Hubungan Perilaku Body Shaming Terhadap Kesehatan Mental Remaja di SMAN 1 Limboto

Tariza Amalia Gafar[1], Firmawati[2], Nur Uyuun I. Biahimo[3]
Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Muhammadiyah Gorontalo [1,2]

INFORMASI

Korespondensi
tarizaamaliagafar18@gmail.com
firmawati@umgo.ac.id
nuruyuun@umgo.ac.id

Keywords: *Abuse, Body Shaming, Mental Health, Adolescents, Verbal*

ABSTRACT

Objective: *Body shaming is a form of verbal violence that often occurs in adolescents, especially in the school environment. This study aims to analyze the relationship between body shaming behavior and mental health of adolescents at SMAN 1 Limboto.*

Methods: *This study uses a quantitative method with a descriptive correlation approach to identify and analyze the relationship between these variables. The population of this study was all students of SMA Negeri 1 Limboto totaling 1063 consisting of grades 1 to 3. The sample in this study was 92 students consisting of grade One totaling 30 students, grade Two 31 students and grade Three 31 students. The sampling technique was total sampling. The statistical tests used were the Normality test, homogeneity test and correlation test. The data in this analysis were obtained from the results of the test that would be conducted by the researcher, then the frequency of correct answers for each respondent was calculated. The basis for making decisions to accept the research hypothesis was based on a significance level of 95% and an error rate of α = 5% or 0.05*

Results: *The results of the study showed that the majority of adolescents at SMAN 1 Limboto experienced body shaming in various forms, both verbal and non-verbal, which had a significant impact on their mental health. Correlation analysis showed a very significant relationship between body shaming and mental health, with a correlation coefficient of 0.821, indicating that the higher the intensity of body shaming experienced, the worse the mental health condition of the adolescent*

Conclusion: *there is a very significant and strong relationship between the two, with a correlation coefficient of 0.821 and a significance value of 0.000.*

PENDAHULUAN

Usia remaja yaitu proses perubahan dari usia anak-anak menuju usia dewasa. Proses perubahan tersebut mencangkup perubahan fisik, psikis, seksual, dan sosial ekonomi dalam kategori usia tertentu. Terdapat tiga kategori usia remaja, meliputi usia remaja awal dengan usia 11-14 tahun, usia remaja tengah dengan usia 15-17 tahun, usia remaja akhir rentang usia 18-20 tahun. Salah satu proses perubahan yang dapat kita lihat secara jelas pada masa remaja adalah perubahan bentuk fisik dan penampilan yang berkaitan dengan citra tubuh (Fazriyani & Rahayu, 2019)..

Standar bentuk fisik ideal dalam persepsi masyarakat sekarang bagi perempuan adalah mereka yang memiliki badan langsing dan berkulit putih. Sedangkan standar bentuk fisik ideal yang berkembang dimasyarakat bagi laki-laki yaitu mereka yang mempunyai bentuk fisik altelis, sehingga jika ada seseorang yang memiliki bentuk fisik dan penampilan yang tidak sesuai standar menurut mereka maka dengan mudah akan langsung mendapat komentar negatif (Sakinah, 2018)

Komentar negatif terhadap bentuk fisik dan penampilan kini dikenal dengan istilah *body shaming*. Dalam pergaulan remaja akan banyak ditemukan masalah body shaming karena hal ini kerap dianggap wajar dan dijadikan bahan candaan oleh mereka (pelaku). *Body shaming* merupakan salah satu bentuk kekerasan verbal yang dilontarkan langsung maupun tidak langsung (melalui tulisan) yang dilakukan oleh orang lain guna menilai atau memberi komentar negatif terhadap bentuk fisik dan penampilan orang lain. Tindakan ini akan berpengaruh terhadap kesehatan mental para korban dari *body shaming*, apalagi pada masa remaja yang masih memiliki kecenderungan labil (Fazriyani & Rahayu, 2019)

Menurut hasil survey lapangan yang dilakukan menemukan sebesar 96% pelajar SMA negeri ataupun swasta pernah menjadi pelaku dan korban *body shaming*. Menurut kesimpulannya dijelaskan mengenai dampak buruk yang berkaitan dengan *body shaming* adalah kehilangan kepercayaan diri dan korban dapat menjadi sangat depresi sehingga berpengaruh pada kesehatan mental. Kesehatan mental sendiri di definisikan sebagai keadaan saat seseorang mampu berkembang secara mental, spiritual, fisik dan sosial (Fazriyani & Rahayu, 2019)

Seseorang yang mempunyai mental sehat akan dapat menggunakan potensi dan kemampuan yang ada pada dirinya dengan maksimum dalam menyelesaikan masalah hidup, dan mempunyai ikatan posisitif bersama orang lain. Hal ini akan berbanding terbalik dengan seseorang yang mempunyai masalah mental, karena seseorang tersebut akan mengalami gangguan suasana hati, gangguan berfikir, dan pengendalian perasaan yang nantinya akan mengarah pada perbuatan yang buruk (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Kesehatan mental menjadi masalah yang sangat penting dan harus diperhatikan karena kondisi kestabilan kesehatan mental mempengaruhi kesehatan fisik.

Penelitian yang dilakukan sebelumnya didapatkan hasil bahwa efek yang akan timbul dari *body shaming* adalah munculnya rasa tidak percaya diri dan merasa tidak aman. Penerima body shaming akan merasa bentuk fisik dan penampilan mereka berbeda, perasaan tidak aman pun akan muncul ketika seseorang merasa tidak percaya diri. Bentuk pemikiran rasa tidak aman dari salah satu repondennya adalah dia menganggap akan susah mencari pasangan dan pekerjaan karena bentuk fisik yang dimilikinya (Sakinah, 2018). Penelitian lain yang dilakukan pada mahasiswa STIKes Payung Negeri Pekanbaru didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden yang mengalami body shaming memiliki citra diri yang negatif (Hidayat et al., 2019).

Pada tahun 2015 di Indonesia ada sebanyak 206 jumlah kasus body shaming dan semakin meningkat menjadi sebanyak 966 kasus pada tahun 2018. Pada tahun 2018 polisi bisa menyelesaikan 374 kasus body shaming dari 966 kasus yang ada, sisanya hingga saat ini kasus tersebut belum dapat terselesaikan. KPAI mencatat berdasarkan hasil survey yang dilakukan pada tahun 2019 sebanyak 68% kasus body shaming dilakukan oleh siswa SMK di Indonesia (Rahmasari & Pratama, 2020).

