



**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN KEJADIAN *BULLYING*
PADA REMAJA DI SEMARANG**

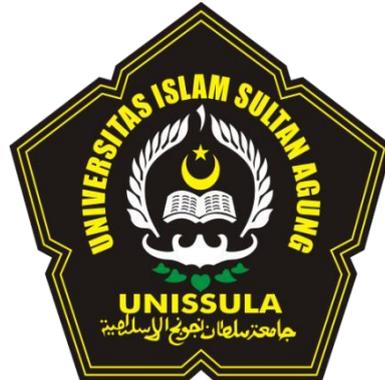
Skripsi

Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan

Oleh :

**Sinta Asaliyah Annisa Putri
NIM:30902100228**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2025**



**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN KEJADIAN *BULLYING*
PADA REMAJA DI SEMARANG**

Skripsi

Oleh :

Sinta Asaliyah Annisa Putri

NIM:30902100228

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2025**

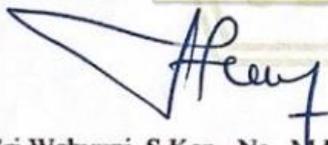
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan dengan sejujurnya bahwa penelitian skripsi yang berjudul "**Hubungan *Body Image* dengan Kejadian *Bullying* pada Remaja Di Semarang**", merupakan hasil pemikiran dan pengerjaan sendiri yang disusun mengikuti tata cara penulisan karya ilmiah dan tidak mengandung unsur plagiarisme sesuai regulasi akademik yang diterapkan di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Apabila dikemudian hari terbukti dan ditemukan ketidaksesuaian atau pelanggaran terkait keaslian karya tulis ini, saya siap menerima konsekuensi berdasarkan peraturan yang diberlakukan di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Demikian pernyataan ini saya buat dengan kesungguhan hati dan penuh tanggung jawab.

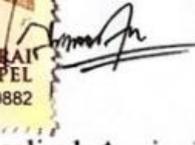
Semarang, 17 Januari 2025

Mengetahui,
Wakil Dekan I

Peneliti,



(Dr. Sri Wahyuni, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Mat)
NIDN. 0609067504



(Sintia Asaliyah Annisa P)
NIM. 30902100228

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Proposal:

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN KEJADIAN *BULLYING*
PADA REMAJA DI SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Sinta Asaliyah Annisa Putri

NIM : 30902100228

Telah disahkan dan disetujui Pembimbing pada:

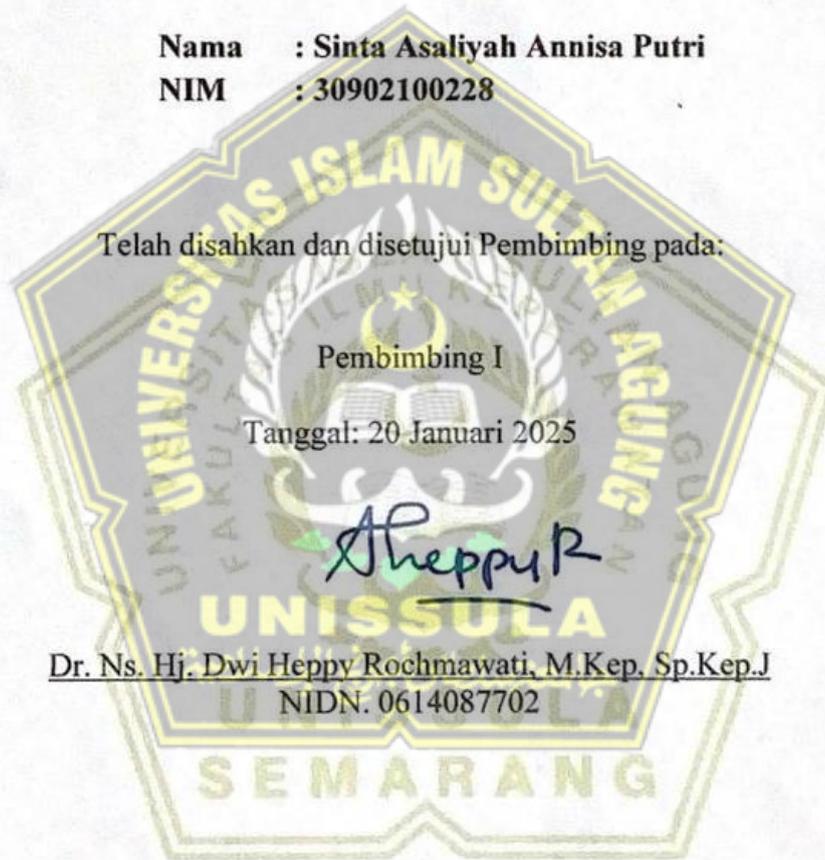
Pembimbing I

Tanggal: 20 Januari 2025



Dr. Ns. Hj. Dwi Heppy Rochmawati, M.Kep. Sp.Kep.J

NIDN. 0614087702



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN KEJADIAN *BULLYING* PADA REMAJA DI SEMARANG

Disusun oleh:

Nama : Sinta Asaliyah Annisa Putri
NIM : 30902100228

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 22 Januari 2025
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji I,

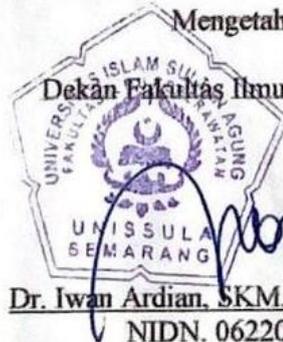
Ns. Wigyo Susanto M.Kep
NIDN. 0629078303

Penguji II,

Dr. Ns. Hj. Dwi Heppy Rochmawati, M.Kep., Sp.Kep.J
NIDN. 0614087702

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan



Dr. Iwan Ardian, SKM., S.Kep., M.Kep
NIDN. 0622087403

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
Skripsi, Januari 2025**

ABSTRAK

Sinta Asaliyah Annisa Putri

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN KEJADIAN *BULLYING* PADA
REMAJA DI SEMARANG**

69 Halaman + 11 tabel + 2 gambar +12 lampiran + xvi

Latar Belakang: *Body Image* yang positif berperan penting dalam kesehatan mental remaja. Namun, remaja sering kali mengalami masalah *body image* yang dapat berkontribusi terhadap kejadian *Bullying*.

Tujuan: Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara *body image* dan kejadian *Bullying* pada remaja di Semarang.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel diambil menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan jumlah responden sebanyak 189 siswa. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner yang telah diuji validitasnya. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji statistik *Somers'd*.

Hasil: Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan signifikan antara *body image* dengan kejadian *Bullying* pada remaja, dengan nilai $p < 0,05$, yang menunjukkan bahwa *body image* yang buruk berhubungan dengan peningkatan kejadian *Bullying*.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan kejadian *Bullying* pada remaja di Semarang, yang menunjukkan pentingnya perhatian terhadap *body image* dalam upaya pencegahan *Bullying*.

Kata kunci : *Body Image*, *Bullying*, dan Remaja.

Daftar Pustaka : 86 (2015-2023)

NURSING SCIENCE STUDY PROGRAM
FACULTY OF NURSING SCIENCE
ISLAMIC UNIVERSITY OF SULTAN AGUNG SEMARANG
Thesis, January 2025

ABSTRACT

Sinta Asaliyah Annisa Putri

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE AND BULLYING INCIDENTS AMONG IN ADOLESCENTS IN SEMARANG

69 pages + 11 tables + 2 figures + 12 appendices + xvi

Background: *A positive body image plays a crucial role in the mental health of adolescents. However, adolescents often experience body image issues that can contribute to Bullying incidents.*

Objective: *The objective of this study is to identify the relationship between body image and Bullying incidents among adolescents at Semarang.*

Methods: *This research employs a descriptive correlational design with a cross-sectional approach. The sample was taken using purposive sampling technique, with a total of 189 respondents. Data collection was conducted through a validated questionnaire. Data analysis was performed using the Somer'd statistical test.*

Results: *The analysis results indicate a significant relationship between body image and Bullying incidents among adolescents, with a p-value < 0.05, indicating that poor body image is associated with an increased incidence of Bullying.*

Conclusion: *There is a significant relationship between body image and Bullying incidents among adolescents at Semarang, highlighting the importance of addressing body image in efforts to prevent Bullying.*

Keywords : *Body Image, Bullying, Adolescents*

Bibliography : *50 (2015-2023)*

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Alhamdulillah, segala puji dan syukur Saya panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta karunia-Nya, sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN KEJADIAN *BULLYING* PADA REMAJA DI SEMARANG**”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan akademik untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, Saya menyadari sepenuhnya bahwa tanpa bimbingan, dukungan, dan bantuan dari berbagai pihak, skripsi ini tidak mungkin dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, perkenankanlah saya menyampaikan ucapan terimakasih yang tulus kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. H. Gunarto, SH., M.Hum Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang
2. Dr. Iwan Ardian, SKM., M.Kep Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
3. Dr. Ns. Dwi Retno Sulistyarningsih, M.Kep., Sp.KMB Kaprodi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
4. Dr. Ns. Hj. Dwi Heppy Rochmawati, M,Kep., Sp.Kep.J pembimbing I yang telah dengan sabar dan meluangkan waktu serta tenaga dalam memberikan bimbingan, memberikan pembelajaran yang sangat berharga, serta memberikan dorongan dan motivasi selama proses penyusunan penelitian yang sangat membantu saya, sehingga dapat membuahkan hasil yang baik.

5. Ns. Wigyo Susanto, M.Kep penguji I yang telah memberikan pengarahan, bimbingan dan masukannya.
6. Seluruh Dosen pengajar dan staf Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan serta bantuan kepada penulis.
7. Teruntuk kakung dan mbah dok, kakek dan nenek penulis, yang telah mengasuh dan membesarkan dengan penuh kasih sayang, Terima kasih telah menjadi orang tua terbaik dalam hidup penulis. Untuk kakung, terima kasih telah menginspirasi saya melalui perjuangannya selama dirumah sakit, dan kekagumannya terhadap kebaikan serta ketulusan para perawat, kini gelar ini saya persembahkan untuk mewujudkan harapan kakung melihat cucunya menjadi perawat yang berbakti pada sesama. Meski kakung tidak dapat menyaksikan pencapaian ini namun doa dan harapan beliau telah mengantarkan saya hingga ke titik ini. Teruntuk ayah saya, Agus Supriyanto yang selalu memenuhi segala kebutuhan saya dan mengusahakan memberikan yang terbaik untuk pendidikan dan kebahagiaan saya. Kepada ibu saya Nurul hayati, yang saya yakin pasti selalu mendoakan yang terbaik untuk saya dimanapun beliau berada.
8. Terima kasih untuk kakak perempuan saya, Maudy Anindya Natasya Putri atas segala afirmasi positif yang selalu diucapkan sehingga membuat saya mampu bertahan sampai saat ini. Dan untuk adik saya, Agista Galuh Pramesti yang selalu memberikan kata semangat dan mengingatkan saya untuk selalu berdo'a.

9. Kepada Moh Reza Fatkhulloh, sosok yang senantiasa hadir sebagai penyemangat dalam setiap langkah perjalanan ini. Kehadirannya yang setia dalam berbagai situasi, disertai dukungan yang menyeluruh baik secara fisik, mental, maupun material. Kesediaannya menjadi tempat berkeluh kesah penulis, serta kesabarannya dalam mendampingi proses penyelesaian skripsi ini. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis.
10. Teruntuk kedua sahabat penulis, Shinta Amelia Oktaviani dan Via Widyaningrum yang telah kebersamai selama proses penulisan tugas akhir ini. Kehadiran mereka sebagai rekan seperjuangan dalam berbagai situasi tak terduga telah memperkaya proses pendewasaan diri penulis. Kesediaan mereka menjadi pendengar yang empatik, disertai dengan dorongan semangat dan keyakinan yang terus mereka tanamkan bahwa setiap tantangan dalam proses ini, pasti akan dapat dilewati.
11. Terima kasih kepada teman-teman angkatan S1 Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang 2021 yang telah mewarnai kehidupan perkuliahan.
12. Terakhir untuk diri saya sendiri Sinta Asaliyah Annisa Putri, terima kasih sudah mampu berdiri tegak dan tidak pernah menyerah sesulit apapun rintangan serta permasalahan yang datang. Terima kasih atas dedikasi dan ketekunan selama menempuh pendidikan ini, hingga penyelesaian tugas akhir ini. Semoga pencapaian ini menjadi titik awal yang membanggakan, dengan tetap menjaga kerendahan hati dalam menggapai kesuksesan selanjutnya.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca secara umum dan

penulis secara khusus, penulis menyadari bahwa dalam pembuatan skripsi ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu penulis sangat menghargai saran dan kritik yang bermanfaat dan membangun demi perbaikan kearah kesempurnaan. Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih.

