JURNAL KEPERAWATAN SISTHANA
Halaman Jurnal: https://jurnal.stikeskesdam4dip.ac.id/index.php/SISTHANA
Halaman UTAMA: https://jurnal.stikeskesdam4dip.ac.id

HUBUNGAN BODY IMAGE DENGAN PERILAKU BULLYING PADA REMAJA DI SMAN 1 TELAGA

Wiwi Susanti Piola [a], Firmawati[b], Israwati Biadi [c]
[a] Fakultas / Jurusan, wiwisusantipiola@gmail.com umgo
b Fakultas / Jurusan, firmawati@gmail.com, umgo
[c] Fakultas / Jurusan, iisbiadi3@gmail.com, umgo

ABSTRACT

Changes that occur during adolescence are related to biological changes, one of which is the development of body image among adolescents. However, this can lead to bullying behavior for those deemed non-conforming to standards or trends. The purpose of this study was to determine the relationship between body image and bullying behavior among adolescents at SMAN 1 Telaga. The research design was a quantitative correlational study with a cross-sectional method. The population was all adolescents in grades 10 and 11 at SMAN 1 Telaga. The sample was taken using stratified random sampling, resulting in 88 respondents. Data analysis used a chi-square test with a significance level of <0.05. The results showed a relationship between body image and bullying behavior among adolescents at SMAN 1 Telaga with a p-value of (0.000 <0.05). It can be concluded that individuals with a negative body image or dissatisfaction with their appearance are more vulnerable to becoming victims of bullying, and conversely, individuals with a positive body image may be more likely to engage in bullying.

Keywords: Body Image, Bullying Behavior, Adolescents, High School

ABSTRAK

Perubahan yang terjadi pada masa remaja adalah terkait dengan perubahan biologis salah satunya adalah body image yang berkembang dikalangan remaja, namun dapat memunculkan tindakan perundungan atau perilaku bullying bagi mereka yang dianggap tidak sesuai dengan standar maupun trend. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana Hubungan Body image dengan perilaku Bullying pada Remaja di SMAN 1 Telaga. Desain penelitian kuantitatif korelasional dengan metode cross sectional. Populasi adalah seluruh remaja kelas X dan XI di SMAN 1 Telaga dan sampel diambil menggunakan teknik stratified random sampling dan didapatkan jumlah responden adalah 88 orang. Analisis data menggunakan uji chi square dengan tingkat kemaknaan (< 0,05). Hasil penelitian menunjukkan terdapat Hubungan body image dengan perilaku bullying pada Remaja di SMAN 1 Telaga dengan p value = (0.000 < 0.05). Dapat disimpulkan bahwa seseorang yang memiliki body image negatif atau tidak puas dengan penampilannya cenderung lebih rentan menjadi korban bullying, dan sebaliknya, individu dengan citra tubuh positif mungkin lebih cenderung melakukan tindakan bullying.

Kata Kunci: *Body Image*, Perilaku Bullying, Remaja, Sekolah Menengah Atas.

1. PENDAHULUAN

Perubahan yang terjadi pada masa remaja adalah terkait dengan perubahan biologis maupun perubahan psikologis, pada masa remaja juga memiliki bagian perkembangan salah satunya menerima keadaan tubuh dengan rasa percaya diri, tetapi nyatanya hanya sedikit remaja yang mempunyai rasa percaya diri akan bentuk tubuh, wajah dan warna kulit, pada usia remaja mereka berfikir bahwasannya dalam berinteraksi sosial daya tarik fisik sangat berperan penting dalam berinteraksi sosial dengan dunia nyata maupun pada media sosial (Hamid, 2020).

Keadaan tubuh erat kaitannya dengan body image atau disebut juga juga citra tubuh. Body image individu berupa persepsi mengenai bentuk dan berat badan, serta perilaku yang mengarah pada

Received Desemebr 10, 2022; Revised Januari 2, 2023; Accepted Febuari 14, 2023

evaluasi individu terhadap fisiknya. Saat ini tetapi banyak remaja yang tidak menyadari bahwa mereka memiliki tugas untuk memiliki kemampuan menerima keadaan diri di mana kondisi ini dikatakan bahwa remaja memiliki body image yang negatif, jika remaja tidak memiliki kemampuan menerima keadaan diri, maka akan mempengaruhi kehidupan sehari-harinya, seperti kurangnya kepercayaan diri (F. S. A. Ningsih et al., 2023).