Berdasarkan hasil survey ZAP Clinic pada tahun 2020 didapatkan bahwa sekitar 62,2% responden mengatakan pernah menjadi korban body shaming. Responden yang berusia 13-22 tahun menjadi korban body shaming terbanyak dengan persentase yaitu 67,8%. Hasil survey yang dilakukan Putri, dkk (2018) ditemukan sebanyak 96% siswa SMA pernah menjadi korban ataupun pelaku body shaming. Sedangkan hasil survey Body Peace Resolution yang dilakukan oleh Yahoo! Health tahun 2016 menunjukkan bahwa sekitar 94% remaja perempuan mendapat perlakuan body shaming, sedangkan remaja laki-laki hanya sekitar 64% (Anggraeni et al., 2018).

Bentuk body shaming yang paling sering didapatkan oleh korban diantaranya yaitu fat shaming, skinny/thin shaming, rambut tubuh dan, warna kulit (Wijaya dkk, 2021). Walaupun orang yang melakukan body shaming mengatakan hanya sebagai candaan saja atau kadang berniat baik agar orang tersebut menjadi lebih baik, tetapi tetap saja body shaming merupakan bentuk perundungan dan bisa mengganggu kejiwaan seseorang, seperti individu yang menyalahkan diri sendiri, benci terhadap tubuhnya, menarik diri dari lingkungan sosial, stress, depresi bahkan menyebabkan kematian (Mutmainnah, 2020).

Berdasarkan survey awal yang penulis lakukan secara acak kepada sepuluh orang pelajar di SMAN 1 Limboto tentang *body shaming* yang penulis angkat pada penelitian ini, ditemukan bahwa semua pelajar tersebut pernah menjadi korban dan juga pelaku *body shaming*. Ini menunjukkan bahwa siapapun tanpa disadari ataupun disadari pernah melakukan dan juga mendapat tindakan *body shaming*. Lima dari sepuluh orang pelajar pernah mendapatkan perlakuan *fat/skinny shaming*, tiga orang pelajar diantaranya sering di ejek jelek oleh teman-temannya dan dua orang pelajar lainnya mengaku mendapatkan *body shaming* karena jerawat mereka. Ketika ditanyakan lebih lanjut, beberapa mengatakan jika ia menjadi malu dengan kondisi tubuhnya. Selain itu, ditemukan juga bahwa tujuh dari sepuluh pelajar tidak mengalami trauma dan juga tidak melakukan perlawanan setelah mendapatkan perlakuan body shaming. Namun, tiga diantara sepuluh pelajar tersebut melakukan perlawanan dengan memarahi atau menegur dan membalas melakukan *body shaming* juga. Sembilan dari sepuluh pelajar mengatakan jika *body shaming* merupakan hal yang lumrah. Mereka menganggap tindakan body shaming bukanlah tindakan yang serius, melainkan hanya candaan belaka. Padahal *body shaming* ini sudah termasuk kedalam jenis tindakan bullying secara verbal.

Data awal yang diperoleh dari SMAN 1 Limboto Kabupaten Gorontalo berdasarkan hasil skrining tahun 2019 yang dilakukan terhadap 1247 siswa dengan menggunakan instrumen SDQ (*Strength and Difficult Quisionare*) dengan siswa yang berhasil di skrining sebanyak 993 siswa. Dari 993 siswa yang di skrinning, siswa SMA Negeri 1 Limboto merupakan siswa terbanyak yang berhasil diskrining yakni sebanyak 264 siswa dengan hasil skrining diperoleh sebesar 6% siswa menggambarkan hasil *borderline* dan abnormal pada skor kekuatan dan 40,9% border line dan abnormal pada skor kesulitan. Pada saat pelaksanaan skrining tersebut

didapatkan ada 2 siswa dengan riwayat self harm bahkan percobaan bunuh yang merupakan siswa di SMA Negeri 1 Limboto.
Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait Hubungan Perilaku *Body Shaming* Terhadap Kesehatan Mental Remaja di SMAN 1 Limboto.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasi untuk mengidentifikasi dan menganalisis hubungan antara variabel-variabel tersebut, Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 1 Limboto yang berjumlah 1063 terdiri dari kelas 1 sampai kelas 3. Sampel pada penelitian ini adalah 92 siswa yang terdiri dari kelas Satu berjumlah 30 siswa, kelas Dua 31 Siswa dan Kelas Tiga 31 siswa. Teknik pengambilan sampel *total sampling*. Adapun kriteria responden di ambil melalui kriteria inklusi : 1) Remaja Berusia 16-18 Tahun, 2) Siswa SMA 1 Limboto, 3)Bersedia Menjadi Responden. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. uji statistik yang digunakan yaitu uji Normalitas, uji homogenitas dan uji korelasi. Data pada analisis ini diperoleh dari hasil tes yang akan dilakukan oleh peneliti, kemudian dihitung frekuensi jawaban yang benar setiap responden. Dasar pengambilan keputusan penerimaan hipotesis penelitian berdasarkan tingkat signifikasi 95% dan tingkat kesalahan α=5% atau 0,05

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Skor Body Shaming dan Kesehatan Mental

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Body Shaming	92	232.00	288.00	257.6630	13.61098
Kesehatan mental	92	118.00	170.00	144.97830	11.21614
Valid N (listwise)	92				

Sumber: Data Primer 2024

Tabel di atas menunjukkan skor Body Shaming berkisar antara 232,00 hingga 288,00 dengan rata-rata 257,6630 dan variasi moderat, sementara skor Kesehatan Mental berkisar antara 118,00 hingga 170,00 dengan rata-rata 144,9783. Hasil ini menunjukkan variasi dalam persepsi Body Shaming dan kondisi Kesehatan Mental di antara responden.

Analisis Bivariat

1. Uji Normalitas

Berdasarkan hasil One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test untuk residual yang tidak terstandarisasi, dengan jumlah sampel (N) sebesar 92, diperoleh nilai statistik tes sebesar 0,068 dan nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0,200. Nilai signifikansi ini lebih besar

dari 0,05, yang menunjukkan bahwa tidak ada cukup bukti untuk menolak hipotesis nol. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa residual tersebut berdistribusi normal, yang berarti asumsi normalitas untuk data ini terpenuhi.