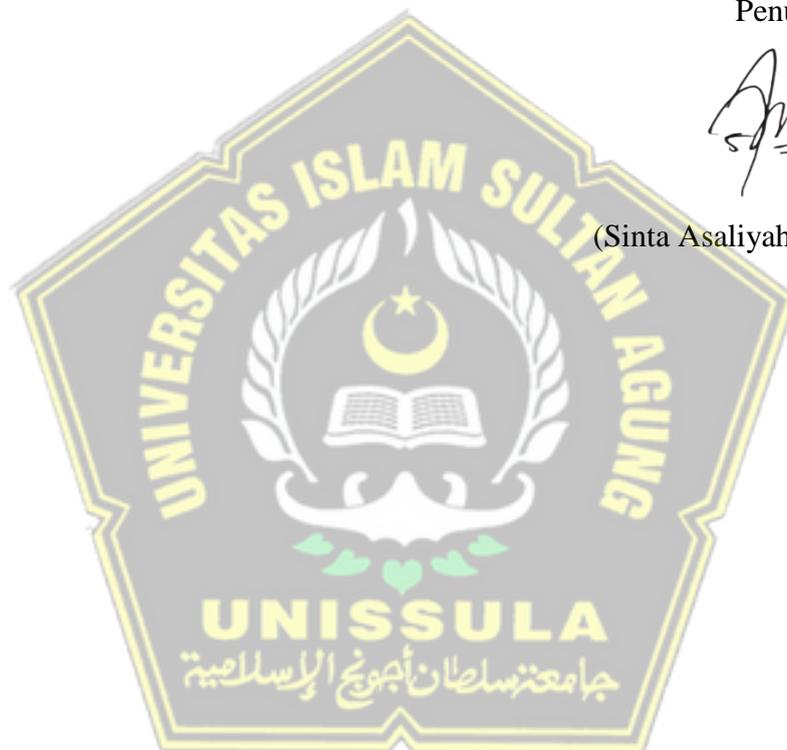
Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Semarang, 22 Januari 2025

Penulis



(Sinta Asaliyah Annisa Putri)



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Tinjauan Teori.....	9
1. Body Image.....	9
2. Kejadian Bullying.....	14
3. Hubungan Body Image dengan Kejadian Bullying.....	21
B. Kerangka Teori.....	24
C. Hipotesis.....	24
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	25
A. Kerangka Konsep.....	25
B. Variabel Penelitian.....	25
1. Variabel Independent (Bebas).....	25
2. Variabel Dependent (Terikat).....	26
C. Desain Penelitian.....	26
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	26

1. Populasi.....	26
2. Sampel.....	27
E. Tempat dan Waktu Penelitian.....	29
F. Definisi Operasional.....	29
G. Alat Pengumpul Data.....	30
1. Instrumen penelitian.....	30
2. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas.....	32
H. Metode Pengumpulan Data.....	34
I. Analisis Data.....	36
1. Pengolahan Data.....	36
2. Analisis Data.....	37
J. Etika Penelitian.....	39
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	41
A. Pengantar Bab.....	41
B. Karakteristik Sampel.....	41
1. Karakteristik Responden.....	42
2. Variabel Penelitian.....	43
C. Analisa Bivariat.....	44
BAB V PEMBAHASAN.....	45
A. Pengantar Bab.....	45
B. Interpretasi dan Diskusi Hasil.....	45
1. Umur.....	45
2. Jenis kelamin.....	46
3. Berat Badan.....	47
4. Tinggi Badan.....	48
5. <i>Body Image</i>	50
6. Kejadian <i>Bullying</i>	52
7. Hubungan Antara <i>Body Image</i> dengan Kejadian <i>Bullying</i> pada Remaja.....	54
C. Keterbatasan Penelitian.....	58
D. Implikasi untuk Keperawatan.....	59

BAB VI PENUTUP	61
A. Kesimpulan.....	61
B. Saran.....	61
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN.....	70



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Definisi Operasional.....	29
Tabel 3.2 <i>Blueprint Body Image</i>	31
Tabel 3.3. <i>Blueprint Bullying</i>	32
Tabel 4.1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur responden (n=189).....	42
Tabel 4.2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin responden (n=189)	42
Tabel 4.3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan berat badan responden (n=189).....	42
Tabel 4.4. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tinggi badan responden (n=189).....	43
Tabel 4.5. Distribusi frekuensi responden berdasarkan Body Image (n=189).....	43
Tabel 4.6. Distribusi frekuensi responden berdasarkan Kejadian <i>Bullying</i> (n=189).....	44
Tabel 4.7. Hubungan antara <i>Body Image</i> dengan Kejadian Bullying pada Remaja.....	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Teori.....	24
Gambar 3.1. Kerangka Konsep	25



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 2. Surat Izin Pengambilan Data
- Lampiran 3. Surat Etika Penelitian
- Lampiran 4. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 5. Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 6. Instrumen Penelitian
- Lampiran 7. Kuesioner *Bullying*
- Lampiran 8. Uji Statistik
- Lampiran 9. Lembar Catatan Hasil Konsultasi
- Lampiran 10. Dokumentasi Kegiatan
- Lampiran 11. Jadwal Penelitian
- Lampiran 12. Biodata Peneliti



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Body Image atau citra tubuh merupakan opini, perasaan, dan pandangan individu mengenai dirinya secara fisik. Banyak remaja mengalami berbagai perubahan, mulai dari fisik, dan juga bagaimana mereka beradaptasi dengan penampilan baru mereka (Malla et al., 2021). *Body Image* adalah salah satu komponen utama dalam pertumbuhan remaja. *Body Image* yang negatif berkorelasi dengan penghargaan diri dan kepercayaan diri yang kurang pada remaja (Kumalasari & Ahyani, 2019). Remaja masa kini tidak terlepas dari tekanan untuk memiliki tubuh langsing dan penampilan fisik menarik agar diterima dalam pergaulan. Sayangnya, standar kecantikan yang tidak realistis ini justru memicu *Body Image* negatif dan rendahnya harga diri, yang kemudian meningkatkan risiko remaja menjadi sasaran *Bullying* (Perrin et al., 2019).

Bullying atau perundungan di kalangan remaja masih menjadi masalah yang cukup serius di dunia, *Bullying* diartikan sebagai serangan berulang yang bersifat mengintimidasi dan kasar oleh individu atau sekelompok dalam jangka waktu tertentu terhadap korban yang tidak sanggup mempertahankan diri (CDC, 2019). Perilaku *Bullying* mencakup tindakan seperti peyerangan fisik, ancaman verbal, pelecehan, pengucilan sosial, gosip, dan penyebaran rumor yang merugikan korban.

Pelaku *Bullying* biasanya memiliki kekuatan atau kekuasaan lebih

besar dibanding korban, baik dari segi fisik, psikologis, maupun sosial (Rao et al., 2020). Fenomena *Bullying* di kalangan remaja hingga saat ini masih menimbulkan persoalan yang cukup serius dalam kehidupan masyarakat. Remaja sangat rentan mengalami tekanan untuk memiliki tubuh ideal sesuai standar kecantikan yang ada. Sayangnya, standar ini seringkali tidak realistis dan justru memicu *Body Image* negatif pada sebagian remaja (Webb et al., 2019).

Indonesia berada pada posisi tertinggi kasus *Bullying* di sekolah pada Tingkat ASEAN yang mncapai 84% mengungguli Nepal dan Vietnam dengan nilai 79%, Kamboja 73% dan Pakistan sebanyak 43% (Safaat, 2023). Menurut Komnas Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), Indonesia merupakan negara dengan kasus *Bullying* paling banyak pelaporan dari masyarakat yakni sebanyak 369 pelaporan terkait masalah *Bullying*. Sebanyak 25% dari jumlah pelapor tersebut merupakan pelaporan di bidang Pendidikan yaitu sebanyak 1.480 kasus. Kasus yang dilaporkan merupakan sebagian kecil dari kasus yang terjadi karena tidak semua kasus dilaporkan (Empathi et al., 2015).

Berdasarkan survei kementerian kesehatan pada tahun 2018, prevalensi perilaku *Bullying* baik sebagai pelaku, korban ataupun pihak yang menyaksikan di Indonesia mencapai 64,1% pada kelompok remaja usia 13-15 tahun dan 51,3% pada usia 16-18 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Sementara itu, penelitian yang dilakukan pada 5.300 siswa SMP dan SMA di jabodetabek juga menemukan angka yang cukup memprihatinkan. Sekitar 28,6% siswa mengaku pernah mem-bully orang lain dalam 3 bulan terakhir,

sementara 52,3% mengaku pernah menjadi korban dalam kurun waktu yang sama (Suharti et al., 2021). Survei pada 760 siswa SMP dan SMA di Kota Semarang menemukan prevalensi perilaku *Bullying* cukup memprihatinkan (Prabowo et al., 2020). Sepanjang tahun 2019 lalu, sebanyak 36,7% siswa mengaku pernah melakukan *Bullying* secara verbal. Adapun perilaku *Bullying* fisik dilaporkan oleh 18,9% siswa, sedangkan 9,5% siswa melakukan *Bullying* secara non-verbal seperti mengucilkan dan menyebarkan rumor buruk tentang orang lain. Di sisi lain, 42,1% siswa mengaku menjadi korban *Bullying* dalam 1 tahun terakhir (Prabowo et al., 2020).

Survei pada pelajar di Kota Bandung menemukan bahwa remaja perempuan yang merasa tidak puas dengan berat badan dan tubuhnya 2 kali lebih berisiko menjadi korban *Bullying* dibandingkan mereka yang memiliki penerimaan positif terhadap citra tubuhnya (Afriani et al., 2019). Sebanyak 62% remaja perempuan dengan *body image* negatif mengaku pernah diejek, diolok, bahkan diserang fisik akibat bentuk tubuh atau penampilan fisiknya. Sementara pada kelompok dengan *body image* positif, insiden menjadi korban *Bullying* jauh lebih rendah yaitu 32%. Survei terhadap 800 siswa SMP dan SMA di Kota Semarang pada tahun 2020 lalu menemukan prevalensi korban *Bullying* jauh lebih tinggi pada remaja baik pria maupun wanita yang menganggap bentuk tubuh mereka terlalu kurus (Arifin et al., 2021). Tercatat 62% remaja laki-laki dan 54% remaja perempuan dengan citra tubuh negatif akibat tubuh terlalu kurus menjadi sasaran *Bullying* dalam 1 tahun terakhir. Sementara pada kelompok dengan dengan penerimaan tubuh positif, insiden menjadi korban *Bullying* lebih rendah yaitu hanya sekitar 28% (Arifin et al.,

2021).

Menurut penelitian Weinberger et al. (2017), remaja dengan *body image* negatif umumnya mempunyai penghargaan dan keyakinan terhadap diri yang rendah. Kondisi ini menyebabkan mereka rentan menjadi target *Bullying* atau perundungan oleh teman sebaya mereka (Saputra, 2020). Ketika menjadi korban *Bullying*, remaja akan mengalami tekanan psikologis seperti rasa takut, cemas, dan tertekan secara berkepanjangan (Grogan, 2022). Tekanan ini memicu mereka melakukan coping atau koping yang disfungsi, seperti perilaku makan menyimpang bahkan gangguan makan, yang semakin memperburuk *body image* mereka. Sementara itu, penelitian Willis & Jenkins (2021) menemukan bahwa remaja pelaku *Bullying* sendiri seringkali memiliki ketidakpuasan terhadap *body image* mereka. Mereka melakukan *Bullying* untuk meningkatkan gengsi dan status sosial, meski pada kenyataannya justru semakin memperburuk pandangan mereka terhadap citra tubuh. Dengan demikian, *body image* dan *Bullying* memiliki keterkaitan timbal balik (Smith & Lewis, 2023). *Body image* buruk meningkatkan risiko seorang remaja menjadi korban *Bullying*. Sementara *Bullying* yang dialami semakin memperparah persepsi negatif korban terhadap citra tubuh mereka.

Menurut Raskaukas dan Huynh (2019), perawat sekolah dapat terlibat aktif dalam program anti-*Bullying* dan peningkatan penerimaan diri pada remaja melalui pendidikan, pelatihan asertivitas, hingga konseling individu maupun kelompok. Perawat juga dianjurkan memfasilitasi diskusi terbuka terkait topik citra tubuh positif (Grogan, 2022). Strategi lainnya adalah

melakukan deteksi dini kasus *Bullying* dan gangguan citra tubuh melalui penyebaran kuesioner oleh perawat kepada para siswa (Weinberger *et al.*, 2021). Hasil skrining ini dapat mengidentifikasi remaja berisiko tinggi yang memerlukan penanganan lebih lanjut guna mencegah dampak jangka panjang. Lebih lanjut, Smith dan Williams (2023) menyarankan perawat memberikan konseling dan terapi psikososial bagi korban *Bullying* dapat bangkit dari trauma yang dialami.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan Kardiaturun (2021) hasil penelitian dari analisis univariat menunjukkan sebagian besar responden perempuan mengalami body shaming yaitu 66% (33 orang). Jenis body shaming yang paling banyak dialami perempuan adalah terkait warna kulit yaitu 34% (18 orang). Sementara pada laki-laki, jenis body shaming terbanyak adalah terkait warna kulit dan thin shaming, masing-masing sebesar 30% (9 orang). Berdasarkan hasil penelitian, bentuk *body shaming* yang paling banyak dialami remaja perempuan adalah terkait warna kulit (34% atau 18 orang) dan ukuran tubuh (32,1% atau 17 orang). Sementara pada remaja laki-laki, jenis body shaming yang paling umum adalah komentar negatif terhadap tubuh kurus (*thin shaming*) dan warna kulit, dengan persentase yang sama yaitu 30% (9 orang).

Menurut penelitian Nubli et al (2019) hasil riset mengindikasikan bahwa remaja laki-laki merupakan kelompok responden terbesar dalam penelitian ini, dengan jumlah 251 orang atau sekitar 75,4% dari total responden. Sementara itu, jumlah remaja perempuan yang berpartisipasi sebagai responden hanya sekitar 82 orang atau 24,6% dari keseluruhan

responden. Angka-angka ini menggambarkan dominasi responden laki-laki dibandingkan responden perempuan dalam penelitian yang dimaksud. Menurut penelitian dari Hidayat (2023) Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dalam rentang 24-30 November 2022 dengan jumlah responden sebanyak 39 orang, dapat disimpulkan bahwa sekitar 23% (9 orang) responden memiliki *body image* yang buruk. Sementara itu, sebagian besar responden yaitu 26 orang atau 66,7% memiliki *body image* pada tingkat sedang. Sisanya sebanyak 4 orang atau 10,3% responden memiliki *body image* tinggi. Dilihat dari sisi kepercayaan diri, hanya 1 orang atau 2,6% responden yang memiliki tingkat kepercayaan diri buruk. Mayoritas responden yakni 23 orang atau 58,9% berada pada tingkat kepercayaan diri sedang, dan 15 orang atau 38,5% sisanya memiliki tingkat kepercayaan diri yang ringan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di SMA N 10 Semarang, ditemukan data bahwa 8 dari 10 siswa yang mengalami kejadian *Bullying* memiliki *body image* negatif.

Berdasarkan fenomena yang telah dijabarkan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Antara *Body Image* Dengan Kejadian *Bullying* Pada Remaja di Semarang.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan fenomena tersebut maka peneliti ingin mengetahui bagaimanakah hubungan antara *Body Image* dengan Kejadian *Bullying* pada remaja.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menggambarkan hubungan antara *Body Image* dengan Kejadian *Bullying* pada remaja di Semarang

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden
- b. Mengetahui gambaran *Body Image* pada responden penelitian
- c. Mengidentifikasi kejadian *Bullying* pada responden
- d. Menganalisis hubungan *body image* dengan kejadian *Bullying* pada responden penelitian

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini di harapkan dapat menambah wawasan lebih dalam mengenai hubungan antara *Body Image* atau citra tubuh dengan kemungkinan seseorang menjadi korban *Bullying* di kalangan remaja SMA.

2. Manfaat praktis

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat digunakan sebagai acuan bagi konselor sekolah untuk memberikan konseling yang tepat kepada korban *Bullying* dengan menggali masalah *Body Image* yang mungkin dialami.