Body image ini sangat berdekatan dengan kehidupan sehari-hari terlebih jika dihubungkan dengan body shaming yang sedang marak terjadi di lingkungan remaja. Dari trend seputar gaya hidup yang berkembang dikalangan remaja, sedikit yang memunculkan tindak perundungan atau bullying bagi mereka yang dianggap tidak sesuai dengan tren. Tindakan perundungan yang terjadi dalam hal ini terkait dengan penampilan fisik atau lebih dikenal dengan istilah body shaming dikarenakan. Istilah ini ditujukan untuk mengejek penampilan fisik seseorang yang dianggap berbeda dengan lainnya seperti penyebutan gendut, pesek,dan cungkring (Zuroida & Kireida Kusnadi, 2022).

Perilaku bullying merupakan perilaku kekerasan yang menyalahgunakan kekuasaan yang berlangsung terus menerus kepada seseorang yang dirasa lemah dan fisik berdaya atau memiliki kekurangan sosial. Jenis perilaku bullying yang terjadi yaitu kekerasan seksual, pertengkaran fisik dan perundungan berupa perundungan verbal terhadap korbannya (Erina et al., 2023).

Bullying memiliki dampak yang serius pada perkembangan masa remaja korban bullying dapat mengalami kesulitan menjalin pertemanan, lebih suka menyendiri, citra tubuh negatif, ketakutan akan masuk sekolah, timbulnya depresi hingga berujung pada tindakan bunuh diri (Zuroida & Kireida Kusnadi, 2022).

Menurut International Center for Reseach on Women (ICRW, 2022) prevalensi bullying diperkirakan 8 hingga 50% di beberapa negara Asia, Amerika, dan Eropa. 5 negara Asia tertinggi dalam tindakan bullying, yakni Vietnam, Kamboja, Nepal, Pakistan dan Indonesia dimana kejadian bullying pada siswa di sekolah mencapai angka 70%. School bullying terjadi di seluruh dunia dan diperkirakan setiap tahun terdapat 245 juta anak mengalami bullying. Organization for Economic Co-operation and Development (OECD) menyatakan bahwa pada tahun 2021 Indonesia yang menempati peringkat pertama posisi kasus bullying di ASEAN sebanyak 84% dari 2.790 kasus bullying yang terdapat di Asia.

Fenomena tersebut terjadi karena masyarakat di Indonesia masih menganggap bahwa perilaku bullying adalah tindakan yang wajar, dan sering kali guru ikut serta terlibat dalam perilaku bullying di sekolah. Saat ini bullying di sekolah berkembang pesat sehingga sering memberikan masukan yang negatif terhadap siswa, contohnya memberikan hukuman yang tidak membangun seperti hukuman fisik yang berlebihan dan menggunakan kata-kata kasar, sehingga akan mengembangkan rasa tidak menghargai (Suib & Safitri, 2022).

Penelitian terkait masalah di atas, dilakukan oleh (Yusumardi, 2024) yang membuktikan bahwa sebagian besar (52,1%) remaja berperilaku bullying sebagai korban, dan sebagian besar (53,4%) remaja memiliki body image rendah. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara body image dengan bullying pada remaja SMKN 5 Padang dengan nilai p-value =0,000.

Islam melarang keras perbuatan bullying dalam Alquran tepatnya pada

Surah Al-Hujurat ayat 11 terdapat ayat mengenai larangan untuk tidak saling mencela (bullying) yaitu dilihat dari beberapa penggalan ayatnya yang punya kaitannya dengan bullying terutama bullying verbal secara umumnya, walaupun memang tidak disebut secara langsung bahwa ayat tersebut merupakan ayat larangan bullying, namun jika ditilik lagi lebih mendalam beberapa penggalan pada ayat ini memang mengarah pada kriteria-kriteria dari bullying itu sendiri. Berikut ini adalah ayatnya :

يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ عَسٰٓى اَنْ يَّكُوْنُوْا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاۤءٌ مِّنْ نِّسَاۤءٍ عَسٰٓى اَنْ يَّكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّۚ وَلَا تَلْمِزُوْٓا اَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوْا بِالْاَلْقَابِۗ بِئْسَ الِاسْمُ الْفُسُوْقُ بَعْدَ الْاِيْمَانِۚ وَمَنْ لَّمْ يَتُبْ فَاُولٰۤىِٕكَ هُمُ الظّٰلِمُوْنَ ١١