Tabel 2. Hasil Uji Homogenitas Varians Untuk Kepuasan Citra Tubuh Menggunakan Levene's Test

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Body shaming	Based on Mean	2.187	23	53	.010
	Based on Median	1.063	23	53	.413
	Based on Median and with adjusted df	1.063	23	21.586	.445
	Based on trimmed mean	2.081	23	53	.014

Sumber: Data Primer 2024

Hasil pengujian Levene's Test menunjukkan bahwa berdasarkan mean dan trimmed mean, varians antar kelompok tidak homogen dengan nilai signifikansi 0,010 dan 0,014, namun berdasarkan median dan median dengan penyesuaian derajat kebebasan, varians homogen dengan nilai signifikansi 0,413 dan 0,445.

2. Uji Korelasi

Tabel 3. Hasil uji Korelasi Pearson antara Body Shaming dan Kesehatan Mental

Correlations				
			Body shaming	Kesehatan Mental
Spearman's rho	Body shaming	Correlation Coefficient	1.000	.821
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	92	92
	Kesehatan Mental	Correlation Coefficient	.821	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	92	92

Sumber : Data Primer 2024

Hasil analisis Spearman menunjukkan korelasi positif tinggi sebesar 0,821 antara Body Shaming dan Kesehatan Mental, dengan signifikansi 0,000. Ini mengindikasikan bahwa peningkatan Body Shaming berkorelasi signifikan dengan peningkatan masalah Kesehatan Mental.

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Hubungan Body Shaming dan kesehatan mental merupakan salah satu topik yang semakin mendapat perhatian dalam penelitian psikologi dan kesehatan mental, terutama mengingat dampak mendalam yang dapat ditimbulkan oleh Body Shaming terhadap individu, khususnya remaja. Body Shaming, yang dapat didefinisikan sebagai tindakan mengkritik atau mempermalukan seseorang berdasarkan penampilan fisik mereka, sering kali berkaitan dengan standar kecantikan yang tidak realistis yang dipromosikan oleh media, termasuk media sosial. Penelitian menunjukkan bahwa Body Shaming dapat memicu berbagai masalah psikologis, seperti rendahnya harga diri, kecemasan, depresi, hingga gangguan makan, karena individu yang mengalami Body Shaming sering kali merasa tidak berharga atau tidak sesuai dengan ekspektasi sosial (A. D. Putri, 2024).

Pada masa remaja, ketika identitas diri dan citra tubuh sedang berkembang, Body Shaming dapat memiliki dampak yang sangat merusak. Remaja yang sering mengalami Body Shaming mungkin mulai menginternalisasi kritik tersebut, yang kemudian memengaruhi bagaimana mereka melihat diri mereka sendiri. Menurut teori identitas sosial, remaja cenderung membentuk identitas mereka berdasarkan bagaimana mereka dipersepsikan oleh orang lain. Jika mereka terus-menerus menerima pesan negatif tentang penampilan fisik mereka, hal ini dapat menurunkan harga diri mereka dan meningkatkan kerentanan terhadap masalah kesehatan mental (Lubis & Mahendika, 2023). Penelitian juga menunjukkan bahwa Body Shaming yang dialami pada masa remaja dapat berdampak jangka panjang, memengaruhi kesehatan mental individu hingga dewasa (Hanifah et al., 2024).

Lebih lanjut, dalam konteks digital, di mana media sosial menjadi platform utama interaksi sosial bagi remaja, Body Shaming dapat terjadi dengan lebih mudah dan lebih sering. Lingkungan online memungkinkan kritik terhadap penampilan fisik untuk menyebar lebih luas dan lebih cepat, sering kali dengan anonimitas, yang dapat memperparah dampaknya. Menurut penelitian oleh Nurmala, (2020), penggunaan media sosial yang berlebihan dikaitkan dengan peningkatan kesadaran tubuh dan perbandingan sosial, yang dapat memperburuk efek Body Shaming dan meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental, termasuk depresi dan kecemasan.

Berdasarkan data distribusi skor body shaming dalam penelitian ini menunjukkan rentang yang cukup luas, dengan nilai minimum 232 dan maksimum 288, serta rata-rata skor 257.6630. Data ini mengindikasikan bahwa mayoritas responden mengalami tingkat body shaming yang relatif tinggi. Rata-rata yang tinggi menandakan bahwa body shaming merupakan pengalaman yang umum di kalangan responden, yang sejalan dengan temuan dalam literatur terbaru. Menurut teori Stigma Sosial yang dikembangkan oleh Erving Goffman (1963) dan diperbarui dalam konteks modern, stigma seperti body shaming dapat menyebabkan dampak psikologis yang signifikan bagi individu yang menjadi target. Penelitian terbaru oleh Saipudin (2021) mengonfirmasi bahwa pengalaman stigma berkaitan dengan penurunan kesehatan mental dan

kesejahteraan psikologis, menunjukkan bahwa body shaming berfungsi sebagai bentuk stigma yang berdampak negatif pada individu.

Deviasi standar sebesar 13.61098 menunjukkan adanya variasi moderat dalam tingkat body shaming yang dialami. Meskipun ada konsistensi dalam tingkat body shaming yang tinggi secara umum, terdapat perbedaan signifikan antara individu dalam hal intensitas pengalaman mereka. Beberapa individu mungkin mengalami body shaming dengan intensitas yang lebih besar dibandingkan yang lain. Penelitian oleh Atsila (2021) juga menyoroti bahwa dukungan sosial dan kepercayaan diri dapat mempengaruhi intensitas pengalaman body shaming, menjelaskan perbedaan antara individu dalam hal dampak yang dirasakan.

Distribusi skor kesehatan mental dalam penelitian ini menunjukkan rentang yang lebih luas dibandingkan dengan body shaming, dengan nilai minimum 118 dan maksimum 170. Rata-rata skor 144.97830 mengindikasikan bahwa secara umum, kesehatan mental responden berada pada level yang lebih rendah. Hal ini dapat dipahami dalam konteks meningkatnya prevalensi gangguan kesehatan mental, terutama dalam situasi di mana individu menghadapi tekanan sosial, seperti body shaming. Dalam hal ini, skor rata-rata yang lebih rendah untuk kesehatan mental menunjukkan bahwa sebagian besar responden mungkin menghadapi gangguan dalam kesejahteraan psikologis mereka.