3. Manfaat Bagi Masyarakat

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada masyarakat umum khususnya kepada korban *Bullying* tentang pentingnya *Body Image* positif untuk mengantisipasi kejadian *Bullying* pada remaja.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. *Body Image*

a. Definisi *Body Image*

Body Image didefinisikan sebagai persepsi, perasaan dan sikap individu terhadap tubuhnya, mencakup evaluasi subjektif mengenai ukuran, bentuk dan penampilan fisik (Permata, 2020). *Body Image* merupakan representasi mental seseorang mengenai penampilan fisiknya, yang dipengaruhi oleh faktor internal seperti skema diri dan faktor eksternal seperti tekanan sosial (Anggraini & Kurniawan, 2021). *Body Image* merupakan pandangan subjektif individu tentang keseluruhan fisik dan penampilannya (Nurrahmawati & Alfiasari, 2020). *Body Image* dipengaruhi oleh banyak faktor termasuk gender, usia, budaya, media dan tekanan sosial (Kusumastuti, 2022).

Body Image adalah gambaran mental individu tentang tubuhnya, terutama berkaitan dengan penampilan fisik (T. Pratiwi, 2021). *Body Image* terdiri dari 4 dimensi utama yakni dimensi perseptual, dimensi kognitif-evaluatif, dimensi afektif-emosional, dan dimensi perilaku keempat dimensi tersebut penting dalam memahami *Body Image* seseorang (Atikah, 2021). *Body Image* mencerminkan evaluasi dan perasaan positif atau negatif seseorang

tentang tubuhnya (N. S. Pratiwi & Zulkaida, 2019). Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *Body Image*, diantaranya adalah faktor biologis, faktor psikologis, faktor interpersonal, dan faktor sosiokultural (Pratiwi & Widian, 2022).

b. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Body Image*

Terdapat 4 faktor utama yang mempengaruhi *Body Image* individu, antara lain faktor biologis, faktor psikologis, faktor interpersonal, dan faktor sosiokultural (Pratiwi & Widian, 2022).

1) Faktor biologis

Meliputi usia, jenis kelamin, indeks massa tubuh (IMT), riwayat penyakit atau kondisi medis, dan proses pubertas individu.

2) Faktor Psikologis

Terdiri dari harga diri dan konsep diri yang dimiliki individu, standar kecantikan pribadi, sejarah pengalaman melihat dan mendengar komentar tentang tubuh, serta riwayat perilaku makan dan diet.

3) Faktor Interpersonal

Yakni pengaruh orang-orang terdekat dalam kehidupan individu seperti orang tua, saudara kandung, teman sebaya, dan pasangan. Pendapat dan komentar mereka kerap mempengaruhi persepsi individu akan *Body Image*.

4) Faktor Sosiokultural

Meliputi tekanan sosial, standar kecantikan yang berlaku di masyarakat dan media massa, serta gaya hidup modern yang menjunjung penampilan fisik.

c. Dimensi-Dimensi *Body Image*

Dimensi utama penyusun *Body Image* meliputi dimensi perseptual, dimensi kognitif-evaluatif, dimensi afektif-emosional, dan dimensi perilaku (Atikah, 2021):

1) Dimensi perseptual

Berisi persepsi individu tentang ukuran, berat dan bentuk tubuhnya secara keseluruhan ataupun bagian-bagian tertentu. Termasuk estimasi dan tingkat keakuratan persepsi tubuh yang dimiliki. Semakin besar distorsi persepsi tubuh, semakin negatif *Body Image* individu.

2) Dimensi kognitif-evaluatif

Meliputi pandangan dan penilaian subjektif individu tentang standar kecantikan yang ideal dan sejauh mana tubuhnya memenuhi standar tersebut. Termasuk perbandingan sosial dengan orang lain. Dimensi ini menentukan kepuasan atau ketidakpuasan terhadap penampilan tubuh.

3) Dimensi afektif-emosional

Berkaitan dengan perasaan yang muncul terhadap tubuh, apakah perasaan positif seperti bangga dan percaya diri, atau

negatif seperti malu dan cemas. Emosi ini dapat berfluktuasi dari waktu ke waktu.

4) Dimensi perilaku

Mencakup cara individu bertindak akibat persepsi, evaluasi kognitif dan respon emosi yang dimilikinya terhadap tubuh. Misalnya perilaku menghindari situasi tertentu, diet ekstrim, olahraga berlebihan dan lain sebagainya.

d. Dampak *Body Image* Terhadap Kesehatan Psikologis Remaja

Body Image yang negatif pada masa remaja dapat berpengaruh pada beberapa aspek kesehatan psikologis (T. Pratiwi, 2021):

1) Rendahnya harga diri (self-esteem)

Ketidakpuasan terhadap penampilan fisik membuat remaja sulit menerima kelebihan dan kekurangan dirinya, sehingga harga diri cenderung rendah.

2) Meningkatnya risiko gangguan makan (eating disorders)

Hal ini ditandai dengan munculnya perilaku diet yang ekstrim, pola makan tidak teratur hingga bulimia dan anoreksia pada kasus yang parah.

3) Gangguan kecemasan (anxiety disorders)

Remaja dengan *Body Image* negatif cenderung merasa cemas secara berlebihan dan kronis terkait penampilan fisiknya.

4) Depresi dan perasaan tidak berdaya

Putus asa dan kehilangan minat terhadap kegiatan dapat muncul akibat ketidakpuasan terhadap citra tubuh yang menetap.

e. Pelaksanaan Teknik Pengembangan *Body Image* Positif Pada Remaja

Body Image atau citra tubuh yang positif sangat penting bagi konsep diri dan kepercayaan diri seseorang. Untuk menumbuhkan *Body Image* positif, penelitian tersebut mengimplementasikan beberapa teknik, diantaranya *mirror exposure*, *photo sharing* di media sosial, *guided imagery*, dan *art therapy*. Didapati bahwa *mirror exposure* efektif membantu individu belajar menerima kekurangan fisiknya sendiri. *Photo sharing* memberikan dukungan positif dari orang lain sehingga membangun penerimaan tubuh. *Guided imagery* dan visualisasi citra tubuh ideal membantu subjek membayangkan standar kecantikan versi dirinya sendiri. Serta *art therapy* memfasilitasi pengekspresian perasaan terhadap tubuh secara bebas. Seluruh teknik terbukti meningkatkan *Body Image* positif dengan cara melatih mencintai diri apa adanya, memberi dukungan sosial, dan melawan standar tubuh ideal yang memberikan tekanan. Riset serupa diharapkan dapat dilakukan dengan jumlah partisipan yang lebih besar dan rentang usia yang beragam untuk memperkuat bukti empiris mengenai efektivitas teknik-teknik positif tersebut (Ratnasari, 2021).

2. *Kejadian Bullying*

a. *Definisi Kejadian Bullying*

Kejadian *Bullying* adalah keadaan dimana tindakan yang menggunakan kekuatan untuk menyakiti seseorang individu atau kelompok dengan verbal, fisik, maupun psikologis sehingga individu atau kelompok tersebut merasa tertekan, trauma, dan tidak berdaya (Novitasari et al., 2023). Secara etimologis, kata *bully* berarti menggertak, orang, mengganggu orang yang lemah. Disisi lain, kejadian *Bullying* adalah suatu peristiwa dimana seseorang memiliki keinginan untuk menyakiti seseorang yang dilakukan dengan senang hati dan menjadikan kerugian yang cukup berat bagi korbannya (H. N. Sari et al., 2022).

Kejadian *Bullying* adalah tindakan yang menekan atau mengintimidasi anak lain baik secara fisik maupun verbal dan biasanya terjadi ketidakseimbangan kekuasaan diantara pelaku dan korban *Bullying* (Rokhanawati et al., 2020). Kejadian *Bullying* adalah tindak penindasan yang dilakukan secara sadar, disengaja, dan keji yang memiliki maksud untuk melukai, menanamkan ketakutan melalui ancaman agresi lebih lanjut, dan menciptakan terror (F. Basyirudin, 2010). Kejadian *Bullying* bukan hanya berupa tindakan kekerasan saja, namun berupa intimidasi, memaksa, memaki, menggosip, memberikan julukan, dan lainnya (Saranga' et al., 2021). Kejadian *Bullying* didefinisikan sebagai perilaku agresif

yang disengaja dan berulang terhadap orang lain akibat adanya ketidakseimbangan kekuatan yang diamati atau dirasakan (Andini & Kurniasari, 2021).

Korban *Bullying* merupakan orang yang mengalami pelecehan baik secara fisik, verbal, maupun psikologis oleh pelaku *Bullying*. Pelecehan tersebut dialami berulang kali dalam rentang waktu tertentu. Akibatnya, korban merasa tidak mampu untuk mempertahankan atau melindungi dirinya sendiri dari serangan pelaku *Bullying* (Nurdiah et al., 2019). Perilaku korban *Bullying* meliputi tindak kekerasan fisik, verbal, atau sosial yang diterima korban dari satu atau lebih pelaku *Bullying* (Ismail, 2020). Korban *Bullying* ditandai munculnya rasa takut, terintimidasi, dan trauma pada diri korban (Zucherri, 2022).

Korban *Bullying* cenderung menunjukkan perilaku menarik diri dari pergaulan, merasa tidak aman, hilangnya rasa percaya diri, hingga perilaku autodestruktif (Nurdiah et al., 2019). Korban *Bullying* juga rentan mengalami tekanan psikologis seperti depresi dan kecemasan akibat perundungan yang berulang (Ismail, 2020). Dampak jangka panjang dari *Bullying* bila tidak tertangani dengan tepat adalah gangguan psikosomatis dan bunuh diri pada korban *Bullying* (Zucherri, 2022).

Berdasarkan pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa kejadian *Bullying* adalah sikap, tindakan, atau peristiwa suatu

perilaku yang dilakukan seseorang kepada orang lain secara sadar untuk menyerang fisik, dan psikis korban.

b. Jenis-Jenis *Bullying*

1) *Bullying* Fisik

Bullying fisik merupakan jenis *Bullying* yang dapat terlihat langsung dengan mata. Siapapaun dapat menyaksikan kejadian *bullying* fisik karena terjadi sentuhan fisik antara pelaku *Bullying* dan korbannya. Contoh *Bullying* fisik adalah memukul, menampar, menjambak, menendang, mendorong, merusak benda-benda korban termasuk juga tindakan pencurian. Penelitian terdahulu mengatakan bahwa tindakan *Bullying* yakni mencekik, meninju, menggigit, mencakar, meludahi, mengunci seseorang dalam ruangan, dan memeras (Rokhanawati et al., 2020).

2) *Bullying* Verbal

Bullying verbal adalah tindakan perundungan yang dapat didengar dengan indra pendengaran yakni telinga. Contoh dari tindakan *Bullying* verbal adalah mengejek, mengolok-olok, memaki, menggosip, menyebarkan fitnah, memberikan julukan, kritik kejam, penghinaan baik secara pribadi maupun rasial, perampasan, telepon yang kasar, dan ancaman (F. Basyirudin, 2010).

3) *Bullying* Psikis

Bullying psikis adalah tindakan *Bullying* yang dilakukan dengan cara pelemahan harga diri korban melalui penindasan, pengabaian, pengucilan, dan penghindaran. Penindasan psikis dapat dilakukan dengan mengasingkan atau menolak seseorang secara sengaja untuk merusak hubungan baik pertemanan maupun persahabatan. Beberapa dari tindakan ini seperti pandangan agresif, lirik mata, cibiran, helaan nafas, dan mengejek dengan bahasa tubuh yang kasar (Rokhanawati et al., 2020).

4) *CyberBullying*

CyberBullying adalah tindak penindasan melalui dunia maya dapat melalui telepon, sms, dan internet. Kejadian *Bullying* jenis ini melibatkan penggunaan teknologi seperti melalui website pribadi, dan media sosial lain yang dimaksudkan untuk menyerang seseorang atau kelompok yang bertujuan untuk menyakiti secara berulang kali (F. Basyirudin, 2010).

c. **Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian *Bullying***

Terdapat tiga faktor utama yang menyebabkan seseorang berisiko mengalami kejadian *Bullying* (Taufik, 2019) diantaranya adalah :

1) Faktor Fisik

Kondisi fisik seperti cacat tubuh, obesitas, kesulitan dalam bergerak, memiliki ciri fisik yang mencolok seperti

rambut merah atau kulit sangat gelap, dapat meningkatkan risiko seseorang untuk *dibully*. Hal ini karena sifat fisik yang berbeda akan mengarah pada perlakuan kekerasan baik secara fisik maupun verbal. Kecacatan tubuh juga dapat menghambat interaksi sosial dan kemampuan membela diri ketika *dibully*.

2) Faktor Psikologis

Rasa percaya diri yang rendah, penerimaan diri yang buruk, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial meningkatkan risiko seseorang menjadi korban *Bullying*. Anak yang pemalu, pendiam, atau tertutup mungkin menjadi sasaran pelampiasan frustrasi atau kemarahan pelaku *Bullying*. Mereka dianggap lemah dan tak berdaya.

3) Kurangnya Dukungan Sosial

Keterbatasan interaksi sosial, tidak memiliki teman akrab, dan sering diabaikan oleh lingkungan membuat seseorang semakin rentan *dibully*. Tanpa dukungan teman, mereka sulit mencari perlindungan dari tindak kekerasan verbal maupun fisik. Gerakannya dalam lingkungan sekolah bisa menjadi terbatas ketika terancam *Bullying*.

d. Tanda dan Gejala Korban *Bullying*

Korban *Bullying* kerap menunjukkan tanda-tanda perilaku yang mencakup aspek psikologis, emosi, fisik, dan sosial (Nurhalimah, 2022):

1) Secara Psikologis

Korban *Bullying* seringkali merasa tertekan, sensitif berlebihan, mudah tersinggung, hilangnya rasa percaya diri dan harga diri, merasa tidak berdaya, dan cenderung menyendiri.

2) Dari Segi Emosi

Korban rentan mengalami perasaan sedih atau murung berlarut-larut, cemas berlebihan, mudah marah, dan sering menangis. Kadang muncul pula rasa dendam atau ingin balas dendam kepada pelaku *Bullying*.

3) Dari Sisi Gejala Fisik

Korban *Bullying* kerap mengeluhkan sakit kepala, nyeri perut, sulit tidur, hilang nafsu makan bahkan hingga mengalami penurunan berat badan.

4) Dari Aspek Sosial

Korban *Bullying* cenderung menarik diri dari pergaulan, enggan berinteraksi bahkan terkadang membolos dari sekolah, serta mengalami isolasi sosial atau dikucilkan dari kelompok pertemanan.

e. Fase Respon Psikologis Dari Perilaku Korban *Bullying*

Secara umum terdapat 3 fase respons psikologis dan perilaku yang dilalui korban *Bullying* (Mutiah, 2021):

1) Fase Ketakutan dan Penyangkalan

Pada fase awal korban biasanya akan merasa sangat tertekan, takut, sedih, dan bingung saat mengalami *Bullying*

pertama kali. Mereka berusaha menyangkal bahwa perlakuan tersebut salah. Beberapa bahkan menyalahkan diri sendiri dan berpikir pantas menerima *Bullying*.

