

ABSTRAK

Putri Aisyah Pahlawani, 111511133020, Gambaran Pengelolaan Stres Pada Laki-Laki Usia Remaja Madya yang Mengalami *Body shaming* , Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, 2019.

x, + 173 halaman, 8 lampiran.

Kasus *bullying* verbal merupakan salah satu *bullying* yang banyak dialami oleh remaja, salah satunya adalah *body shaming*, yaitu tindakan *bully* terhadap fisik seseorang. Remaja laki-laki usia madya yang mengalami *body shaming* dapat mengalami stress, bergantung pada bagaimana cara remaja menyikapi pengalaman tersebut dan mengatasi stress.

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti gambaran pengelolaan stress pada remaja laki-laki yang mengalami *body shaming*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Responden penelitian berjumlah 3 orang remaja laki-laki yang berusia 15-18 tahun dan mengalami *body shaming*. Pemilihan responden penelitian menggunakan *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data berupa wawancara. Analisis data hasil penelitian menggunakan analisis data tematik *theory driven*.

Hasil penelitian ini adalah ketiga informan mengalami *body shaming* yang sama, yaitu *skinny-shaming* atau *body shaming* karena tubuh yang kurus. Pengelolaan stress yang digunakan adalah pengelolaan stress berfokus pada permasalahan dan pengelolaan stress berfokus pada emosi. Pengelolaan stress berfokus pada permasalahan yang dipilih oleh informan adalah mencari dukungan sosial pada lingkungan, merencanakan tindakan serta konfrontatif. Sedangkan untuk pengelolaan stress berfokus pada emosi yang digunakan adalah melakukan kontrol diri, menerima tanggungjawab , mencari makna positif, dan memberikan jarak. Ketiga informan tidak menggunakan pengelolaan stress berupa penghindaran. Terdapat faktor pendukung serta penghambat dalam menjalankan pengelolaan stress, seperti malas, kesadaran informan, kebiasaan informan hingga faktor niat atau kemauan.

Kata kunci: *Body shaming, Pengelolaan Stres, Remaja*

Daftar pustaka, 60, (1992- 2019)

ABSTRACT

Putri Aisyah Pahlawani, 111511133020, Overview of Stress Management in Middle-Aged Adolescence Who Have Body Shaming, Undergraduate Thesis, Faculty of Psychology, Airlangga University, 2019.

x, + 173 pages, 8 appendices

The case of verbal bullying is one of the bullying that many teenagers experience, one of which is body shaming, bullying against someone's physical condition. Young adolescent boys who experience body shaming can experience stress, depending on how teenagers respond to these experiences and deal with stress.

This study aims to examine stress coping in adolescent boys who experience Body shaming. This study uses a qualitative approach with a case study method. The research respondents were 3 young men aged 15-18 years and experienced body shaming. The selection of research respondents used purposive sampling. Data collection techniques in the form of interviews. The data analysed by using thematic analysis theory driven.

The results of this study were that the three informants experienced the same body shaming, namely skinny-shaming or body shaming because of a thin body. The pengelolaan stress used in this reseach are problem focused coping and emotional focused coping. Problem focused coping chosen by informants is seeking emotional social support, Planful problem solving and confrontative. While for emotional focused coping that is used is self control, accepting responsibility , positive reappraisal, and distancing. The three informants didn't use pengelolaan stress in the form of escape-avoidance coping. There are supporting and inhibiting factors in carrying out pengelolaan stres, such as laziness, informant awareness, informant habits to the intention or willingness factor.

Keywords: *Body shaming, Coping, Stress, Adolescence*

References, 60 (1992 - 2019)