Selain itu, deviasi standar sebesar 11.21614 mengindikasikan bahwa variasi dalam skor kesehatan mental lebih kecil dibandingkan dengan body shaming, yang menandakan adanya keseragaman yang lebih tinggi dalam tingkat kesehatan mental di antara responden. Ini berarti bahwa, meskipun terdapat beberapa perbedaan, mayoritas responden menunjukkan pola kesehatan mental yang cenderung mirip. Menurut teori Stress-Diathesis yang diperbarui oleh Zamzam (2023), faktor predisposisi individu, seperti tingkat resiliensi atau kerentanan terhadap stres, berperan penting dalam bagaimana seseorang menghadapi tantangan mental. Dalam kasus ini, variasi yang lebih kecil dalam skor kesehatan mental dapat mengindikasikan bahwa responden memiliki tingkat resiliensi yang serupa, atau bahwa stres sosial seperti body shaming memiliki dampak yang relatif seragam terhadap kesehatan mental mereka.

Penelitian oleh Ikmal (2023) juga mendukung temuan ini, menunjukkan bahwa dampak negatif dari body shaming pada kesehatan mental sering kali bersifat menyeluruh, mempengaruhi individu dalam berbagai aspek kehidupan mereka secara serupa. Hal ini bisa menjelaskan mengapa variasi dalam kesehatan mental lebih kecil dibandingkan dengan variasi dalam body shaming. Secara keseluruhan, distribusi skor kesehatan mental ini menunjukkan adanya penurunan kesejahteraan psikologis yang cukup merata di kalangan responden, di mana tekanan sosial seperti body shaming kemungkinan besar berperan besar dalam membentuk persepsi mereka terhadap diri sendiri dan kesehatan mental mereka. Kombinasi dari faktor predisposisi individu dan tekanan sosial eksternal mungkin berkontribusi pada tingginya prevalensi kesehatan mental yang lebih rendah di kelompok ini.

Analisis variabilitas data menunjukkan adanya perbedaan yang mencolok antara tingkat variasi dalam body shaming dan kesehatan mental di kalangan responden. Variabilitas yang lebih besar dalam body shaming, yang terlihat dari deviasi standar yang lebih tinggi, mengindikasikan bahwa terdapat perbedaan individu yang signifikan dalam pengalaman body shaming. Beberapa responden mungkin mengalami body shaming dengan intensitas yang jauh lebih besar dibandingkan yang lain. Menurut Rati (2024), setiap individu memiliki tingkat sensitivitas yang berbeda terhadap lingkungan sosialnya, termasuk dalam hal menerima stigma

sosial seperti body shaming. Beberapa individu lebih rentan terhadap efek negatif dari body shaming karena faktor-faktor internal seperti kepribadian, self-esteem, atau dukungan sosial yang tersedia..

Sebaliknya, variabilitas yang lebih kecil dalam kesehatan mental, dengan deviasi standar yang lebih rendah, menunjukkan bahwa meskipun kesehatan mental rata-rata responden cenderung rendah, terdapat keseragaman yang lebih tinggi di antara mereka. Hal ini dapat diartikan bahwa, terlepas dari intensitas body shaming yang dialami, responden secara umum menunjukkan kondisi kesehatan mental yang serupa, meskipun cenderung negatif. Penemuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Aryati (2021) yang menyatakan bahwa stres kronis dapat berdampak serupa pada sistem mental dan fisik individu, meskipun faktor pemicunya bervariasi. Dalam konteks body shaming, tekanan yang berulang-ulang dari stigma sosial dapat memengaruhi kesehatan mental responden secara merata, menghasilkan pola kesehatan mental yang rendah tetapi konsisten di antara mereka. Teori ini juga didukung oleh studi dari R. A. Putri & Syafiq (2016) yang menunjukkan bahwa pengalaman berulang dari stigma sosial cenderung menghasilkan pola respons mental yang mirip di berbagai individu, terlepas dari perbedaan intensitas stresor yang mereka hadapi.

Dari perspektif psikologi perkembangan, dampak Body Shaming pada remaja dapat dikaitkan dengan konsep perkembangan identitas dan self-concept. Remaja yang menghadapi kritik terus-menerus terhadap penampilan mereka mungkin mengalami krisis identitas, di mana mereka merasa bingung tentang siapa diri mereka dan bagaimana mereka harus memandang diri sendiri. Krisis ini sering kali menyebabkan perasaan tidak aman yang mendalam dan dapat mengarah pada gangguan kesehatan mental yang lebih serius, seperti gangguan makan atau body dysmorphic disorder (BDD).

Selain itu, penting untuk mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat memperburuk hubungan antara Body Shaming dan kesehatan mental, seperti dukungan sosial, resilien individu, dan faktor budaya. Dukungan sosial yang kuat dari keluarga dan teman dapat berfungsi sebagai pelindung, membantu remaja mengatasi dampak negatif dari Body Shaming. Namun, kurangnya dukungan atau bahkan reinforcement dari lingkungan sosial terhadap perilaku Body Shaming dapat memperburuk dampaknya, meningkatkan isolasi sosial dan memperparah masalah kesehatan mental.

Dalam penelitian terbaru, korelasi yang kuat antara pengalaman Body Shaming dan gejala kesehatan mental telah didokumentasikan secara konsisten. Misalnya, studi oleh Chairani, (2018) menemukan bahwa remaja yang mengalami Body Shaming secara signifikan lebih mungkin melaporkan gejala depresi dan kecemasan dibandingkan dengan mereka yang tidak mengalami Body Shaming. Hal ini menunjukkan bahwa Body Shaming tidak hanya berkontribusi pada stres emosional tetapi juga memiliki dampak yang nyata dan merusak pada kesejahteraan mental secara keseluruhan.

Menurut Peneliti Hubungan antara Body Shaming dan kesehatan mental sangat kompleks dan multifaset. Body Shaming dapat memicu berbagai masalah kesehatan mental melalui mekanisme psikologis seperti internalisasi kritik, penurunan harga diri, dan perbandingan sosial yang merugikan. Untuk mengurangi dampak negatif ini, penting bagi masyarakat, termasuk sekolah dan keluarga, untuk mengambil langkah proaktif dalam mengatasi Body Shaming dan mendukung kesehatan mental remaja. Intervensi yang berfokus pada peningkatan harga diri, kesadaran diri yang sehat, dan penerimaan tubuh yang positif sangat diperlukan

untuk membantu remaja mengatasi dampak negatif dari Body Shaming dan membangun kesejahteraan mental yang kuat.