Artinya :

Wahai orang-orang yang beriman, janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain (karena) boleh jadi mereka (yang diolok-olokkan itu) lebih baik daripada mereka (yang mengolok-olok) dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olok) perempuan lain (karena) boleh jadi perempuan (yang diolok-olok itu) lebih baik daripada perempuan (yang mengolok-olok). (QS. Al – Hujurat : 11).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMAN 1 Telaga didapatkan siswa kelas X sejumlah 363 orang, dan kelas XI sejumlah 361 orang, Hasil wawancara yang dilakukan pada 10 orang siswa/siswi 5 dari siswa mengatakan pernah diejek temannya tentang hal-hal yang berhubungan dengan warna kulit, bentuk tubuh, penampilan di sekolah dan mengasingkan diri karena kurang percaya diri serta merasa penampilannya atau keadaan fisiknya kurang menarik. ras/suku, gaya berprilaku, serta logat

berbicara yang berbeda dengan lainnya serta 2 dari 10 siswa tersebut mengatakan tidak pernah melakukan hal yang peneliti tanyakan di dalam wawancara.

Berdasarakan wawancara peneliti dengan guru BK setiap tahun terdapat kasus bullying verbal di SMAN 1 Telaga, dan beberapa kasus menyebabkan perkelahian antara pembully dan korbannya. Berdasarkan penuturan guru BK bullying yang rata – rata terjadi adalah bullying verbal seperti mengolok – ngolok penampilan teman yang tidak disukai. Guru BK mengatakan penyuluhan terkait pencegahan serta penangan bullying dilakukan oleh BKKBN setiap 6 bulan sekali yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang dampak negatif bullying, serta memberikan edukasi mengenai pencegahan dan penanggulangannya, khususnya di kalangan remaja dan keluarga.

Berdasarkan observasi peneliti bahwa siswa memiliki cyrcle tersendiri dalam berteman, kurang berbaur dengan teman sekelas yang bukan cyrcle nya. Siswa anggota dari perkumpulan yang terbentuk dari status di sekolah seperti siswa yang "paling cantik", "paling kaya", "paling pintar" atau paling gaul" menindas atau mengolok – olok siswa lain yang bukan anggota dari perkumpulan mereka. Siswa juga terkadang menjadikan bahan candaan atau lelucon serta mengatakan hal-hal tentang penampilan teman lain yang tidak mereka sukai Kemudian perilaku bullying ini sebagian besar dilakukan di lingkungan sekolah, dan beberapa di luar sekolah hal ini dianggap lumrah oleh siswa selama tidak memakai kekerasan fisik. Beberapa siswi juga berkomentar tentang penampilan siswi lain di media sosial yang dapat dibaca oleh semua orang sehingga siswi yang dikomentari merasa minder dan enggan datang ke sekolah.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan Body image dengan Perilaku Bullying pada Remaja di SMAN 1 Telaga".

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Konsep Remaja

Masa remaja merupakan suatu fase perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, berlangsung antara usia sepuluh tahun sampai sembilan belas tahun. Secara umum remaja didefinisikan sebagai masa transisi dimana individu belum dapat dikatakan dewasa tetapi juga bukan anak-anak. Remaja merupakan suatu periode perkembangan antara masa anak-anak dan masa dewasa yang diikuti oleh perubahan biologis, kognitif, dan sosio emosional. Remaja adalah individu yang unik dengan segala proses perkembangan yang harus dilalui baik secara fisik dan psikologis. Penekanan pengertian remaja adalah tahap perkembangan antara usia anak-anak dan dewasa (Rahayuningsih et al., 2023)..

2.2 Konsep *Body Image*

Pengertian body image (Hamid, 2020), adalah imajinasi subjektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini. Pada masa remaja seseorang akan mengalami pubertas, yang berarti pada seorang remaja harus siap menerima keadaan dirinya termasuk perubahan fisiknya.

2.3 Konsep Perilaku *bullying*

Bullying adalah suatu masalah sosial yang merupakan bagian dari perilaku kekerasan secara agresif dengan ciri-ciri menyakiti baik secara fisik, verbal, psikologis, melalui perantara maupun tanpa perantara, melanggar hak, adanya perbedaan kekuatan antara pelaku dan korban serta dilakukan secara berulang-ulang (Erina et al., 2023).

