ABSTRACT</b> .....	iii
<b>NOTA DINAS</b> .....	iv
<b>LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQASYAH</b> .....	v
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	vi
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	vii
<b>MOTTO</b> .....	viii
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	ix
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	7
E. Penelitian Terdahulu .....	8
F. Kajian Teoretis .....	10
G. Metode Penelitian.....	28

H. Sistemaktika Penulisan.....	32
--------------------------------	----

## **BAB II GAMBARAN UMUM REMAJA DI DESA SINDANGSARI**

A. Kondisi Masyarakat Desa Sindangsari.....	33
a. VISI dan MISI Desa Sindangsari Kecamatan Pasar Kemis Kabupaten Tangerang.....	33
b. Keadaan Sosial.....	34
c. Potensi masyarakat.....	37
B. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Body Image</i> Negatif di Desa Sindangsari.....	38

## **BAB III GAMBARAN UMUM PERILAKU *BODY IMAGE* NEGATIF REMAJA PUTRI DI DESA SINDANGSARI**

A. Deskripsi Responden Penelitian.....	40
a. Responden HN.....	41
b. Responden DC.....	42
c. Responden NV.....	43
d. Responden IM.....	44
B. Bentuk Perilaku <i>Body Image</i> Negatif.....	45
C. Perilaku <i>Body Image</i> Negatif Remaja Putri Di Desa Sindangsari .....	49

## **BAB IV PENERAPAN *MOTIVATIONAL INTERVIEWING* DALAM UPAYA MENGATASI PERILAKU *BODY IMAGE* NEGATIF**

A. Proses Konseling <i>Motivational Interviewing</i> Dalam Upaya Mengatasi Perilaku <i>Body Image</i> Negatif .....	51
--	----

B. Hasil Penerapan <i>Motivational Interviewing</i> Dalam Upaya Mengatasi Perilaku <i>Body Image</i> Negatif Remaja Putri .....	77
--	----

## **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	81
B. Saran .....	82

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIAN-LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 struktur penduduk berdasarkan kelompok umur.....	36
Tabel 2.2 struktur penduduk berdasarkan tingkat pendidikan .....	37
Tabel 3.1 profil responden .....	40
Tabel 3.2 <i>body image</i> negatif yang dialami responden sebelum sesi konseling...	50
Tabel 4.1 penerapan <i>motivational interviewing</i> pada responden HN .....	56
Tabel 4.2 penerapan <i>motivational interviewing</i> pada responden DC .....	61
Tabel 4.3 penerapan <i>motivational interviewing</i> pada responden NV .....	65
Tabel 4.4 penerapan <i>motivational interviewing</i> pada responden IM.....	70
Tabel 4.5 <i>body image</i> negatif yang dialami responden setelah sesi konseling .....	78