Secara keseluruhan, analisis variabilitas ini menunjukkan bahwa meskipun pengalaman body shaming berbeda-beda di antara responden, dampaknya terhadap kesehatan mental mereka tampak lebih seragam. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi untuk meningkatkan kesehatan mental harus dilakukan secara menyeluruh dan tidak hanya berfokus pada individu dengan tingkat body shaming yang tinggi, karena dampak negatif body shaming terhadap kesehatan mental tampaknya konsisten di kalangan responden.

Analisis Bivariat

Hubungan antara Body Shaming dan kesehatan mental merupakan salah satu topik yang semakin mendapat perhatian dalam penelitian psikologi dan kesehatan mental, terutama mengingat dampak mendalam yang dapat ditimbulkan oleh Body Shaming terhadap individu, khususnya remaja. Body Shaming, yang dapat didefinisikan sebagai tindakan mengkritik atau mempermalukan seseorang berdasarkan penampilan fisik mereka, sering kali berkaitan dengan standar kecantikan yang tidak realistis yang dipromosikan oleh media, termasuk media sosial. Penelitian menunjukkan bahwa Body Shaming dapat memicu berbagai masalah psikologis, seperti rendahnya harga diri, kecemasan, depresi, hingga gangguan makan, karena individu yang mengalami Body Shaming sering kali merasa tidak berharga atau tidak sesuai dengan ekspektasi sosial (A. D. Putri, 2024).

Pada masa remaja, ketika identitas diri dan citra tubuh sedang berkembang, Body Shaming dapat memiliki dampak yang sangat merusak. Remaja yang sering mengalami Body Shaming mungkin mulai menginternalisasi kritik tersebut, yang kemudian memengaruhi bagaimana mereka melihat diri mereka sendiri. Menurut teori identitas sosial, remaja cenderung membentuk identitas mereka berdasarkan bagaimana mereka dipersepsikan oleh orang lain. Jika mereka terus-menerus menerima pesan negatif tentang penampilan fisik mereka, hal ini dapat menurunkan harga diri mereka dan meningkatkan kerentanan terhadap masalah kesehatan mental (Lubis & Mahendika, 2023). Penelitian juga menunjukkan bahwa Body Shaming yang dialami pada masa remaja dapat berdampak jangka panjang, memengaruhi kesehatan mental individu hingga dewasa (Hanifah et al., 2024).

Lebih lanjut, dalam konteks digital, di mana media sosial menjadi platform utama interaksi sosial bagi remaja, Body Shaming dapat terjadi dengan lebih mudah dan lebih sering. Lingkungan online memungkinkan kritik terhadap penampilan fisik untuk menyebar lebih luas dan lebih cepat, sering kali dengan anonimitas, yang dapat memperparah dampaknya. Menurut penelitian oleh Nurmala, (2020), penggunaan media sosial yang berlebihan dikaitkan dengan peningkatan kesadaran tubuh dan perbandingan sosial, yang dapat memperburuk efek Body Shaming dan meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental, termasuk depresi dan kecemasan.

Dari perspektif psikologi perkembangan, dampak Body Shaming pada remaja dapat dikaitkan dengan konsep perkembangan identitas dan self-concept. Remaja yang menghadapi kritik terus-menerus terhadap penampilan mereka mungkin mengalami krisis identitas, di mana mereka merasa bingung tentang siapa diri mereka dan bagaimana mereka harus memandang diri sendiri. Krisis ini sering kali menyebabkan perasaan tidak aman yang mendalam dan dapat

mengarah pada gangguan kesehatan mental yang lebih serius, seperti gangguan makan atau body dysmorphic disorder (BDD).

Selain itu, penting untuk mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat memperburuk hubungan antara Body Shaming dan kesehatan mental, seperti dukungan sosial, resilien individu, dan faktor budaya. Dukungan sosial yang kuat dari keluarga dan teman dapat berfungsi sebagai pelindung, membantu remaja mengatasi dampak negatif dari Body Shaming. Namun, kurangnya dukungan atau bahkan reinforcement dari lingkungan sosial terhadap perilaku Body Shaming dapat memperburuk dampaknya, meningkatkan isolasi sosial dan memperparah masalah kesehatan mental.

Dalam penelitian terbaru, korelasi yang kuat antara pengalaman Body Shaming dan gejala kesehatan mental telah didokumentasikan secara konsisten. Misalnya, studi oleh Chairani, (2018) menemukan bahwa remaja yang mengalami Body Shaming secara signifikan lebih mungkin melaporkan gejala depresi dan kecemasan dibandingkan dengan mereka yang tidak mengalami Body Shaming. Hal ini menunjukkan bahwa Body Shaming tidak hanya berkontribusi pada stres emosional tetapi juga memiliki dampak yang nyata dan merusak pada kesejahteraan mental secara keseluruhan

1. **Hubungan Perilaku Body Shaming Terhadap Kesehatan Mental Remaja Di Sman 1 Limboto dari hasil Uji Normalitas Residual Tak Ternormalisasi dengan Kolmogorov-Smirnov**

Hasil uji normalitas residual yang tidak terstandarisasi, menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test, memberikan pandangan yang jelas mengenai distribusi data residual dalam penelitian ini. Dengan jumlah sampel sebanyak 92, nilai statistik tes adalah 0,068, sementara nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) adalah 0,200. Nilai signifikansi ini lebih besar dari tingkat alpha 0,05, yang menunjukkan bahwa tidak terdapat cukup bukti untuk menolak hipotesis nol mengenai distribusi normal residual. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa residual berdistribusi normal, yang menunjukkan bahwa asumsi normalitas data telah terpenuhi.

Pemenuhan asumsi normalitas merupakan komponen krusial dalam analisis statistik, terutama dalam aplikasi metode parametrik seperti regresi linier dan analisis varians (ANOVA). Andriaskiton & Buulolo, (2023) menegaskan bahwa distribusi residual yang normal memastikan bahwa estimasi model adalah akurat dan hasil analisis dapat diandalkan. Asumsi ini mendasari validitas inferensial dari model statistik, memungkinkan evaluasi hubungan antar variabel secara tepat dan mengurangi risiko bias dalam estimasi parameter.