Perilaku *bullying* merupakan salah satu bentuk dari perilaku agresi. Seperti ejekan, hinaan, dan ancaman seringkali merupakan sebagai suatu pancingan yang dapat mengarah ke agresi. Bullying melibatkan kekuatan dan kekuasaan yang tidak seimbang, sehingga korbannya berada dalam keadaan yang tidak mampu untuk melawan tindakan negatif yang diterimanya. Perilaku bullying dapat menyebabkan dampak serius, sehingga tidak dapat dianggap sebagai perilaku biasa. Dampak perilaku bullying menyebabkan luka batin bagi korbannya dan bahkan ada korban yang bunuh diri (Suib & Safitri, 2022)..

3. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Cross-sectional merupakan desain yang sangat sesuai dengan studi atau penelitian yang bertujuan untuk menemukan suatu kejadian pada suatu fenomena, situasi, masalah, prilaku, atau isu melalui pengambilan cross-section (contoh yang representatif mewakili keseluruhan) dari suatu populasi (Pasaribu et al., 2022). dimana peneliti mengamati Hubungan *Body image* dengan Perilaku *Bullying* pada Remaja di SMAN 1 Telaga, sedangkan waktu penelitian dilaksanakan pada bulan februari 2025.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa remaja kelas X – XI di SMAN 1 Telaga sejumlah 724 siswa dimana sejumlah 363 siswa kelas X dan 361 siswa kelas XI, dengan kriteria Inklusi merupakan siswa – siswi di SMAN 1 Telaga, siswa yang bersedia menjadi responden serta menandatangani informed consent dan kriteria Eksklusi yaitu siswa yang mengalami hambatan dalam penyampaian maupun penerimaan informasi, siswa yang sedang sakit atau izin saat penelitian berlangsung.

Alat ukur dalam penelitian ini adalah kuesioner untuk pengukuran *body image multidemensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scale (MBSRQ-AS)* dan Kuesioner *Adolescent Peer Relations Instrument (APRI)* APRI atau *Adolescent Peer Relations Instrument* merupakan kuesioner untuk skrining korban bullying pada dewasa awal. Kuesioner APRI dapat diisi sendiri oleh siswa. Penilaian kuesioner terdapat 18 poin penilaian aspek bullying yang di bagi menjadi 3 aspek yaitu bulliying verbal, sosial bullying serta bullying fisik dimana subjek diberikan empat alternatif pilihan yaitu tidak pernah (TP) akan mendapatkan skor 1, Kadang (K) akan mendapat skor 2, sering (S) mendapat skor 3, Sangat Sering (SS) mendapat skor 4. Pengumpulan data pada penelitan ini diuji menggunakan dua analisis data yaitu analisis univarit untuk mengolah data yang menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase setiap variabel independent. Analisis bivariat dilakukan oleh peneliti untuk melihat sejauh mana hubungan atau pengaruh pada variabel penelitian serta menguji hubungan atau pengaruh variabel tersebut dengan menggunakan uji korelasi *chi square (x^2).*

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 HASIL PENELITIAN

4.1.1 Gambaran *Body Image* dan Perilaku Bullying pada Remaja di SMAN 1 Telaga

Tabel 1. *Body Image* Remaja di SMAN 1 Telaga

No	*Body Image*	Frekuensi *(n)*	Presentase (%)
1.	*Body Image* Positf	48	54.5
2.	*Body Image* Negatif	40	45.5
	Total	**88**	**100%**

(Sumber : Data Primer, 2025)

Berdasarkan tabel 4.2 hasil penelitian menunjukkan bahwa rata – rata siswa memiliki *body image* positif sejumlah 48 orang (54.5%).

4.1.2 Gambaran perilaku *Bullying* pada Remaja di SMAN 1 Telaga

Tabel 2. Gambaran Perilaku Bullying pada Remaja di SMAN 1 Telaga

No	Perilaku *Bullying*	Frekuensi *(n)*	Presentase (%)
1.	Tidak Pernah menjadi Pelaku/Korban *Bullying*	51	58.0
2.	Pernah menjadi Pelaku/Korban *Bullying*	37	42.0
	Total	**88**	**100%**

(Sumber : Data Primer, 2025)

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa rata – rata siswa tidak pernah menjadi pelaku maupun korban bullying sejumlah 51 orang (58%).