2) Fase Marah dan Labil Emosional

Lama-kelamaan, korban *Bullying* akan merasa marah besar terhadap perlakuan tidak adil ini. Keadaan emosi menjadi sangat labil, mudah tersinggung, dan meledak-ledak. Beberapa mulai balas melawan pelaku baik secara verbal maupun fisik meski tetap merasa tidak berdaya.

3) Fase Depresi dan Penarikan Diri

Fase terakhir ditandai putus asa karena *Bullying* tak kunjung berhenti meski sudah melawan sebisanya. Korban cenderung menarik diri dari pergaulan, sering murung, menangis, bahkan muncul pikiran untuk bunuh diri. Beberapa juga melukai diri sendiri sebagai pelampiasan. Perilaku agresif terhadap pelaku pun surut.

f. Dampak Perilaku *Bullying* Terhadap Korban

Perilaku *Bullying* yang berlangsung secara terus menerus dan tidak tertangani dengan tepat berpotensi memberikan dampak negatif jangka pendek ataupun jangka panjang bagi korbannya (F. P. Sari et al., 2022). Adapun rincian dampaknya adalah:

1) Dampak Jangka Pendek

Korban *Bullying* kerap mengalami gejala stres akut seperti sulit tidur, sering menangis, sakit kepala dan perut,

hingga ketakutan berlebih untuk pergi ke sekolah. Akibatnya, prestasi akademik korban *Bullying* cenderung menurun drastis.

2) Dampak Jangka Panjang

Jika korban terus menerus mengalami *Bullying* tanpa penanganan yang memadai, mereka berisiko menderita gangguan mental seumur hidup seperti depresi berat, kecemasan sosial yang ekstrem, bahkan kecenderungan bunuh diri. Studi menunjukkan korban severe *Bullying* di masa remaja 2-3x lebih mungkin melakukan percobaan bunuh diri ketika dewasa.

3) Dampak Sosial dan Pribadi

Perilaku *Bullying* juga memberi efek buruk pada perkembangan sosial dan kepribadian korban. Mereka cenderung kesulitan mempercayai orang lain, memiliki citra diri negatif, hingga menarik diri dari kehidupan sosial.

3. Hubungan *Body Image* dengan Kejadian *Bullying*

Bullying yang terjadi pada saat seseorang sedang berada di bangku sekolah akan menyebabkan terjadinya gangguan kecemasan. Kejadian *Bullying* pada remaja yang cukup tinggi dan gangguan cemas pada remaja yang akan dapat memberikan dampak bagi kehidupan individu di masa selanjutnya (Andini & Kurniasari, 2021). Ketika seorang remaja mengalami kejadian *Bullying* akan mendapatkan dampak negatif dimana remaja tersebut akan mengalami gangguan mental, merasa tertekan, rendah diri, dan tidak berharga. Selain itu juga mengalami hilangnya rasa percaya diri dalam menangani masalah atau

persoalan yang sedang dialaminya (Saranga' et al., 2021). Hal ini mengakibatkan munculnya *body image* negatif pada diri individu tersebut.

Seseorang yang mengalami kejadian *Bullying* biasanya memiliki *body image* negatif. Individu yang mengalami *Bullying* memiliki perasaan lebih sensitive dan cenderung menjadi pribadi yang pendiam (Masrukoyah, 2018). Seseorang yang memiliki *body image* negatif memiliki perasaan inferior seperti merasa tidak percaya diri, tidak dapat mengekspresikan diri, kurang konsisten, sering putus asa, dan rentan menjadi korban *Bullying*. *Body image* negatif adalah sebuah proses hasil dari adaptasi negatif saat berada pada masa sulit yang menyebabkan remaja terpuruk dari dampak kejadian *Bullying* (M. P. Pratiwi et al., 2021). Individu dengan *body image* negatif memiliki hambatan perkembangan kejadian traumatis korban *Bullying* cenderung mempunyai ketahanan tubuh dan tingkat percaya diri yang rendah. Banyak faktor yang mempengaruhi rendahnya *body image* seseorang. Salah satu faktor positif yang dapat membentuk kembali *body image* seseorang adalah peran dan dukungan orang tua. Orangtua yang memiliki dukungan baik pada anaknya dapat menyebabkan anaknya memiliki *body image* positif dan dapat menumbuhkan kembali rasa percaya diri bagi anak tersebut.

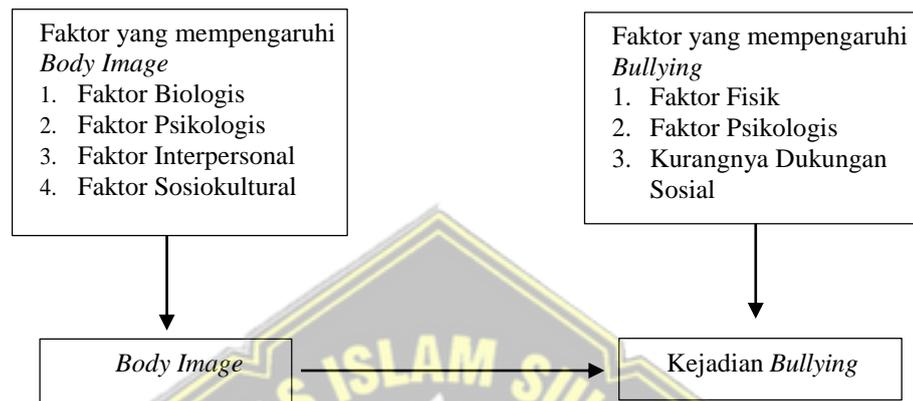
Remaja yang gelisah akan bentuk tubuh yang berubah merasa tidak puas dengan penampilan akan merasa kesusahan untuk menerima

dirinya sendiri. Remaja yang memiliki *body image* positif akan merasa puas dengan penampilan dan bentuk tubuhnya begitu juga sebaliknya, jika remaja memiliki *body image* negatif maka akan merasa tidak puas dengan penampilan tubuhnya. Pemahaman yang negatif dari seseorang terhadap dirinya sendiri cenderung akan selalu memikirkan kekurangan tanpa pernah meyakinkan dirinya memiliki kelebihan sehingga akan membentuk rasa tidak percaya diri (Agustin et al., 2023).

Berdasarkan jenis dan macam gangguan *body image* akibat kejadian *Bullying* yakni kejadian *Bullying* menyebabkan gangguan *body image* seperti korban *Bullying* memiliki perasaan tidak puas dengan berat badan dan bentuk tubuhnya, perilaku korban *Bullying* merasa tidak percaya diri. Gangguan *body image* adalah masalah yang disebabkan oleh adanya perilaku *Bullying*, *body image* yang terganggu merupakan suatu bentuk ketidakmampuan korban untuk menerima keadaan tubuhnya yang menyebabkan beberapa gangguan seperti mengalami ketidakpuasan dan perasaan yang negatif terhadap tubuh yang dimiliki individu yang mengalami kejadian *Bullying* mengenai berat badan, memiliki persepsi negatif terhadap tubuhnya, melakukan diet ekstrem hingga mencapai target yang diinginkan. (Fauzia, 2019). Penampilan fisik seseorang dapat mempengaruhi individu terutama pada saat individu lain memberikan komentar sesuai dengan standar penampilan berdasarkan budaya, maka standar tersebut akan membuat munculnya perlakuan *Bullying* yang akan menyebabkan gangguan *body image* pada

seseorang yang mengalami kejadian *Bullying* (Zhang, 2022).

B. Kerangka Teori



Gambar 2.1. Kerangka Teori

Sumber : (Taufik, 2019), (Pratiwi & Widiana, 2022).

C. Hipotesis

Hipotesis merupakan pernyataan sementara atau dugaan yang perlu diuji kebenarannya melalui pengumpulan data dan analisis hasil penelitian (Asmaroini, 2021). Hipotesis penelitian ini adalah :

Ha : Ada hubungan antara *Body Image* dengan kejadian *Bullying* pada remaja

Ho : Tidak ada hubungan antara *Body Image* dengan kejadian *Bullying* pada remaja

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Kerangka Konsep

Kerangka konseptual penelitian merujuk pada pemodelan hubungan antar variabel kunci yang diteliti, yakni variabel independen yang memengaruhi variabel dependen (Setyoadi, 2020) . Kerangka konsep yaitu hubungan konsep yang akan diteliti dengan faktor-faktor yang mempengaruhinya (Pratama & Wikansari, 2022).



Gambar 3. 1. Kerangka konsep

Keterangan :

-  : area yang diteliti
-  : ada hubungan

B. Variabel Penelitian

1. Variabel *Independent* (*Bebas*)

Variabel independen atau bebas merupakan variabel yang nilainya tidak dipengaruhi variabel lain dalam suatu penelitian. Variabel ini diasumsikan sebagai faktor penyebab yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan pada variabel dependen atau terikat. Variabel bebas bersifat independen dan mempengaruhi variabel terikat dalam hubungan sebab-akibat (Sugiyono, 2015). Dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah *Body Image*.

2. Variabel *Dependent* (Terikat)

Variabel dependen atau terikat merupakan variabel yang nilainya dipengaruhi oleh variabel bebas dalam suatu penelitian. Variabel ini merupakan faktor yang berubah atau timbul sebagai akibat dari manipulasi atau adanya perubahan pada variabel independen atau bebas (Sugiyono, 2015). Dalam penelitian ini variabel terikatnya adalah kejadian *Bullying*.

C. Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan rancangan yang disusun secara sistematis untuk mendapatkan jawaban pertanyaan penelitian dan menguji hipotesis (D. Purnamasari et al., 2021). Penelitian ini mengeksplorasi korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat melalui analisis cross-sectional. Dalam penelitian ini, kita dapat mengetahui hubungan antara *Body Image* dengan kejadian *Bullying* pada remaja.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi penelitian merupakan keseluruhan subjek atau objek dengan karakteristik tertentu yang akan diteliti guna memberikan kesimpulan penelitian (Amri et al., 2022). Populasi penelitian ini adalah siswa kelas X di Semarang yang berjumlah 358 siswa.

2. Sampel

Pengambilan sampel probabilistik diambil dengan cara memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk terpilih menjadi responden (Nurhayati et al., 2022). Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang ditetapkan peneliti (Puteri et al., 2021). Dari total populasi sebanyak 358 siswa kelas 10 di SMAN X Semarang, peneliti mengambil sampel dengan pertimbangan tertentu yaitu berdasarkan nomor absen genap pada setiap kelas. Mengingat rata-rata jumlah siswa per kelas adalah 34 orang, maka dengan pengambilan sampel pada nomor absen genap akan diperoleh sekitar 17 siswa dari masing-masing kelas. Untuk menentukan besarnya sampel digunakan rumus *Slovin* sebagai berikut:

$$\text{Rumus: } n = \frac{N}{1+N(d)^2}$$

Keterangan:

N : Besar populasi n: Besar sampel

d : Tingkat signifikansi (p)

Perhitungan sampelnya sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1+N(d)^2}$$

$$n = \frac{358}{1+358(0,05)^2}$$

$$n = \frac{358}{1 + 358(0,0025)}$$

$$n = \frac{358}{1+0,895}$$

$$n = \frac{358}{1,895}$$

$$n = 189$$

Dengan demikian jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 189 responden siswa kelas X DI SEMARANG.

Adapun kriteria inklusi dan eksklusi pada penelitian ini sebagai berikut:

a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi merupakan kriteria yang dijadikan acuan untuk menetapkan apakah subjek penelitian terwakili dalam sampel yang dipilih sesuai dengan standar yang berlaku (Perdana, 2022).

Kriteria inklusi dari penelitian ini yaitu:

- 1) Siswa aktif kelas 10 di SMAN X Semarang
- 2) Berusia 15-16 tahun
- 3) Bersedia menjadi responden

Kriteria eksklusi Merupakan kriteria yang menyebabkan subjek penelitian tidak dapat diikutsertakan sebagai sampel analisis karena tidak memenuhi persyaratan yang ditentukan dalam suatu penelitian (Wijaya, 2022).

Kriteria eksklusi dari penelitian ini yaitu:

- 1) Siswa yang bersedia menjadi responden tetapi tidak hadir pada saat penelitian (sakit atau kendala lain)
- 2) Siswa yang tidak kooperatif

E. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di Semarang, dilaksanakan pada bulan Oktober-November 2024.

F. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan uraian suatu konsep berdasarkan ciri-ciri yang dapat diobservasi secara langsung. Tujuannya adalah memungkinkan peneliti melakukan pengamatan dan pengukuran dengan akurat dan konsisten terhadap fenomena tertentu. Hal ini juga memfasilitasi orang lain untuk mengulangi observasi serupa pada objek yang telah dideskripsikan tersebut (Nursalam, 2020).

Tabel 3.1. Definisi Operasional

No.	Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	<i>Body Image</i>	Gambaran individu terkait fisik yang dimilikinya	Instrumen kuisioner <i>Body Image</i> yang terdiri dari pertanyaan <i>favorable</i> dan <i>unfavorable</i> dengan total 19 pertanyaan dengan skala penampilan tubuh yaitu <i>self relationship multimentional</i> (MBSRQAS). Bobot untuk pertanyaan <i>favorable</i> yaitu: Sangat Setuju= 4 Setuju = 3 Tidak Setuju = 2 Sangat Tidak Setuju = 1 Bobot untuk pertanyaan <i>unfavorable</i> yaitu: Sangat Setuju = 1 Setuju = 2 Tidak Setuju = 3 Sangat Tidak Setuju = 4	Positif: 39-76 Negatif: 19-38	Ordinal

No.	Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
2.	<i>Bullying</i>	Penilaian sikap remaja tentang tindakan tidak menyenangkan yang dilakukan oleh remaja pada temana sebayanya berupa tindakan fisik, verbal, sosial.	Instrumen kuesioner <i>Bullying</i> dengan jumlah 14 pertanyaan dengan menyertakan dimensi-dimensi <i>Bullying</i> mencakup <i>direct Bullying</i> dan <i>indirect Bullying</i> dengan menyatakan jawaban: Tidak Pernah = 1 Jarang = 2 Sering = 3 Sangat Sering = 4	Tinggi: 42-56 Sedang: 28-41 Rendah: 14-27	Ordinal

G. Alat Pengumpul Data

1. Instrumen penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang dipakai untuk mengumpulkan informasi kuantitatif tentang variabel tertentu dalam suatu penelitian (Hanum et al., 2019). Adapun instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah:

a. Kuesioner A

Kuesioner A merupakan kuesioner demografi. Kuesioner ini digunakan untuk mengukur data demografi seperti usia, jenis kelamin, kelas, tinggi badan, dan berat badan siswa.

b. Kuesioner B

Kuesioner B merupakan Kuesioner *Body Image*. Dalam mengukur body image, peneliti menggunakan skala penampilan tubuh *self relationship* multidimensional (MBSRQ-AS). Skala ini dibuat oleh peneliti berdasarkan sejumlah aspek *body image* yang dikemukakan oleh Cash dan digunakan untuk mengukur dimensi kognitif, perilaku, dan afektif seputar *body image* terutama terkait

penampilan fisik. Skala MBSRQ-AS terdiri dari 5 aspek meliputi evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan kategorisasi ukuran tubuh. Alasan peneliti memilih skala ini adalah karena instrument yang dikembangkan Cash telah teruji validitas dan reliabilitasnya untuk mengukur multifaset *body image*.