Pentingnya asumsi normalitas untuk validitas analisis diakui luas. Sutopo & Slamet, (2017)mengemukakan bahwa pemenuhan asumsi normalitas mengurangi kemungkinan kesalahan tipe I dan tipe II, serta memastikan bahwa interval kepercayaan dan prediksi dari model statistik adalah sahih. Teori statistik lebih lanjut menunjukkan bahwa pemenuhan asumsi normalitas memungkinkan penerapan teknik statistik kompleks dengan interpretasi yang lebih akurat. Mariza & Khoiri, (2024)menjelaskan bahwa distribusi residual yang normal meningkatkan keandalan model statistik, memfasilitasi pembuatan keputusan berbasis data yang solid. Dengan asumsi normalitas yang terpenuhi, peneliti dapat melakukan analisis lanjutan seperti regresi atau uji parametrik lainnya dengan keyakinan bahwa hasil tersebut mencerminkan hubungan yang sesungguhnya antara variabel yang diteliti.

Berdasarkan penjelasan di atas menurut peneliti terpenuhinya asumsi normalitas menegaskan bahwa data residual berdistribusi normal, mendasari validitas dan ketepatan interpretasi hasil penelitian. Hal ini memungkinkan peneliti untuk melanjutkan dengan analisis lebih lanjut, seperti regresi linier, dengan keyakinan bahwa hasil yang diperoleh mencerminkan hubungan yang akurat antara Body Shaming dan kesehatan mental remaja di SMAN 1 Limboto. Dengan demikian, penelitian ini dapat memberikan dasar yang kuat untuk merumuskan intervensi berbasis data yang efektif untuk menangani Body Shaming dan meningkatkan kesehatan mental di kalangan remaja.

2. Hubungan Perilaku Body Shaming Terhadap Kesehatan Mental Remaja Di Sman 1 Limboto dari hasil Uji Homogenitas Varians

Hasil uji homogenitas varians menggunakan Levene's Test pada variabel Body Shaming menunjukkan dinamika yang kompleks dalam distribusi varians antar kelompok. Uji ini dilakukan dengan beberapa metode untuk menilai homogenitas varians, dan hasilnya menunjukkan variasi signifikan tergantung pada metode yang digunakan. Berdasarkan metode mean dan trimmed mean, nilai signifikansi yang diperoleh masing-masing adalah 0,010 dan 0,014, yang lebih kecil dari tingkat signifikansi konvensional 0,05. Nilai-nilai ini menunjukkan bahwa varians antar kelompok tidak homogen menurut kedua metode tersebut. Artinya, terdapat perbedaan signifikan dalam tingkat Body Shaming di antara kelompok yang diuji, yang mungkin dipengaruhi oleh variabel-variabel yang tidak terobservasi atau perbedaan latar belakang yang mendasar antara kelompok-kelompok tersebut.

Di sisi lain, pengujian menggunakan metode median dan median dengan penyesuaian derajat kebebasan menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,413 dan 0,445, keduanya lebih besar dari 0,05. Hal ini mengindikasikan bahwa varians antar kelompok dianggap homogen menurut metode ini.

Perbedaan hasil ini menekankan pentingnya pemilihan metode yang sesuai dalam analisis statistik untuk memastikan keandalan dan konsistensi hasil. Haryanto & Ek, (2020) dalam penelitiannya awal menyarankan bahwa metode mean sangat sensitif terhadap perbedaan dalam distribusi data, yang dapat mengarah pada penilaian homogenitas varians yang tidak akurat jika data mengandung nilai ekstrim. Metode trimmed mean, sementara itu, dirancang untuk mengurangi pengaruh nilai ekstrem, tetapi masih dapat dipengaruhi oleh distribusi data yang tidak seragam.

Temuan ini juga didukung oleh penelitian terkini yang menekankan perlunya pendekatan yang lebih nuansial dalam analisis statistik. (Agustin & Hidayat, 2024)menyoroti bahwa pemilihan metode yang tepat dalam uji homogenitas varians sangat mempengaruhi hasil yang diperoleh, dan penting untuk mempertimbangkan karakteristik data saat memilih metode. Cahyadi (2024) lebih lanjut menggarisbawahi bahwa metode uji yang berbeda dapat memberikan informasi yang berbeda mengenai variabilitas data, dan oleh karena itu, peneliti harus selektif dalam memilih metode yang paling sesuai untuk data mereka.

Menurut asumsi penelitian metode ini juga sangat penting karena penelitian ini dapat memastikan bahwa analisis statistik yang digunakan dalam penelitian tentang perilaku body shaming terhadap kesehatan mental remaja memberikan hasil yang valid dan dapat di andalkan.

Dalam konteks penelitian ini, hasil uji homogenitas varians menunjukkan perlunya interpretasi yang hati-hati terkait metodologi yang digunakan. Perbedaan dalam hasil berdasarkan metode yang berbeda menggarisbawahi pentingnya analisis yang menyeluruh dan pemilihan metode yang tepat untuk memastikan bahwa kesimpulan mengenai homogenitas varians akurat dan konsisten. Ini penting untuk memastikan validitas hasil penelitian dan aplikasinya dalam merancang intervensi atau kebijakan yang lebih efektif dalam menangani masalah Body Shaming dan dampaknya terhadap kesehatan mental.

3. Hubungan Perilaku Body Shaming Terhadap Kesehatan Mental Remaja Di Sman 1 Limboto dari hasil Uji Korelasi Pearson

Hasil analisis korelasi Spearman antara variabel Body Shaming dan Kesehatan Mental menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan dan kuat antara keduanya, dengan koefisien korelasi sebesar 0,821 dan nilai signifikansi 0,000. Koefisien korelasi ini mengindikasikan bahwa Body Shaming berhubungan positif secara kuat dengan masalah Kesehatan Mental, yang berarti semakin tinggi tingkat Body Shaming yang dialami seseorang, semakin tinggi pula tingkat masalah kesehatan mental yang dirasakannya. Penemuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa Body Shaming memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap kesehatan mental individu, terutama di kalangan remaja.

Menurut penelitian Afriana & Virgonita, (2024) Body Shaming dapat merusak harga diri dan meningkatkan kecemasan, mengakibatkan dampak psikologis yang serius pada individu. Hal lain yang di temukan adalah bahwa Body Shaming berhubungan erat dengan gangguan makan dan depresi, memperkuat temuan bahwa Body Shaming memengaruhi kesejahteraan mental secara mendalam. Penelitian oleh Sahdini, (2023) menyarankan bahwa Body Shaming sering kali terkait dengan gangguan kecemasan dan depresi, terutama di kalangan remaja. Penelitian-penelitian ini mendukung temuan dari hasil uji korelasi dalam penelitian ini, yang menunjukkan bahwa dampak Body Shaming terhadap kesehatan mental remaja adalah masalah yang memerlukan perhatian serius.