4.1.3 Hubungan *Body Image* dengan Perilaku *Bullying* pada Remaja di SMAN 1 Telaga

Tabel 3. Hubungan *Body Image* dengan Perilaku *Bullying* pada Remaja di SMAN 1 Telaga

Body Image	Perilaku *Bullying*						*p.value(x^2)*
	Tidak Pernah menjadi Pelaku/Korban *bullying*		Pernah menjadi Pelaku/Korban *bullying*		Total		
	n	*%*	*n*	*%*	*n*	*%*	
Positif	37	42.0	11	12.5	48	54.5	
Negatif	14	15.9	26	29.5	40	45.5	0.000
Total	**51**	**58.0**	**37**	**42.0**	**88**	**100.0**	

(Sumber : Data Primer, 2025)

Berdasarkan tabel 4.3 hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja memiliki body image positif dan tidak pernah menjadi pelaku bullying sejumlah 30 orang (50%), dan yang paling rendah adalah body image positif dan pernah menjadi pelaku bullying sejumlah 7 orang (8.7%).

Pada kelompok yang paling rendah adalah remaja yang memiliki body image negatif dan pernah menjadi pelaku bullying sejumlah 16 orang (25.9%), dan terdapat body image negatif dan tidak pernah menjadi pelaku bullying sejumlah 10 orang (15.5%).

Pada kelompok korban bullying menunjukkan bahwa mayoritas remaja memiliki body image positif dan tidak pernah menjadi korban bullying sejumlah 7 orang (28%), dan yang paling rendah adalah body image positif dan pernah menjadi korban bullying sejumlah 4 orang (16%).

Pada kelompok yang paling rendah adalah remaja yang memiliki body image negatif dan pernah menjadi korban bullying sejumlah 10 orang (40%), dan terdapat body image negatif dan tidak pernah menjadi korban bullying sejumlah 4 orang (15.9%).

Hasil analisa statistik menggunakan uji chi square (x2) didapatkan nilai p-value adalah 0.000 (< 0.05), Berdasarkan nilai tersebut karena nilai p < 0.05 dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat Hubungan Body Image dengan Perilaku Bullying pada Remaja Di SMAN 1 Telaga.

4.2 PEMBAHASAN

4.2.1 Gambaran *Body Image* Remaja di SMAN 1 Telaga

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata – rata siswa memiliki *body image* positif sejumlah 48 orang (54.5%), berdasarkan temuan penelitian hal ini terkait dengan remaja merasa percaya diri dengan percaya bahwa dirinya memiliki penampilan yang menarik, menyukai bentuk tubuhnya saat ini, memperhatikan pola makan dan kenaikan BB namun tidak melakukan diet ekstrem, berat badan ideal sesuai dengan tinggi badan serta merasa bahwa tubuh sudah cukup proposional.

Sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa *body image* positif pada remaja adalah persepsi yang positif terhadap tubuhnya sendiri. Remaja dengan *body image* positif menghargai bentuk tubuhnya dan memahami bahwa tidak ada yang sempurna. *Body image* positif adalah persepsi yang benar atau positif terhadap tubuh sendiri. Kamu menghargai bentuk tubuhmu dan memahami bahwa penampilan fisik seseorang tidak ada yang sempurna. Jika dimaknai dengan tepat, *body image* ini bisa membuat remaja berkembang dengan kondisi mental yang lebih baik. Penggambaran tubuh yang positif juga berarti bahwa kamu merasa bangga dan merasa perlu untuk selalu memberi penghargaan pada tubuh. Artinya, kamu akan memberikan yang terbaik termasuk selalu menjaga kesehatan tubuh dan menghindari hal yang bisa merusak. Selain itu, konsep ini juga bisa membuat seseorang menjadi lebih percaya diri dan memiliki kesehatan mental yang lebih baik.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh [1] menunjukkan bahwa remaja yang mengisi kuesioner dengan *body image* positif lebih banyak dari pada *body image* negatif, karena 40% remaja jarang memikirkan dan membandingkan tentang persepsi citra tubuh dirinya terhadap orang lain. Hal ini karena 55% remaja jarang mencerminkan sikap yang fokus terhadap citra tubuh. Bahkan, sebagian besar remaja dengan persentase 65% tidak pernah mengalami perubahan drastis terhadap persepsi mengenai tubuh.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa mayoritas remaja yang memiliki *body image* positif memiliki percaya diri yang tinggi akan penampilan tubuhnya dan tidak memiliki kekhawatiran terkait dengan perubahan bentuk tubuhnya.