Tabel 3.2 Blueprint Body Image

No	Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
			F	UF	
1	Evaluasi penampilan	Melihat kelebihan dan kekurangan pada penampilan diri	5	2, 7, 8, 13, 18	6
2	Orientasi penampilan	Perhatian individu Dalam menjaga penampilan.	17	15	2
		Usaha memperbaiki dan meningkatkan penampilan	14	3	2
3	Kepuasan terhadap bagian tubuh	Menerima terhadap tubuh bagian atas (dari kepala hingga dada)	9, 16	10	3
		Menerima terhadap tubuh bagian bawah (dari peruh hingga kaki)		12	1
4	Kecemasan menjadi gemuk	Ketakutan akan bertambahnya berat badan		6, 11	2
5	Pengkategorian ukuran tubuh	Menilai bentuk tubuh yang dimiliki	1, 4	19	3
Jumlah Total Aitem			7	12	19

Sumber: (Thawafa, 2020)

Thawafa, M. (2020). Hubungan Antara Body Image Dengan Penerimaan Diri Pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. *Nature Microbiology*, 3(1), 641.

c. Kuesioner C

Kuesioner C merupakan Kuesioner variabel *Bullying*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan instrument penelitian *Bullying* dan *body satisfaction* yang disusun oleh Dewi Muliaty berupa kuesioner yang berisi 14 pertanyaan

terkait perilaku *Bullying* dimana korban menjadi fokus utama. Pertanyaan terbagi menjadi 2 bagian, bagian pertama berisi studi kasus mengenai *passive victim* dan bagian kedua berisi studi kasus tentang *provocative victim*. Partisipan diminta untuk memilih kondisi mana yang paling mencerminkan situasi mereka saat ini. Opsi jawaban meliputi Tidak Pernah (TP), Jarang (J), Sering (S), dan Sangat Sering (SS). Setiap jawaban memiliki skor berbeda dimana Tidak Pernah bernilai 1, Jarang bernilai 2, Sering bernilai 3, dan Sangat Sering bernilai 4.

Tabel 3.3. Blueprint Bullying

No	Dimensi Item-item	Indikator	Item-item
1	<i>Direct physical</i>	1. serangan dalam bentuk fisik (memukul atau menendang)	Item no 1, 8
2	<i>Direct Non Physical</i>	1. penggunaan kalimat yang tidak menyenangkan (Name-calling, mengejek, mengancam) 2. Gesture yang tidak menyenangkan (menjulurkan lidah, ekspresi menghina, meniru tindakan korban)	Item no 3, 4, 5, 6, 7,
3	<i>Indirect physical</i>	1. Serangan dalam bentuk fisik (Memukul atau menendang) tidak secara langsung	Item no 2
4	Indirect non-physical	1. Penyebaran rumor 2. mengucilkan orang lain dari kegiatan sosial 3. Mengkambinghitamkan orang	Item no 9, 10, 11, 12, 13, 14

Sumber : (Muliaty, 2020)

Muliaty, D. (2020). *Hubungan Antara Bullying dengan Body Satisfaction pada Remaja Putra Korban Bullying Terhadap Tampilan Fisik*. 3(1), 151–157.

2. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

a. Uji Validitas

Validitas (kesahihan) harus menyatakan apa yang seharusnya diukur. Pengukuran dan pengamatan yang berarti dengan prinsip keandalan instrumen dalam mengumpulkan data merupakan prinsip

utama validitas (Nursalam, 2020). Uji validitas bertujuan menilai tingkat keakuratan suatu instrument pengukuran. Suatu instrumen dianggap valid apabila nilai r hitung lebih besar daripada r tabel serta bernilai positif (Herlambang *et al.*, 2021). Adapun nilai uji validitas dari kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1) Kuesioner *Bullying*

Kuesioner *Bullying*. Suatu instrumen penelitian dapat dikatakan valid apabila nilai $r_{ix} > 0,30$. Namun, jika jumlah aitem yang valid tidak mencukupi target yang diinginkan, maka batas kriterianya bisa sedikit diturunkan menjadi $> 0,25$ (Azwar, 2016). Uji validitas pada instrument ini dilakukan oleh Dewi (2012) dalam Hubungan Antara *Bullying* dengan *body Satiffaction* pada remaja putri korban *Bullying* terhadap penampilan fisik. Dengan nilai r table 0,816-0,977 sehingga instrument tersebut dinyatakan valid.

2) Kuesioner *Body Image*

Kuesioner *Body Image*. Suatu instrumen penelitian dapat dikatakan valid apabila nilai $r_{ix} > 0,30$. Namun, jika jumlah aitem yang valid tidak mencukupi target yang diinginkan, maka batas kriterianya bisa sedikit diturunkan menjadi $> 0,25$ (Azwar, 2016). Uji validasi ini dilakukan oleh Thawafa (2020) dalam judul hubungan anatar *Body Image* dengan penerimaan diri pada mahasiswa fakultas psikologi, menggunakan teknik korelasi product moment dari Karl Person (Arikunto, 2006), didapatkan

hasil koefisien korelasi item total berada antara nilai r hitung 0,258-0,599.

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas mengacu pada konsistensi hasil pengukuran atau pengamatan terhadap suatu fakta atau fenomena jika diukur berulang kali pada waktu yang berbeda (Nursalam, 2020). Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat kekonsistenan suatu instrumen. Instrumen dinyatakan reliabel jika nilai *Cronbach's Alpha* $> 0,7$ (Sugiyono, 2015). Adapun hasil uji reliabilitas pada kuesioner yang digunakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1) Kuesioner *Body image*

Kuesioner *body image* versi bahasa Indonesia telah dilakukan uji reliabilitas menghasilkan koefisien reliabilitas yang dilihat melalui *Cronbach's Alpha* sebesar 0,892.

2) Kuesioner *Bullying*

Kuesioner *Bullying* Uji reliabilitas pada instrument ini dilakukan oleh Dewi (2012) dalam Hubungan Antara *Bullying* dengan *body Satiffaction* pada remaja putri korban *Bullying* terhadap penampilan fisik. Dengan nilai *Cronbach's Alpha* 0,834-0,960. Sehingga instrument tersebut dinyatakan valid.

H. Metode Pengumpulan Data

Akumulasi data mencakup berbagai tahapan, mulai dari membangun relasi dengan partisipan hingga mengumpulkan detail-detail penting

mengenai subjek yang diperlukan untuk penelitian (Nursalam, 2020). Dalam studi ini, prosedur pengambilan data dilaksanakan dengan cara berikut:

1. Peneliti meminta surat izin studi pendahuluan kepada pihak FIK Unissula Semarang untuk diberikan kepada kepala sekolah SMAN X Semarang
2. Peneliti mendapatkan persetujuan dan melakukan studi pendahuluan di SMAN X Semarang.
3. Peneliti mengikuti ujian proposal dan ujian *ethical clearance* dengan pihak FIK Unissula Semarang.
4. Peneliti meminta surat izin penelitian kepada pihak FIK Unissula Semarang untuk diberikan kepada pihak SMAN X Semarang.
5. Peneliti mendapat persetujuan dan melakukan penelitian di SMAN X Semarang.
6. Peneliti melakukan koordinasi dengan petugas sekolah untuk menginformasikan kepada calon responden terkait penelitian yang akan dilakukan.
7. Peneliti memberikan penjelasan terkait tujuan, manfaat, dan prosedur pengisian kuesioner jika berkenan menjadi reponden.
8. Peneliti memberikan lembar kuesioner penelitian kepada siswa/siswa kelas 10 SMAN X Semarang
9. Peneliti mengecek kelengkapan dan kesesuaian data yang telah reponden submit.
10. Peneliti melakukan analisis data yang telah terkumpul.

I. Analisis Data

1. Pengolahan Data

Data yang terkumpul selanjutnya menjalani prosedur pengolahan dengan tahapan sebagai berikut

a. *Editing*

Selepas tahap pengambilan data, peneliti mengadakan pemeriksaan lanjutan. Proses ini berfokus pada kelengkapan tanggapan responden, kejelasan informasi yang dihimpun, serta ketepatan jawaban terhadap pertanyaan yang diutarakan serta konsistensi jawaban antar pernyataan yang berkesinambungan.

b. *Coding*

Setelah melalui pengecekan dan *editing*, jawaban responden kemudian dikonversi ke dalam bentuk kode angka melalui proses pengkodean atau *coding*. Pengkodean yaitu kegiatan mengubah data berbentuk kalimat menjadi angka-angka disebut sebagai proses pengkodean. Tujuannya adalah untuk memudahkan proses pemasukan data (*data entry*) ke dalam sistem.

c. *Tabulating*

Pada tahap berikutnya adalah membuat tabel data hasil penelitian untuk setiap variabel sesuai dengan tujuan penelitian. Tabel dibuat dengan maksud mempermudah proses pengolahan data.

d. *Cleaning*

Setelah seluruh data dimasukkan, perlu dilakukan verifikasi ulang untuk mengecek potensi kesalahan pengkodean, data yang tidak lengkap, dan sebagainya. Jika ditemukan ketidaksesuaian atau kesalahan, maka perlu dilakukan koreksi dan pembetulan data.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat berfungsi untuk menguraikan secara terperinci ciri-ciri setiap variabel dalam studi. Proses ini menghasilkan tabel distribusi frekuensi yang memaparkan data kuantitatif dan persentase dari masing-masing variabel yang dianalisis. Penelitian ini bertujuan untuk menyajikan deskripsi rinci tentang sifat-sifat khas setiap variabel yang diteliti meliputi, data demografi responden, menjabarkan perilaku, menjelaskan profil mahasiswa. Maksud dari analisis deskriptif ini adalah memberikan tabel distribusi frekuensi yang meringkas sebaran dan persentase topik riset (Wahyuni, 2020). Data analisa hubungan *Body Image* dan perilaku korban *Bullying* masing-masing berskala ordinal dan ordinal.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan teknik statistika yang bertujuan menguji keberadaan hubungan ataupun korelasi antara dua variabel penelitian (Wulandari et al., 2021). Analisis bivariat adalah analisis

yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi. Analisis ini berguna untuk mendeteksi ada tidaknya asosiasi antara variabel independen dan variabel dependen. Salah satu uji statistik nonparametrik yang dapat dipakai yakni uji *somers'd* guna mengetahui hubungan skala data ordinal (I. Purnamasari & Gunawan, 2020).

Uji *somers'd* digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel berskala ordinal yaitu variabel bebas dan variabel tergantung. Variabel bebas pada penelitian ini adalah *body image* dan variabel tergantungnya adalah kejadian *Bullying* yang dialami siswi di SMA N 10 Semarang. Ukuran asosiasi yang menuntut seluruh variabel diukur sekurang-kurangnya dalam skala ordinal, membuat obyek atau individu-individu yang dipelajari dapat di ranking dalam banyak rangkaian berturut-turut. Skala ordinal atau skala urutan, yaitu skala yang digunakan jika terdapat hubungan, biasanya berbeda antara kelas-kelas yang ditandai dengan ">" yang berarti "lebih besar daripada". Untuk mengetahui signifikansi hubungan, ditetapkan nilai $\alpha < 0,05$. Kriteria pengujian hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima apabila nilai signifikansi $< \alpha$, sebaliknya H_0 diterima dan H_a ditolak bila nilai signifikansi $> \alpha$ (Sugiyono, 2013).

J. Etika Penelitian

Kode etik penelitian merupakan serangkaian norma yang mengatur aspek etis dalam kegiatan ilmiah, meliputi tanggung jawab peneliti, hak subjek penelitian, dan potensi implikasi hasil studi terhadap masyarakat luas (Notoatmodjo, 2018).

1. Lembar persetujuan penelitian (*Informed consent*)

Lembar persetujuan diedarkan sebelum penelitian dilaksanakan bertujuan memberikan gambaran komprehensif tentang studi dan kemungkinan efeknya pada partisipan. Kesediaan ditunjukkan melalui tanda tangan, sementara peneliti berkewajiban menghormati pilihan mereka yang menolak berpartisipasi.

2. Tanpa Nama (*Anonim*)

Anonim merupakan jaminan kerahasiaan dalam studi dicapai dengan menghilangkan nama subjek dan menggantinya dengan kode unik pada lembar pengumpulan data serta laporan hasil penelitian.

3. Prinsip keadilan (*Right to justice*)

Penelitian mengimplementasikan prosedur penjagaan kerahasiaan dengan menghilangkan pencantuman nama pada alat ukur. Sebagai gantinya, setiap lembar pengumpulan data hanya memuat kode identifikasi. Metode ini menjadi bentuk jaminan dalam penggunaan dan perlindungan data subjek penelitian

4. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Informasi yang dikumpulkan dari partisipan penelitian dijamin kerahasiaannya. Penyajian hasil studi hanya akan mencakup dataset tertentu. Untuk memastikan anonimitas, formulir pengumpulan data tidak mencantumkan nama responden.



BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Pengantar Bab

Penelitian ini dilakukan di SMAN X Semarang. Jenis penelitian yang digunakan yaitu desain penelitian deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Jumlah populasi siswa kelas 10 di SMAN X Semarang berjumlah 358 siswa. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling* sehingga besar sampel yang digunakan dengan rumus slovin sebesar 189 responden. Hasil penelitian ini berupa hasil analisa univariat dan analisa bivariat. Analisis univariat memaparkan data demografi umur, jenis kelamin, berat badan, dan tinggi badan. Hasil analisa bivariat menguji hubungan *body image* dengan kejadian *Bullying* pada remaja di SMAN X Semarang dengan menggunakan uji statistik *Somers'd*.