Dari perspektif teori, hasil ini dapat dijelaskan melalui teori persepsi diri dan teori stres psikologis. Teori persepsi diri, seperti yang dikemukakan oleh Rizkiyah & Apsari, (2020)menyatakan bahwa individu membandingkan diri mereka dengan orang lain untuk mengevaluasi diri mereka sendiri, dan Body Shaming dapat merusak citra diri ini, sehingga meningkatkan perasaan tidak cukup baik dan memicu stres psikologis. Teori stres psikologis, sebagaimana dijelaskan oleh(Putra (2023) menjelaskan bahwa stres psikologis muncul ketika individu merasa bahwa mereka tidak memiliki sumber daya yang memadai untuk mengatasi tuntutan yang mereka hadapi. Body Shaming, yang sering dianggap sebagai ancaman terhadap citra tubuh dan harga diri, dapat menambah beban stres yang dirasakan individu, berkontribusi pada gangguan kesehatan mental yang signifikan.

Dengan demikian, hasil analisis ini menggarisbawahi pentingnya mengatasi Body Shaming sebagai bagian dari strategi untuk mendukung kesehatan mental, terutama di kalangan remaja. Intervensi yang fokus pada mengurangi Body Shaming dan meningkatkan pemahaman serta dukungan sosial di sekitar isu ini dapat membantu mengurangi dampak negatifnya terhadap kesehatan mental dan meningkatkan kesejahteraan psikologis secara keseluruhan.

Peneliti berpendapat bahwa hasil uji korelasi pearson menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara perilaku body shaming dan kesehatan mental remaja di SMAN 1 Limboto. Ini menunjukkan bahwa semakin sering remaja mengalami body shaming, semakin buruk kondisi kesehatan mental mereka. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk mengurangi perilaku body shaming di kalangan siswa guna meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perlakuan body shaming sering terjadi di kalangan remaja di SMAN 1 Limboto. Mayoritas remaja mengalami body shaming dalam berbagai bentuk, baik verbal maupun non-verbal, yang berdampak signifikan pada psikologis mereka. Perlakuan ini terjadi dalam berbagai situasi sosial, baik di sekolah, lingkungan pertemanan, maupun di media sosial. Kesehatan mental remaja yang mengalami body shaming cenderung menunjukkan gejala-gejala negatif seperti rendahnya harga diri, munculnya perasaan cemas, stres, hingga depresi. Berdasarkan hasil pengujian, terdapat perbedaan yang signifikan pada indikator kesehatan mental antara remaja yang sering mengalami body shaming dengan mereka yang tidak mengalami. Hasil analisis korelasi spearmen antara variabel body shaming dan kesehatan mental menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan dan kuat antara keduanya, dengan koefisien korelasi sebesar 0,821 dan nilai signifikansi 0,000. Koefisien korelasi ini mengindikasikan bahwa body shaming berhubungan postitif secara kuat dengan masalah kesehatan mental, yang berarti semakin tinggi tingkat body shaming yang di alami seseorang, semakin tinggi pula tingkat masalah kesehatan mental yang dirasakannya.

SARAN

Penelitian Ini Penting untuk memperkuat layanan konseling di sekolah dengan fokus khusus pada isu body shaming dan kepuasan tubuh. Program ini harus dirancang untuk memberikan dukungan psikologis yang komprehensif kepada remaja, membantu mereka mengatasi dampak emosional dari body shaming serta meningkatkan keterampilan koping mereka.

DAFTAR PUSTAKA

Abas, J., Boekoesoe, L., & Tarigan, S. F. N. (2023). Analisis Determinan Gangguan Kesehatan Mental Emosional Remaja Di SMA Negeri 1 Limboto. *Health Information : Jurnal Penelitian*, *15*(2), E1302.

Anggraeni, B., Putri, S., Pranayama, A., Sutanto, R. P., Kristen, U., & Surabaya, P. (2018). Perancangan Kampanye "Sizter's Project" Sebagai Upaya Pencegahan Body Shaming Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni Dan Desain. *Jurnal DKV Adiwarna* , *1*(12), 1–9.

Aryati, A. S., Ilhami, S. D., Putri, O. A., & Risfandini, A. (2021). *Stres: Di Era Turbulensi*. Universitas Brawijaya Press.

Atsila, R. I., Satriani, I., & Adinugraha, Y. (2021). Perilaku Body Shaming Dan Dampak Psikologis Pada Mahasiswa Kota Bogor. *KOMUNIKATIF: Jurnal Ilmiah Komunikasi*, *10*(1), 84–101.

Ayu, C., Saidah, Q. I., & Nurhayati, C. (2022). Verbal Bullying Body Shaming Behavior And Self-Confidence Among Teenage Students In Indonesia. *Malaysian Journal Of Medical Research*, *06*(04), 01–09. Https://Doi.Org/10.31674/Mjmr.2022.V06i04.001

Chairani, L. (2018). Body Shame Dan Gangguan Makan Kajian Meta-Analisis. *Buletin Psikologi*, *26*(1), 12–27.

Chandra, O., Adib, A., & Wijayanti, A. (2019). Perancangan Komunikasi Visual Social Campaign Media "Body Shaming" Pada Anak 13-18 Tahun Pemakai Media Sosial. *Jurnal DKV Adiwarna*, *1*(14), 9.

Djafar, A., Noviekayati, I., & Saragih, S. (2018). Perbedaan Adversity Quotient Dan Kematangan Emosi Remaja SMP Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Journal Psikogenesis*, *6*(1), 61–68. Https://Doi.Org/10.24854/Jps.V6i1.633

Fazriyani, G. Y., & Rahayu, D. A. (2019). Body Dismorphic Disorder Tendency To Stress Level In Female Adolescences. *Media Keperawatan Indonesia*, *2*(3), 105. Https://Doi.Org/10.26714/Mki.2.3.2019.105-112

Gam, R. T., Singh, S. K., Manar, M., Kar, S. K., & Gupta, A. (2020). Body Shaming Among School-Going Adolescents: Prevalence And Predictors. *International Journal Of Community Medicine And Public Health*, *7*(4), 1324. Https://Doi.Org/10.18203/2394-6040.Ijcmph20201075

Griffiths, M. D. (2020). *Adolescents' Body Shame And Sns 1*.