B. Karakteristik Sampel

Karakteristik responden bertujuan untuk dapat mendeskripsikan responden yang sedang diteliti. Dalam penelitian ini yang diteliti meliputi umur, jenis kelamin, berat badan, tinggi badan dan variabel penelitian.

1. Karakteristik Responden

a. Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Umur Responden

Tabel 4.1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur responden (n=189)

Umur	Frekuensi (f)	Presentase (%)
14 Tahun	1	0.5%
15 Tahun	77	40.5%
16 Tahun	109	57.5%
18 Tahun	2	1.5%
Total	189	100%

Berdasarkan tabel 4.1 diatas diperoleh data dari responden umur 16 tahun memiliki distribusi terbanyak sebanyak 109 responden (57,5%) dan umur 14 tahun memiliki distribusi paling sedikit sebanyak 1 responden (0,5%).

b. Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin responden (n=189)

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Laki-laki	85	45%
Perempuan	104	55%
Total	189	100%

Berdasarkan tabel 4.2 diatas diperoleh data dari responden terbanyak berjenis kelamin perempuan memiliki distribusi sebanyak 104 responden (55%) dibandingkan laki-laki memiliki distribusi sebanyak 85 responden (45%).

c. Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Berat Badan

Tabel 4.3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan berat badan responden (n=189)

Berat Badan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
30-50	97	51%
51-70	79	41%
71-98	13	6.8%
Total	189	100%

Berdasarkan tabel 4.3 diatas diperoleh data dari responden terbanyak berat badan 30-50 memiliki distribusi sebanyak 97

responden (51%) dan paling sedikit berat badan 71-98 memiliki distribusi sebanyak 13 responden (6.8%).

d. Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Tinggi Badan

Tabel 4.4. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tinggi badan responden (n=189)

Tinggi Badan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
145-155	41	22%
156-165	89	47%
166-175	59	31%
Total	189	100%

Berdasarkan tabel 4.4 diatas diperoleh data dari responden paling banyak tinggi badan 156-165 memiliki distribusi sebanyak 89 responden (47%) dan paling sedikit tinggi badan 145-155 memiliki distribusi sebanyak 41 responden (22%).

2. Variabel Penelitian

Variabel *Body Image* dan Kejadian *Bullying*.

a. *Body Image*

Tabel 4.5. Distribusi frekuensi responden berdasarkan Body Image (n=189)

Body Image	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Positif	168	88,9%
Negatif	21	11,1%
Total	189	100%

Berdasarkan tabel 4.5 diatas diperoleh data dari *Body Image* pada 189 responden. Responden yang paling banyak memiliki *Body Image* Positif sebanyak 168 responden (88,9%) dan *Body Image* Negatif sebanyak 21 responden (11,1%).

b. Kejadian *Bullying***Tabel 4.6. Distribusi frekuensi responden berdasarkan Kejadian *Bullying* (n=189)**

Kejadian <i>Bullying</i>	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Tinggi	16	8,5%
Sedang	18	9,5%
Rendah	155	82%
Total	189	100%

Berdasarkan tabel 4.6 diatas diperoleh data dari Kejadian *Bullying* pada 189 responden. Responden yang memiliki kejadian *Bullying* Tinggi sebanyak 16 responden (8,5%), responden yang memiliki kejadian *Bullying* Sedang sebanyak 18 responden (9,5%) dan responden yang memiliki kejadian *Bullying* Rendah sebanyak 155 responden (82%).

C. Analisa Bivariat

Hubungan antara *Body Image* dengan Kejadian *Bullying* Pada Remaja.

Tabel 4.7. Hubungan antara *Body Image* dengan Kejadian *Bullying* pada Remaja

		<i>Bullying</i>			n	r	p
		Tinggi	Sedang	Kurang			
<i>Body Image</i>	Positif	3	12	153	168	-0,664	<0,001
	Negatif	13	6	2	21		
Total		16	18	155	189		

Tabel 4.7 Berdasarkan uji statistik *Somers'd* didapatkan hasil probabilitas atau nilai $p < 0,001$ ($p < 0,05$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian maka dapat diartikan bahwa terdapat hubungan antara *Body Image* dengan Kejadian *Bullying* Pada Remaja. Nilai keeratan hubungan kuat yaitu -0,664 dengan arah hubungan negatif.

BAB V

PEMBAHASAN

A. Pengantar Bab

Pada bab ini, peneliti menjelaskan hasil penelitian tentang hubungan antara *Body Image* dengan kejadian *Bullying* pada Remaja di SMAN X Semarang .

B. Interpretasi dan Diskusi Hasil

1. Umur

Hasil penelitian berdasarkan umur dari 189 responden didapatkan hasil terbanyak umur 16 tahun memiliki distribusi sebanyak 109 responden dan umur 14 tahun memiliki distribusi sebanyak 1 responden.

Ketidakpuasan terhadap *body image* ini sering menjadi pemicu terjadinya *Bullying*, di mana remaja yang dianggap memiliki penampilan berbeda dari standar ideal sering menjadi target ejekan dan intimidasi dari teman sebayanya (Safitri & Hidayati, 2021). Penelitian menunjukkan bahwa remaja usia 15-17 tahun yang mengalami *Bullying* terkait penampilan fisik memiliki risiko lebih tinggi untuk mengembangkan gangguan makan, depresi, dan kecemasan sosial. Seiring bertambahnya usia, beberapa remaja mulai mengembangkan kepercayaan diri dan penerimaan diri yang lebih baik, namun pengalaman *Bullying* di masa remaja awal dapat memberikan dampak psikologis jangka panjang hingga mereka dewasa (Febriana & Rahmasari, 2021).

Body image dan *Bullying* merupakan dua isu yang saling berkaitan erat dengan tahap perkembangan remaja. Pada masa remaja, terjadi berbagai perubahan fisik yang signifikan akibat pubertas, yang dapat mempengaruhi cara remaja memandang dan menilai tubuh mereka sendiri (Nimah S. Z & Indrawati. V, 2022). Penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh (Rahmawati, 2023) bahwa remaja yang lebih muda, khususnya di awal masa pubertas, cenderung lebih rentan mengalami ketidakpuasan terhadap *body image* karena masih beradaptasi dengan perubahan tubuh mereka dan sangat terpengaruh oleh standar kecantikan yang ada di media social.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menyimpulkan bahwa semakin muda umur responden maka *body image* dan kejadian *Bullying* semakin tinggi.

2. Jenis kelamin

Hasil dari penelitian menunjukkan dari 189 responden lebih dari sebagian responden adalah berjenis kelamin perempuan memiliki distribusi sebanyak 104 responden dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki memiliki distribusi sebanyak 85 responden. Hubungan antara jenis kelamin dengan *body image* dan kejadian *Bullying* pada remaja menunjukkan pola yang kompleks dan saling terkait. Penelitian yang dilakukan oleh Pamirma (2022) mengungkapkan bahwa remaja perempuan cenderung memiliki *body image* yang lebih negatif dibandingkan remaja laki-laki, dimana hal ini sering dipicu oleh standar

kecantikan yang lebih ketat dari masyarakat dan media social (Pamirma & Satwika, 2022).

Terkait dengan *Bullying*, studi yang dilakukan oleh Pratiwi et al. (2019) menunjukkan perbedaan signifikan dalam bentuk dan dampak *Bullying* berdasarkan jenis kelamin, dimana remaja laki-laki lebih sering mengalami *Bullying* fisik, sementara remaja perempuan lebih sering menjadi target *Bullying* verbal dan relasional yang seringkali terkait dengan penampilan fisik. Lebih lanjut, penelitian Wardani (2023) mengidentifikasi adanya hubungan timbal balik antara *body image* negatif dan pengalaman *Bullying*, dimana remaja dengan *body image* yang buruk memiliki risiko lebih tinggi menjadi target *Bullying*, dan sebaliknya, pengalaman *Bullying* dapat memperburuk persepsi *body image* seseorang (Wardani et al., 2023).

Peneliti berasumsi jika jenis kelamin Perempuan lebih banyak mengalami kejadian *Bullying* dibandingkan laki-laki. Bahwa remaja perempuan memiliki tingkat ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki.

3. Berat Badan

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan paling banyak berat badan 30-50 memiliki distribusi sebanyak 97 responden dan paling sedikit berat badan 71-98 memiliki distribusi sebanyak 13 responden. Studi yang dilakukan oleh Sari dan Wuryanto (2020) menemukan bahwa remaja dengan berat badan berlebih memiliki risiko 2,5 kali lebih besar

mengalami *body image* negatif dibandingkan remaja dengan berat badan normal.

Hal ini diperkuat oleh penelitian Kusumawati et al. (2021) yang mengungkapkan bahwa 68% remaja obesitas mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya dan memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Sejalan dengan temuan tersebut, Nugroho dan Handayani (2021) dalam studinya mengidentifikasi bahwa remaja yang mengalami obesitas tidak hanya menjadi target *Bullying* verbal, tetapi juga mengalami pengucilan sosial yang berdampak pada penurunan prestasi akademik dan partisipasi dalam kegiatan sosial. Temuan dari Putra dan Dewi (2022) juga menunjukkan bahwa remaja yang mengalami *Bullying* terkait berat badan memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan mental seperti depresi dan kecemasan social (Erina et al., 2023).

Dengan adanya hasil penelitian ini peneliti menyimpulkan bahwa berat badan berlebih cenderung mengalami kejadian *Bullying* dibandingkan berat badan normal. Bahwa remaja dengan berat badan di atas normal memiliki risiko lebih besar menjadi target *Bullying* dibandingkan remaja dengan berat badan normal, dimana bentuk *Bullying* yang paling sering dialami adalah ejekan verbal terkait bentuk tubuh (Hartini, 2019).

4. Tinggi Badan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden paling banyak dengan tinggi badan 156-165 memiliki distribusi sebanyak 89 responden

dan tinggi badan 145-155 memiliki distribusi sebanyak 41 responden. Penelitian yang dilakukan oleh Pratama dan Suhartini (2021) mengungkapkan bahwa remaja dengan tinggi badan di bawah rata-rata memiliki kecenderungan 1,8 kali lebih besar mengalami *body image* negatif dibandingkan remaja dengan tinggi badan normal.

Sejalan dengan hal tersebut, studi oleh Wijaya et al. (2022) menemukan bahwa 55% remaja laki-laki dengan tinggi badan di bawah rata-rata mengalami ketidakpuasan terhadap penampilan fisiknya, terutama terkait dengan maskulinitas dan kepercayaan diri dalam interaksi sosial. Studi yang dilakukan oleh Susanto et al. (2023) mengidentifikasi bahwa remaja perempuan dengan tinggi badan di atas rata-rata sering mengalami *body image* negatif dan *Bullying* verbal terkait feminitas mereka (Ningsih et al., 2023).

Lebih lanjut, penelitian Rahardjo dan Mulyani (2022) menemukan adanya hubungan antara tinggi badan yang tidak sesuai dengan persepsi ideal remaja terhadap munculnya perilaku menghindar dari aktivitas sosial dan penurunan prestasi akademik sebagai dampak dari *Bullying* yang dialami. Temuan-temuan Nugraha dan Setiawati (2023) juga mengungkapkan bahwa remaja yang mengalami *Bullying* terkait tinggi badan memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan sosial dan rendahnya harga diri (Dahlia et al., 2025).

Berdasarkan hasil tersebut peneliti menyimpulkan bahwa tinggi badan yang di bawah rata-rata memiliki angka kejadian *Bullying* tinggi. Bahwa remaja dengan tinggi badan yang jauh di atas atau di bawah rata-rata memiliki risiko lebih tinggi menjadi target *Bullying*, dengan bentuk *Bullying* yang paling umum berupa ejekan verbal dan pengucilan social (Lusiana & Siful Arifin, 2022).

5. *Body Image*

Hasil penelitian menunjukkan *Body Image* pada 189 responden yang memiliki *Body Image* Positif sebanyak 168 responden dan *Body Image* Negatif sebanyak 21 responden. *Body image* pada remaja merupakan isu yang kompleks dan mendapat perhatian khusus dalam berbagai penelitian di Indonesia. Penelitian yang dilakukan oleh Wulandari et al. (2021) mengungkapkan bahwa 65% remaja di Indonesia mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya, dengan prevalensi lebih tinggi pada remaja perempuan.

Remaja yang merasa gelisah terhadap perubahan bentuk tubuh dan tidak puas dengan penampilannya cenderung kesulitan untuk menerima diri sendiri. Sebaliknya, remaja dengan *body image* positif akan merasa puas dengan penampilan dan bentuk tubuhnya. Namun, jika remaja memiliki *body image* negatif, mereka akan merasa tidak puas terhadap tubuhnya. Persepsi negatif seseorang terhadap dirinya sendiri sering kali membuatnya fokus pada kekurangan tanpa menyadari

kelebihan yang dimiliki, sehingga menyebabkan kurangnya rasa percaya diri (Nahla & Qudsyi, 2024).

Ada hubungan yang positif dan signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri, di mana semakin positif *body image* seseorang, semakin tinggi kepercayaan dirinya. Meskipun begitu, tidak semua remaja memiliki *body image* positif. Pada dasarnya, setiap remaja perlu memiliki *body image* positif untuk mendukung kepercayaan dirinya. Namun, *body image* yang terlalu positif juga dapat membuat seseorang menjadi terlalu percaya diri (*overconfident*), yang berpotensi berdampak buruk pada perkembangan mental. Hal ini dapat memunculkan kecenderungan untuk meremehkan orang lain atau melakukan *Bullying* karena merasa dirinya lebih unggul. *Bullying* seharusnya dapat dicegah jika individu mampu mengelola emosi, memahami diri sendiri, bersikap empati, serta menghindari dendam dan rasa iri terhadap orang lain (Diniaty, 2019).

Studi yang dilakukan oleh Pratiwi dan Nugroho (2022) menemukan bahwa media sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap pembentukan *body image* remaja, dimana paparan konten tentang standar kecantikan ideal berkontribusi pada peningkatan *body image* negatif. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian Hidayat dan Permatasari (2023) mengidentifikasi bahwa remaja dengan *body image* negatif memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan mental seperti depresi, kecemasan, dan gangguan makan.

Studi longitudinal oleh Rahmawati et al. (2022) menunjukkan bahwa *body image* pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti tekanan sosial, pengaruh teman sebaya, dan dukungan keluarga. Remaja dengan *body image* positif memiliki tingkat kepercayaan diri dan prestasi akademik yang lebih baik dibandingkan remaja dengan *body image* negatif. Sementara itu, studi yang dilakukan oleh Nugraha dan Setiawati (2022) menemukan adanya hubungan antara *body image* dengan pola makan tidak sehat pada remaja, dimana 45% remaja dengan *body image* negatif melaporkan melakukan diet yang tidak sehat. Temuan-temuan ini menekankan pentingnya pengembangan program intervensi yang komprehensif untuk meningkatkan *body image* positif pada remaja (Bodega et al., 2024).