Hanifah, L., Riyanti, F. D., Amanda, S., Lestari, M. R., & Andriana, B. (2024). MENINGKATKAN KESADARAN REMAJA: EDUKASI TOXIC RELATIONSHIP DAN BODY IMAGE UNTUK KESEHATAN REPRODUKSI. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, *8*(2), 1767–1774.

Hidayat, R., Malfasari, E., & Herniyanti, R. (2019). Hubungan Perlakuan Body Shaming Dengan Citra Diri Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, *7*(1), 79. Https://Doi.Org/10.26714/Jkj.7.1.2019.79-86

Ikmal, N. M., Holifah, N., Najah, N., & Umar, A. (2023). FENOMENA BODY SHAMING PADA KALANGAN REMAJA. *Seminar Nasional Dan Call For Paper 2023 Dengan Tema" Penguatan Kapasitas Sumber Daya Manusia Menuju Indonesia Emas 2045" PSGESI LPPM UWP*, *10*(1), 367–378.

Lubis, F. M., & Mahendika, D. (2023). Hubungan Parenting Style, Peer Pressure, Self-Esteem, Dan Kesehatan Mental Pada Remaja Indonesia Di Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science*, *1*(02), 90–104.

MEDAN. (2019).

Melizza, N., Rahmawati, A., Ari Arfianto, M., Wahyu Mashfufa, E., Dwi Kurnia, A., & Lailaltul Masruroh, N. (2023). The Relationship Between Body Shaming And Self-Esteem In Students. *Kne Medicine*, *2023*, 488–499. Https://Doi.Org/10.18502/Kme.V3i2.13084

Murni, M. G., & Ulandari, N. (2023). Hubungan Body Shaming Dengan Perkembangan Mental Dan Psikologis The Relationship Between Body Shaming With Mental And Psychological. *Pinisi Journal Of Art, Humanity And Social Studies*, *3*(4), 162–167.

Mutmainnah, A. N. (2020). Analisis Yuridis Terhadap Pelaku Penghinaan Citra Tubuh (Body Shaming) Dalam Hukum Pidana Di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Ilmu Hukum*, *26*(8), 975–987.

Natasya, D. S., Purnomo, D., & Hadiwijoyo, S. S. (2021). The Effect Of Body Shaming On The Existence Of Generation Z Confidence. *Budapest*, *5*(2), 184.

Naziro, K., Heru, Ma. J. A., Puspitasari, M., Audyna, L., & Helin. (2021). Pengaruh

Cybrbullying Body Shaming Terhadap Mental Remaja. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, *12*(2), 119–126.

Nurmala, I. (2020). *Mewujudkan Remaja Sehat Fisik, Mental Dan Sosial:(Model Intervensi Health Educator For Youth)*. Airlangga University Press.

Putri, A. D. (2024). Hubungan Self-Esteem Dengan Gangguan Makan Anorexia Pada Remaja Putri. *IJBITH Indonesian Journal Of Business Innovation, Technology And Humanities*, *1*(1), 331–341.

Putri, R. A., & Syafiq, M. (2016). Pengalaman Interaksi Dan Penyesuaian Sosial Waria: Studi Kasus Waria Yang Tinggal Di Gang X Surabaya. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, *7*(1), 26–42.

Rachmah Eva Nur, & Baharuddin Fahyuni. (2019). Faktor Pembentuk Perilaku Body Shaming Di Media Sosial. In *Prosiding Seminar Nasional & Call Paper Psikologi Sosial 2019 PSIKOLOGI SOSIAL DI ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0: PELUANG & TANTANGAN* (Pp. 66–73).

Rahayu, E. P. (2019). Dampak Penerimaan Pesan Berisi ”Body Shaming” Terhadap “Self Confidence” Remaja Perempuan Di Media Sosial Instagram. *Commercium*, *02*(01), 78–82.

Rahmasari, D. Dan, & Pratama, A. S. N. (2020). *35105-Article Text-43783-1-10-20200702*.

Rati, N. W., Apsari, N. M. M., Putri, R. P. A., Swari, N. P. V., Dewi, P. A., & Darsana, I. W. G. (2024). *Stop Bullying!* Nilacakra.

Saipudin, S. H., Hamidah, H., Ilmiani, A. M., & Musthofa, K. (2021). Menggaungkan Pendidikan Qawlan Ma’rufa Sebagai Etika Pergaulan Dalam Menyikapi Body Shaming. *Jurnal Pendidikan Agama Islam Al-Thariqah*, *6*(1), 36–55.

Sakinah. (2018). “Ini Bukan Lelucon”: Body Shaming, Citra Tubuh, Dampak Dan Cara Mengatasinya. *Jurnal Emik*, *1*, 53–67.

Saputrasaputra, F. A., Ranimpi, Y. Y., & Pilakoannu, T. (2018). Mental Health And Coping Strategies In Kudangan, Delang District, Lamandau Regency, Central Kalimantan: A Sociodemographic Study. Humanitas, 2(1), 63–74., F. A., Ranimpi, Y. Y., & Pilakoannu, T. (2018). Mental Health And Coping Strategies In Kudangan, Delang District, Lamandau Regency, Central Kalimantan: A Sociodemographic Study. *Humanitas*, *2*(1), 63–74.

Sari, R. D. (2019). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Disiplin Belajar Siswa Kelas Iv Dan V Sekolah Dasar Negeri Se-Gugus I Sidoarum Kecamatan Godean Kabupaten Sleman*. *September*, 12–19.

Stocks, N. (2016). *済無No Title No Title No Title*. 1–23.

Tri, F. F., & Ratri, R. L. (2019). Memahami Pengalaman. *Body Shaming*, 4–5.

Yunanto, T. A. R. (2019). Perlukah Kesehatan Mental Remaja? Menyelisik Peranan Regulasi Emosi Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Diri Remaja. *Jurnal Ilmu Perilaku*, *2*(2), 75. Https://Doi.Org/10.25077/Jip.2.2.75-88.2018

ZAKIYAH, E. Z., HUMAEDI, S., & SANTOSO, M. B. (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, *4*(2), 324–330. Https://Doi.Org/10.24198/Jppm.V4i2.14352

Zamzam, R., Hayun, M., Purnamawati, D., Rahmah, S. F., & Hutami, Y. (2023). Deteksi Dini Kesehatan Mental Dalam Penguatan Daya Resiliensi Anak Pasca Pandemi. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, *6*(5), 3143–3147.