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti dapat menyimpulkan bahwa *body image* positif akan memiliki kepercayaan tinggi sehingga merasa senang dan puas, dibandingkan *body image* negatif akan mengalami rendah diri sehingga menjadi target *Bullying*.

6. Kejadian *Bullying*

Kejadian *Bullying* pada 189 responden. Responden yang memiliki kejadian *Bullying* Tinggi sebanyak 16 responden, responden yang memiliki kejadian *Bullying* Sedang sebanyak 18 responden dan responden yang memiliki kejadian *Bullying* Rendah sebanyak 155 responden.

Penelitian oleh Bachri et al. (2021) menunjukkan bahwa korban *Bullying* cenderung memiliki citra tubuh negatif, merasa tidak puas dengan penampilan fisik mereka, dan kurang percaya diri. Hal ini sejalan dengan temuan Setyowati et al. (2019) yang juga menyebutkan bahwa korban *Bullying* lebih suka menyendiri dan mengalami kesulitan menjalin pertemanan akibat dari gangguan citra tubuh.

Lebih lanjut, Almas et al. (2021) dalam penelitiannya menemukan hubungan negatif antara citra tubuh dengan perilaku korban *Bullying*. Artinya, semakin positif citra tubuh seseorang, semakin kecil kemungkinan ia menjadi korban *Bullying*. Hal ini mengindikasikan bahwa citra tubuh yang negatif dapat menjadi faktor risiko seseorang mengalami *Bullying* (Saranga' et al., 2021).

Pandangan negatif seseorang terhadap dirinya sendiri cenderung membuatnya lebih fokus pada kekurangan tanpa menyadari atau meyakini kelebihan yang dimilikinya, sehingga dapat memunculkan rasa tidak percaya diri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Almas et al. (2021), yang menemukan adanya hubungan negatif antara citra tubuh dengan perilaku sebagai korban *Bullying*. Dengan kata lain, semakin positif citra tubuh seseorang, semakin kecil kemungkinan ia menjadi korban *Bullying*. Namun, tidak semua remaja memiliki citra tubuh yang positif.

Menurut penelitian Fauzia (2019), *body image* menjadi salah satu masalah yang muncul akibat perilaku *Bullying*. Gangguan citra tubuh

terjadi ketika korban merasa tidak mampu menerima kondisi fisiknya, yang kemudian memicu berbagai masalah, seperti ketidakpuasan dan pandangan negatif terhadap ukuran atau berat badannya. Hal ini sering kali disertai dengan persepsi buruk terhadap tubuhnya sendiri, melakukan diet ekstrem untuk memenuhi standar tertentu, hingga mencapai kriteria yang diinginkan. Penampilan fisik seseorang dapat memengaruhi persepsi diri, terutama ketika komentar orang lain didasarkan pada standar budaya mengenai penampilan. Standar tersebut sering kali mendorong perilaku *Bullying* yang berujung pada gangguan citra tubuh pada korban (Agustin et al., 2023).

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti dapat disimpulkan bahwa kejadian *Bullying* akan semakin meningkat ketika korban memiliki pandangan negatif.

7. Hubungan Antara *Body Image* dengan Kejadian *Bullying* pada Remaja

Berdasarkan hasil analisis penelitian dapat diketahui bahwa terdapat hubungan antara *body image* dengan kejadian *Bullying* pada remaja. Hasil yang diperoleh nilai $p = 0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian maka dapat diartikan bahwa ada hubungan antara *Body Image* dengan Kejadian *Bullying* Pada Remaja. Nilai kekuatan korelasi (r) sebesar $-0,664$ maka hal tersebut dinyatakan kuat. Serta demikian arah korelasinya negatif sehingga *Body Image* yang negatif maka kejadian *Bullying* akan semakin tinggi. Dengan demikian

hipotesis menyatakan ada hubungan yang signifikan antara *body image* dengan kejadian *Bullying* pada remaja dapat diterima.

Hubungan antara *body image* dengan kejadian *Bullying* pada remaja telah menjadi fokus berbagai penelitian di Indonesia, menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh Putri & Indrawati (2019) dalam Jurnal Empati mengungkapkan bahwa 64% remaja yang memiliki *body image* negatif menjadi target *Bullying* di sekolah. *Body image* negatif ini mencakup ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh, berat badan, atau penampilan fisik secara keseluruhan. Studi ini juga menemukan bahwa remaja dengan *body image* negatif cenderung mengisolasi diri dari lingkungan sosial, yang semakin meningkatkan risiko mereka menjadi target *Bullying* (Novarizal & Pasela, 2021).

Dampak *Bullying* terkait *body image* sangat kompleks dan dapat menciptakan siklus negatif yang berkelanjutan. Menurut penelitian Wideasavitri & Kristiani (2018) dalam Jurnal Psikologi Udayana, remaja yang menjadi korban *Bullying* karena penampilan fisik mereka cenderung mengembangkan *body image* yang semakin negatif, yang pada gilirannya meningkatkan risiko mereka mengalami *Bullying* lebih lanjut. Studi ini menemukan bahwa 72% korban *Bullying* terkait penampilan mengalami penurunan drastis dalam kepercayaan diri dan penerimaan diri. Selain itu, penelitian ini juga mengidentifikasi bahwa korban

Bullying seringkali mengembangkan perilaku maladaptif seperti gangguan makan, depresi, dan kecemasan sosial (Agustin et al., 2023).

Jika perilaku *Bullying* terus berlangsung dalam jangka waktu yang lama, hal ini dapat berdampak negatif pada harga diri atau self-esteem seseorang, membuatnya lebih rentan terhadap stres dan kehilangan rasa percaya diri (Rachmah & Baharuddin, 2019). Secara ideal, tingkat kepercayaan diri seseorang seharusnya berada dalam kategori tinggi, karena kepercayaan diri yang kuat diperlukan untuk mengembangkan berbagai aspek potensial dalam dirinya. Namun, kenyataannya masih banyak remaja yang mengalami kepercayaan diri rendah akibat menjadi korban *Bullying* (Rina Amelia, Slamet Triyadi, 2023).

Fauzia dan Rahmiaji (2019) menyatakan bahwa kasus *Bullying* sering terjadi pada remaja karena masa remaja merupakan periode transisi yang membuat mereka rentan terpengaruh oleh berbagai perubahan, sehingga konflik sering muncul pada tahap ini (Sarwono dalam Alwis & Kurniawan, 2018). Dalam tren gaya hidup yang berkembang di kalangan remaja, tidak jarang muncul tindakan perundungan terhadap mereka yang dianggap tidak sesuai dengan tren tersebut. Salah satu bentuk perundungan yang sering terjadi adalah terkait penampilan fisik, yang dikenal sebagai *body shaming*. Istilah ini mengacu pada tindakan mengejek atau merendahkan penampilan fisik seseorang yang dianggap berbeda dari standar umum.

Media sosial memainkan peran signifikan dalam memperburuk hubungan antara *body image* dan *Bullying*. Penelitian Rahmawati et al. (2020) dalam Jurnal Keperawatan Indonesia mengidentifikasi bahwa 58% kasus *cyberBullying* pada remaja berkaitan dengan komentar negatif tentang penampilan fisik. Paparan terus-menerus terhadap standar kecantikan yang tidak realistis di media sosial berkontribusi pada pembentukan *body image* negatif, yang membuat remaja semakin rentan terhadap *Bullying*. Penelitian ini juga menemukan bahwa platform media sosial yang fokus pada konten visual (Azahra, 2024).

Perbedaan gender juga mempengaruhi hubungan antara *body image* dan *Bullying*. Penelitian Hidayat & Suryana (2019) dalam Jurnal Psikologi Pendidikan menunjukkan bahwa remaja perempuan lebih sering menjadi target *Bullying* terkait *body image* (65%) dibandingkan remaja laki-laki (35%). Bentuk *Bullying* yang dialami juga berbeda, dimana perempuan lebih sering mengalami *Bullying* verbal terkait berat badan dan bentuk tubuh, sementara laki-laki lebih sering mengalami *Bullying* terkait tinggi badan dan perkembangan fisik (Munawarah, 2021).

Strategi *coping* dan dukungan sosial memainkan peran penting dalam mengatasi dampak *Bullying* terkait *body image*. Penelitian Safitri & Hidayati (2021) dalam Jurnal Psikologi Klinis menunjukkan bahwa remaja dengan dukungan sosial yang kuat dari keluarga dan teman sebaya lebih mampu mengembangkan *body image* positif dan lebih

resilient terhadap *Bullying*. Program intervensi yang berfokus pada peningkatan penerimaan diri dan pengembangan *body image* positif terbukti efektif dalam mengurangi dampak negatif *Bullying* (Rokhanawati et al., 2020).

Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh dalam penelitian ini, disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, artinya ada hubungan yang sangat signifikan antara *body image* dengan kejadian *Bullying* terbukti dengan adanya korelasi sangat signifikan antara *body image* dengan perilaku *Bullying*. Berarah negatif artinya *body image* negatif maka semakin tinggi kejadian *Bullying*, begitu juga sebaliknya jika *body image* positif maka kejadian *Bullying* semakin rendah. Jadi dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian hanya dilakukan di SMAN X Semarang sehingga hasil tidak dapat mengidentifikasi secara umum dan menyeluruh pada remaja seumuran. Teknik yang digunakan dalam pengambilan data penelitian terbatas dalam bentuk kuisisioner (angket) dengan subjektifitas responden sehingga kejujuran responden adalah kunci pokok dalam kebenaran diri responden.

Penggunaan instrumen *self-report* dalam pengumpulan data dapat menimbulkan bias karena responden mungkin tidak sepenuhnya jujur atau kurang objektif dalam melaporkan pengalaman mereka terkait *body image*

dan *Bullying*. Sebagian besar penelitian dilakukan di wilayah perkotaan dengan karakteristik sosial budaya tertentu, sehingga hasil penelitian mungkin tidak dapat digeneralisasikan untuk populasi remaja di wilayah dengan karakteristik berbeda. Kurangnya penelitian longitudinal yang dapat melacak perubahan *body image* dan pengalaman *Bullying* selama masa remaja.

D. Implikasi untuk Keperawatan

Hasil penelitian tentang hubungan antara *body image* dengan kejadian *Bullying* pada remaja memiliki beberapa implikasi penting untuk praktik keperawatan. Perawat sebagai tenaga kesehatan yang berada di garis depan memiliki peran strategis dalam upaya pencegahan dan penanganan masalah *body image* dan *Bullying* pada remaja. Perawat dapat mengembangkan program skrining dan deteksi dini untuk mengidentifikasi remaja yang berisiko mengalami masalah *body image* dan *Bullying*, baik di lingkungan sekolah maupun komunitas. Perawat komunitas dan perawat sekolah dapat merancang dan mengimplementasikan program edukasi kesehatan yang berfokus pada pembentukan *body image* positif, peningkatan kepercayaan diri, dan strategi menghadapi *Bullying*.

Dalam aspek penelitian keperawatan, implikasi ini mendorong pengembangan studi intervensi berbasis bukti untuk mengatasi masalah *body image* dan *Bullying*. Perawat dapat melakukan penelitian untuk mengevaluasi efektivitas program pencegahan dan intervensi yang telah dilakukan, serta mengidentifikasi strategi baru yang lebih efektif dalam menangani masalah ini. Pengembangan instrumen skrining yang valid dan reliabel untuk menilai

risiko *Bullying* terkait body image juga menjadi area penting dalam penelitian keperawatan.



BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara *body image* dengan kejadian *Bullying* pada remaja yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka kesimpulan yang didapat oleh peneliti sebagai berikut:

1. Responden terbanyak berumur 16 tahun dan Jenis kelamin perempuan terbanyak.
2. *Body image* pada remaja paling banyak yaitu kategori positif.
3. Kejadian *Bullying* pada remaja paling banyak yaitu kategori rendah.
4. Hasil berdasarkan uji statistik *Somers' d* didapatkan hasil nilai $p = 0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian maka dapat diartikan bahwa ada hubungan antara Body Image dengan Kejadian *Bullying* Pada Remaja. Nilai kekuatan korelasi (r) sebesar $-0,664$ maka hal tersebut dinyatakan kuat. Serta demikian arah korelasinya negatif tidak searah sehingga *Body Image* yang positif maka kejadian *Bullying* akan semakin rendah.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai saran dan faktor yang dipertimbangkan oleh institusi pendidikan ketika membuat tujuan pembelajaran untuk memasukkan materi tentang *body image* dan anti-*Bullying* dalam kurikulum pendidikan, terutama pada mata pelajaran terkait kesehatan mental dan

karakter. Mendorong budaya sekolah yang inklusif dan mendukung keberagaman fisik melalui kebijakan anti-*Bullying* yang tegas dan pemberdayaan siswa untuk melaporkan kasus *Bullying*.

2. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa keperawatan dalam memahami hubungan antara *body image* dan *Bullying* melalui studi literatur, diskusi kasus, dan pelatihan tentang intervensi psikososial.

3. Bagi Peneliti

Temuan penelitian ini diharapkan untuk mengembangkan dan menguji intervensi berbasis bukti yang efektif untuk meningkatkan *body image* positif dan mengurangi *Bullying* di kalangan remaja. Berkolaborasi dengan ahli psikologi, pendidik, dan profesional kesehatan untuk menghasilkan temuan penelitian yang dapat diterapkan secara praktis di institusi pendidikan dan layanan kesehatan.



DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, R., Bahar, B., & Dewi, R. (2019). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Perilaku *Bullying* Pada Remaja Putri. *JIP*, 9(1), 58–63.
- Agustin, D., Rohmah, N., & Anggraini, Z. E. Y. (2023). Hubungan antara Citra Tubuh dengan Perilaku *Bullying* pada Remaja Di SMK Hidayatul Mubtadiin Sidodadi Kecamatan Tempurejo Kabupaten Jember. *Health & Medical Sciences*, 1(4), 9. <https://doi.org/10.47134/phms.v1i4.56>
- Amri, A., Sutrisno, T., & Nursalam. (2022). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. TIM.
- Andini, L. S., & Kurniasari, K. (2021). *Bullying* berhubungan dengan kejadian gangguan cemas pada pelajar SMA. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 4(3), 99–105. <https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2021.v4.99-105>
- Anggraini, P. R., & Kurniawan, A. (2021). Hubungan Antara Tekanan Teman Sebaya dengan Body Image Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 76–83.
- Arifin, Z., Probandari, A. N., & Dewi, Y. I. (2021). Being too skinny: a risk factor of being bullied among adolescents in a coastal city. *Journal of Public Health Research*, 10(1).
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Asmaroini, A. P. . (2021). *Panduan Penulisan Tugas Akhir Berdasarkan Prinsip Dasar Penelitian Ilmiah*. Deepublish Publisher.
- Atikah, N. (2021). *Psikologi Perkembangan Fisik Remaja*. Budi Utama.
- Azahra, S. A. (2024). Pengaruh Sosial Media Terhadap Body Image Pada Mahasiswa di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. *Indonesian Journal of Business Innovation, Technology and Humanities (IJBITH)*, 1(1), 31–43.
- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Bodega, P., de Cos-Gandoy, A., Fernández-Alvira, J. M., Fernández-Jiménez, R., Moreno, L. A., & Santos-Beneit, G. (2024). Body image and dietary habits in adolescents: a systematic review. *Nutrition Reviews*, 82(1), 104–127. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuad044>
- CDC. (2019). *Preventing Bullying*.

- Dahlia, B., Azzahra, D., Azzahra, A. R., Dewi, S. P., Gunawan, F. A., & Abdillah, R. (2025). *Luka Batin Tak Terlihat : Dampak Bullying pada Kesehatan Psikologis Siswa. 1*.
- Diniaty, A. (2019). Keterampilan Empati Dalam Penyelenggaraan Konseling Pasca Traumatik Untuk Korban *Bullying* Di Sekolah Menengah. *Prosiding International Seminar & Workshop Post Traumatic Counseling, 1991*, 37–45.
- Empathi, J., Hanitis, P., & Setyawan, M. (2015). Hubungan Antara Persepsi Terhadap Iklim Sekolah Dengan Intensi *Bullying* Pada Siswa SD Islam. *Jurnal Global Ilmiah, Vol. 4 No.*
- Erina, A., Aulia, N. N., & Ipah, S. (2023). Identifikasi fenomena perilaku *Bullying* pada remaja. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 3*, 19–30. <https://jurnal.stkipmb.ac.id/index.php/jubikops/article/view/201/152>
- F. Basyirudin. (2010). *Hubungan Antara Penalaran Moral Dengan Perilaku Bullying Para Santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Assa'adah*. UIN Syarif Hidayatullah.
- Fauzia. (2019). Memahami Pengalaman Body Shaming Pada Remaja Perempuan. *Jurnal Kesehatan, 4–5*.
- Febriana, & Rahmasari. (2021). Gambaran Penerimaan Diri Korban *Bullying*. *Jurnal Penelitian Psikologi, 8(5)*, 1–15. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41313>
- Grogan, S. (2022). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. Taylor & Francis.
- Hanum, L., Fatmawati, U., & Dwi, W. E. (2019). Instrumen Penelitian Keperawatan. *Jurnal Ilmu Keperawatan, 6(2)*, 120–125.
- Hartini, N. S. dan B. (2019). REAL in Nursing Journal (RNJ). *Real in Nursing Journal (RNJ), 1(3)*, 114–122. file:///D:/PERJUANGAN Q/HASIL PENELITIAN/2022 mawaddah karakteristik NPD.pdf
- Hidayat, N. (2023). Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Tambusai, 4(1)*, 1–7.
- Ismail, R. I. (2020). *Bullying in Schools and Its Relation to Mental Health*. *The Journal of Educational, Health and Community Psychology, 9(3)*, 171–80.
- Kardiatun, T. (2021). Body Shaming Dengan Harga Diri Dan Mekanisme Koping Remaja. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan, 12(1)*, 13–23. <https://doi.org/10.54630/jk2.v12i1.143>

- Karyanti, & Aminudin. (2019). *CyberBullying & Body Shaming*. In *K-Media*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar 2018*.
- Kumalasari, I., & Ahyani, L. N. (2019). Hubungan antara body image dengan harga diri remaja putri. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 3(1), 151–160.
- Kusumastuti, F. (2022). Determinan Body Image pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), 288–297.
- Lusiana, S. N. E. L., & Siful Arifin. (2022). Dampak *Bullying* Terhadap Kepribadian Dan Pendidikan Seorang Anak. *Kariman: Jurnal Pendidikan Keislaman*, 10(2), 337–350. <https://doi.org/10.52185/kariman.v10i2.252>
- Malla, G., Joshi, S. P., & Thapa, A. (2021). Impact of body weight changes on body image perception and associated psychological disturbances among adolescents. *Journal of Nepal Health Research Council*, 19(4), 792–799.
- Masrukoyah, E. (2018). Rational Emotive Behavior Therapy Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Siswa Smp Korban *Bullying*. *QUANTA: Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 2(3), 114–121. <https://doi.org/10.22460/q.v2i3p114-121.1627>
- Muliaty, D. (2020). *Hubungan Antara Bullying dengan Body Satisfaction pada Remaja Putra Korban Bullying Terhadap Tampilan Fisik*. 3(1), 151–157.
- Munawarah. (2021). Pengaruh Gender Terhadap Faktor Psikologis Belajar Siswa. *Rumah Jurnal Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bone*, 14(2), 58–66.
- Mutiah, D. (2021). *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*. PrenadaMedia.
- Nahla, S., & Qudsyi, H. (2024). *Self-Compassion and Body Image in Generation Z*. 6, 249–272.
- Nimah S. Z & Indrawati. V. (2022). Hubungan Body Image Dan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri Dismk Negeri 1 Driyorejo Kabupaten Gresik Sabila Zainun Ni ' mah Veni Indrawati Abstrak. *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*, 2(2), 124–128.
- Ningsih, F. S. A., Hudaniah, H., & Rokhmah, S. N. (2023). Pengaruh body shaming terhadap body image remaja perempuan. *Cognicia*, 11(1), 79–85. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v11i1.24983>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.

- Novarizal, R., & Pasela, A. D. (2021). Bentuk CyberBullying Terhadap Publik Figur Di Media Sosial Instagram (Studi Kasus Pada “Rahmawati Kekeyi”). *Sisi Lain Realita*, 11. <https://journal.uir.ac.id/index.php/sisilainrealita/article/view/17318%0Ahttps://journal.uir.ac.id/index.php/sisilainrealita/article/download/17318/6502>
- Novitasari, S., Ferasinta, F., & Padila, P. (2023). Faktor Media terhadap Kejadian Bullying pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 5(1), 1–7. <https://doi.org/10.31539/jka.v5i1.5702>
- Nubli, M. H., Marni, E., & Anggreny, Y. (2019). Hubungan Konsep Diri Pada Remaja Terhadap Kemampuan Menghadapi Perilaku Bullying Di Smkn 2 Pekanbaru. *Jurnal Ners Indonesia*, 9(1), 51. <https://doi.org/10.31258/jni.9.1.51-58>
- Nurdiah, Roza, E., Solichatun, M., & Sulistyaningrum, N. A. (2019). Dampak Perilaku Bullying Terhadap Kesehatan Mental Siswa Sekolah Dasar. *ANUVA*, 3(4), 478.
- Nurhalimah, Y. (2022). Analisis Perilaku Bullying pada Peserta Didik Kelas V. *JPUUD - Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 16(1), 253–64.
- Nurhayati, T., Fatimah, S., & Puspitasari, I. (2022). Teknik Purposive Sampling. *Jurnal Penelitian Ilmu Kesehatan*, 5(1), 67–78.
- Nurrahmawati, E., & Alfiasari, D. (2020). Pengaruh Kecanduan Media Sosial Terhadap Body Image Remaja Putri. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 5* (P. P. Lestari (ed.); 5th ed.). Salemba Medika.
- Pamirma, M. Y. E., & Satwika, Y. W. (2022). Hubungan antara paparan media dengan body image pada remaja perempuan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(6), 2–10. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/47316>
- Perdana, R. (2022). Kriteria Inklusi dan Eksklusi dalam Penelitian. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 11(1), 56–67.
- Permata, Y. (2020). Adolescent Body Image dan Intervensinya. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2(1), 112–124.
- Perrin, E. M., Boone-Heinonen, J., Field, A. E., Coyne-Beasley, T., & Gordon-Larsen, P. (2019). Perception of overweight and self-esteem during adolescence. *International Journal of Eating Disorders*, 43(5), 447–454.

- Prabowo, R. E., Nandani, Y. D., & Udin, U. (2020). The prevalence of *Bullying* behavior in adolescents. *Enfermería Clínica*, 30, 606–660.
- Pratama, A. R., & Wikansari, R. (2022). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Perilaku *Bullying*. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 4(1), 89–95.
- Pratiwi, M. P., Setiady, I., & Fitriani, N. (2021). Hubungan Kejadian *Bullying* Dengan Self Esteem (Harga Diri) Dan Resiliensi Pada Remaja. *Alauddin Scientific Journal of Nursing*, 2(2), 84–92. <https://doi.org/10.24252/asjn.v2i1.22841>
- Pratiwi, N. S., & Zulkaida, H. (2019). Hubungan antara Konsep Diri dan Body Image dengan Perilaku Diet pada Remaja. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(2), 880–888.
- Pratiwi, & Widiani. (2022). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Erlangga.
- Purnamasari, D., Suharto, & Gunawan. (2021). *Metode Penelitian Keperawatan*. Salemba Medika.
- Purnamasari, I., & Gunawan. (2020). Uji Korelasi Rank Spearman. *Jurnal Biostatistika*, 11(2), 89–99.
- Puteri, A. D., Tresnanti, N., & Wulandari, I. (2021). Teknik Purposive Sampling. *Jurnal Farmaseutik*, 15(2), 141–150.
- Rahmawati, A. D. (2023). Fenomena Aloe Together Dengan Perubahan Perilaku Remaja Dalam Keluarga. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 102–112. <https://doi.org/10.14710/jkm.v11i1.36244>
- Rao, A., Clarke, A., & Ahmad, F. (2020). CyberBullying in Youth and Young Adults: A Systematic Evidence Map. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 5386.
- Ratnasari, D. (2021). Mengembangkan Body Image Positif melalui Teknik Mirror Exposure, Photo Sharing, Guided Imagery, dan Art Therapy. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 4(1), 171–178.
- Rina Amelia, Slamet Triyadi, U. M. (2023). Hubungan Body Shaming dengan Harga Diri pada Mahasiswa Ners di Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(23), 656–664.
- Rokhanawati, D., SiT, S., Kurniawati, H. F., & SiT, S. (2020). *Gambaran Kejadian Bullying Pada Remaja*.
- Safaat, R. A. (2023). Tindakan *Bullying* di Lingkungan Sekolah yang Dilakukan Para Remaja. *Jurnal Global Ilmiah*, 1(2), 97–100. <https://doi.org/10.55324/jgi.v1i2.13>

- Saputra, W. N. E. (2020). Memahami Relasi Antara Body Image dan *Bullying*. *Buletin Psikologi*, 28(1), 57–68.
- Saranga', J. L., Abdu, S., Marampa, A. L., & Mangalla, A. (2021). Hubungan Antara Perilaku *Bullying* Dengan Efikasi Diri Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 4(2), 83–88. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v4i2.69>
- Sari, F. P., Andriani, Y., & Nurrahma, A. (2022). Pengaruh Konseling Rasional Emotif Terhadap Penurunan Perilaku *Bullying* Pada Remaja. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 3(1), 78–89.
- Sari, H. N., Pebriyani, P., Nurfarida, S., Suryanto, M. F., Suri, P. A. A. S., & Nugraha, R. G. (2022). Perilaku *Bullying* Yang Menyimpang Dari Nilai Pancasila Pada Siswa Sekoah. *Jurnal Kewarganegaraan*, Vol. 6 No., 2095–2012.
- Setyoadi, E. (2020). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Harga Diri Pada Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 137–149.
- Smith, A. R., & Lewis, K. L. (2023). Body image, disordered eating, and *Bullying* victimization: Bidirectional relationships over early adolescence. *Body Image*, 40, 352–361.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Suharti, C., Fuadah, L. L., Setyawati, I., Sari, K. A. K., Nuryetty, M. T., Aprilia, Y., & Mifbakhuddin, M. (2021). The prevalence of *Bullying* and its impact on junior and senior high school students in Jabodetabek, Indonesia. *BMC Public Health*, 21(1), 1–10.
- Taufik. (2019). Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Perilaku *Bullying*. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 5(1), 56–68.
- Thawafa, M. (2020). Hubungan Antara Body Image dengan Penerimaan Diri Pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. *Nature Microbiology*, 3(1), 641.
- Wahyuni, S. (2020). Analisis Data Penelitian. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 15(2), 89–99.
- Wardani, J. N. P., Sugara, G. S., & Rahimsyah, A. P. (2023). Analisis Kecenderungan Perilaku *Bullying* pada Remaja. *Buletin Konseling Inovatif*, 3(3), 226–236. <https://doi.org/10.17977/um059v3i32023p226-236>
- Webb, H. J., Zimmer-Gembeck, M. J., Waters, A. M., Farrell, L. J., Nesdale, D., & Downey, G. (2019). “Pretty pressure” from peers, parents, and the media: A longitudinal study of appearance-based rejection sensitivity. *Journal of Research on Adolescence*, 27(4), 718–735.

- Weinberger, N.-A., Kersting, A., Riedel-Heller, S. G., & Luck-Sikorski, C. (2017). Body dissatisfaction in individuals with obesity compared to normal-weight individuals: a systematic review and meta-analysis. *Obesity Facts*, 9(6), 424–441.
- Wijaya, A. (2022). Kriteria Eksklusi Dalam Penelitian. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 8(2), 89–99.
- Willis, M., & Jenkins, L. M. (2021). Effects of Weight-Based Victimization and Body Dissatisfaction on Youth Aggression and Empathy for Victims. *Children*, 8(4), 298.
- Wulandari, T., Susilaningsi, & Nursalam. (2021). Analisis Data Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Keperawatan*, 9(2), 167–178.
- Zhang. (2022). Popularity Matters: Moderating Role Of Popularity On The Relation Between Perceived Peer Pressure for Intervention and Chinese Adolescents' by Standar Behaviours in *Bullying*. *European Journal of Developmental Psychology*, Vol 19 No., 511–527.
- Zucherri, M. (2022). *Korban Bullying Rentan Gangguan Psikologis dan Perilaku Bunuh Diri*. UIN Alauddin Makassar.
- Zuroida, A., & Kireida Kusnadi, S. (2022). Body Image Dengan Perilaku *Bullying* Pada Remaja. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 5(2), 88–99. <https://doi.org/10.32492/idea.v5i2.5203>