Rata – rata siswa memiliki *body image* negatif sejumlah 40 orang (45.5%), berdasarkan temuan peneliti hal ini terkait dengan remaja yang cenderung menjawab kuesioner dimana tidak puas terhadap penampilan dirinya saat ini, merasa terlalu gemuk maupun terlalu kurus untuk seusianya, tidak menyukai beberapa bagian tubuh yang kurang proposional seperti lengan besar, perut buncit, pipi *chubby,* panggul dan paha yang lebar, sehingga hal inilah yang sering menimbulkan kecemasan berlebihan, pola makan sehari – hari remaja juga tidak diatur, mereka menganggpa bahwa penampilan saat ini menyebabkan dirinya tidak tampak menarik dan merasa teman - teman sebayanya tidak dapat menerima keadaan fisiknya saat ini. Selain itu kecemasan akan bentuk tubuh juga dikarenakan standar ideal berat badan maupun tinggi badan yang dikhawatirkan, ketika tidak memenuhi standar tersebut, mereka akan diberi julukan atau *dilabeling* berdasarkan ukuran tubuh saat ini misal si gendut, si kurus dan lainnya.

Sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa pada *body image* negatif hal-hal tersebut dipandang dengan cara sebaliknya. Sedangkan *body image* negatif adalah persepsi yang menyimpang dari bentuk tubuh sendiri. Pada konsep ini, remaja akan menganggap bahwa ukuran tubuh atau bentuk tubuh tidak menarik. Lebih ekstrim lagi, hal ini membuat seseorang berpikir bahwa bentuk tubuh tersebut tidak sesuai dengan keinginan. Hal ini sama sekali tidak baik dan bisa berpengaruh buruk pula pada kehidupan remaja. *Body image* negatif bisa membuat seseorang menjadi tidak percaya diri, merasa malu, sadar diri, dan cemas tentang tubuhmu. Jika dibiarkan, dalam jangka panjang hal ini bisa menyebabkan masalah mental pada remaja. Salah satu dampak dari body image negatif adalah mengalami depresi. *Body image* negatif nyatanya bisa menyebabkan remaja tumbuh dan berkembang dalam kondisi mental yang kurang baik [2].

Teori lainnya menyatakan bahwa *body image* negatif yang disebabkan oleh teman-teman dapat terjadi karena beberapa faktor, seperti perbandingan diri dengan teman, komentar atau perilaku teman yang meremehkan, dan tekanan untuk mengikuti standar kecantikan tertentu. Hal ini dapat berdampak pada kepercayaan diri, kesehatan mental, dan perilaku makan seseorang. Selain itu Teman-teman atau lingkungan sosial dapat menciptakan tekanan untuk mengikuti standar kecantikan tertentu, seperti tubuh langsing atau bentuk tubuh yang ideal, yang dapat menyebabkan *body image* negatif [1].

Hasil penelitian *Body image* di Indonesia, didapatkan 39% remaja di SMAN Kota Bogor pada tahun 2019 memiliki *body image* negatif (Hadi, Abdul, & Merina, 2019). Penelitian lain mendapatkan sebanyak 34,1% siswa dan siswi di Depok pada tahun 2020, memiliki *body image* negatif (Evelianti, Sukamti, & Wardana, 2020).

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa *body image* negatif pada remaja dikarenakan kecemasan dan kegelisahan remaja pada penampilan dan ukuran tubuh yang tidak ideal dan dianggan kurang menarik.

4.2.2 Gambaran Perilaku *Bullying* Remaja di SMAN 1 Telaga

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata – rata siswa tidak pernah menjadi pelaku maupun korban *bullying* sejumlah 51 orang (58%), berdasarkan temuan peneliti hal ini terkait dengan siswa yang memiliki banyak teman sebaya dengan pergaulan yang sehat, empati yang tinggi, saling *mensupport* satu sama lain, menghindari perundungan baik secara fisik maupun secara verbal karena menganggap bahwa tindakan perundungan sesama teman tidak memberikan keuntungan apapun selain itu adanya sanksi oleh sekolah terkait perundungan membuat siswa takut akan hal – hal yang berkaitan dengan tindakan *bullying* yang dilakukan di lingkungan sekolah.

Sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa tindakan *bullying* tidak akan terjadi apabila individu mampu mengendalikan serta mengelola emosinya, memahami diri, bersikap empati, tidak bersifat dendam dan iri hati kepada orang lain, toleransi perbedaan sesama teman, serta memiliki sifat menghargai orang lain [3].

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa perilaku *bullying* tidak terjadi dikarenakan sifat remaja yang mentoleransi dan menghargai perbedaan yang ada dengan teman serta lingkungan sekitarnya.

Pada kelompok yang paling rendah adalah pernah menjadi pelaku/korban *bullying* sejumlah 37 orang (42%). hal ini terkait dengan beberapa siswa merasa tidak percaya diri dengan penampilannya, minder dengan penampilan teman yang dirasa jauh berbeda dengan dirinya sehingga membuat siswa menutup diri dan enggan bergaul maupun berbaur di sekolah, hal ini memicu siswa lain melakukan perundungan pada beberapa siswa tersebut.

Sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa Korban bully mengalami kesulitan dalam mengungkapkan perasaannya, merasa stress yang menyebabkannya kurang percaya diri, malu, sulit fokus dan cemas, sehingga tidak dapat berbaur dengan lingkungan sekitar. Semakin besar *bullying* yang diterima oleh korban semakin rendah rasa percaya diri, sebaliknya semakin rendah *bullying* pada korban, maka akan semakin tinggi rasa percaya diri. Kepercayaan diri korban *bullying* mengalami dampak terjadinya penurunan. Korban *bullying* yang merasa rendah diri, tidak aman dan cenderung untuk tetap diam, tidak mampu melawan atau mengabaikan. Apabila korban tidak mendapatkan dukungan atau keamanan bahkan terus dibully maka akan menurunkan kepercayaan diri dan semua aspek kehidupan sosial pribadinya [4].

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh [5] hubungan antara tindakan *bullying* dengan kepercayaan diri
(*p-value*=0.000<0.05). Simpulan dalam penelitian ini yaitu mayoritas pelaku *bullying* memiliki kepercayaan diri yang tinggi sedangkan korban *bullying* mayoritas memiliki kepercayaan diri yang rendah. Dari hasil analisa dinyatakan terdapat hubungan tindakan *bullying* dengan kepercayaan diri remaja.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa pada kasus *bullying* cenderung merasa kurang percaya diri, gelisah dengan keadaan, memiliki kelemahan dan ketidakmampuan sehingga menjadiki dirinya berpotensi tinggi untuk menjadi korban *bullying.*

4.2.3 Analisis Bivariat

Hubungan *Body Image* dengan Perilaku *Bullying* Remaja di SMAN 1 Telaga

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja memiliki *body image* positif dan tidak pernah menjadi pelaku *bullying* sejumlah 30 orang (50%), berdasarkan temuan peneliti hal ini terkait dengan remaja memiliki percaya diri dan kepuasan yang tinggi tentang citra tubuhnya saat ini, percaya dengan wajahnya yang menarik, olahraga rutin untuk membentuk badan tetap ideal, merasa ukuran tubuh cukup seimbang sehingga dari kepercayaan diri ini remaja tidak pernah menjadi pelaku maupun korban *bullying.* Selain itu terdapat mayoritas remaja memiliki *body image* positif dan tidak pernah menjadi korban *bullying* sejumlah 7 orang (28%), berdasarkan temuan peneliti hal ini dikaitkan dengan remaja memiliki rasa percaya diri yang tinggi, tidak membandingkan dirinya dengan standar orang lain, dan memiliki sifat mudah berbaur dan bergaul dengan teman lainnya.

Sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa kepercayaan diri sebagai sikap positif yang memungkinkan individu untuk mengembangkan penilaian positif terhadap diri sendiri atau situasi yang dihadapinya. Ini tidak berarti bahwa individu tersebut harus bisa melakukan segala sesuatu sendiri, tetapi

kepercayaan diri yang tinggi menunjukkan bahwa individu merasa kompeten, yakin, dan percaya bahwa dirinya mampu menghadapi tantangan. Hubungan kepercayaan diri dengan perilaku *bullying* yang didapatkan siswa sangat erat hubungannya, karena siswa yang sering mendapatkan perlakuan seperti ini akan merasa terganggu dengan apa yang perbuatan pelaku *bullying* lakukan kepada mereka. Siswa dengan perasaan seperti iniilah yang membuat tingkat kepercayaan diri pada diri mereka menurun. Kepercayaan diri sangat krusial bagi korban *bullying* dalam membentuk identitas mereka. Kepercayaan diri merupakan aset penting dalam pengembangan diri. Individu yang memahami dan mengenal diri mereka dengan baik akan meningkatkan rasa percaya diri mereka. Sebaliknya, keraguan diri dapat menghambat kemampuan seseorang untuk berkembang [6].

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh [7] menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel Kepercayaan Diri dengan Perilaku *Bullying* siswa XI SMA Negeri 3 Pati.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan diri siswa, semakin rendah perilaku *bullying* yang mereka alami, dan sebaliknya, semakin rendah kepercayaan diri, semakin tinggi perilaku *bullying* yang dialami.

Pada remaja dengan *body image* positif dan pernah menjadi pelaku *bullying* sejumlah 7 orang (8.7%). berdasarkan temuan penelitian hal ini terkait dengan remaja yang merasa puas dan merasa penampilan tubuhnya menarik, namun tidak menghargai serta menoleransi perbedaan dengan teman lain yang memiliki bentuk tubuh berbeda dengan dirinya seperti gemuk maupun pendek atau terlalu tinggi, sehingga beberapa remaja ini melakukan *bullying* verbal dengan mengatakan hal – hal buruk terhadap siswa lain yang berbeda dari segi penampilan, membuat gosip yang tidak benar adanya, serta membuat lelucon dan candaan tentang siswa lain, selain itu terdapat juga remaja dengan *body image* positif namun menjadi korban *bullying*. Pada kelompok paling rendah adalah *body image* positif dan pernah menjadi korban *bullying* sejumlah 4 orang (16%). Berdasarkan temuan peneliti hal ini dikaitkan dengan responden yang menjadi korban *bullying* ini kerapkali mendapatkan perlakuan kurang baik dari teman – temannya seperti diejek pendiam, dilempari barang, maupun menabrak dengan sengaja saat mereka berjalan untuk menarik perhatian. Berdasarkan temuan peneliti hal ini dikaitkan dengan siswi yang cenderung menjawab puas terhadap penampilan fisiknya saat ini namun kurang percaya diri dan kurang bersosialisasi dengan teman – teman sebayanya, sehingga remaja memiliki kepribadian tertutup dan enggan berbaur dengan teman lainnya.

Sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa kepribadian pelaku bullying biasanya ditandai dengan rasa dendam atau iri hati, keinginan untuk mendominasi korban secara fisik atau emosional, serta upaya untuk meningkatkan popularitas mereka di kalangan teman-temannya. Banyak pelaku *bullying* ini melakukan hal tersebut karena ingin mendapatkan sebuah kepuasan tersendiri. Mereka beranggapan tindakan ini hanyalah sebuah guarauan semata. Para siswa yang menjadi korban daripada tindakan *bullying* ini adalah mereka yang dianggap lemah, orang yang menjadi bahan lelucon temantemannya, karena keadaan dan kondisi mereka, bukan hanya mendapatkan tekanan semata, mereka merasa risih dan kurang pas atas perlakuan bullying yang mereka dapatkan. Jenis daripada tindak bullying yang mereka dapatkan berupa bullying yang bentuknya verbal. *Bullying* verbal adalah bentuk *bullying* yang paling umum digunakan, baik oleh anak pria maupun wanita. Bentuk *bullying* ini mudah dilakukan dan bisa dilakukan di depan orang dewasa atau teman sebaya tanpa terdeteksi. Bullying verbal dapat berupa pemberian nama panggilan, ejekan, fitnah, penghinaan, atau pernyataan bernuansa seksual atau pelecehan, tuduhan, sorakan, makian, olokan, dan penyebaran gosip [8].

Teori lainnya menyatakan bahwa kepribadian tertutup atau introvert memiliki korelasi dengan risiko menjadi korban bullying. Individu dengan kepribadian tertutup cenderung lebih sulit berinteraksi, kurang percaya diri, dan bisa menjadi sasaran bullying karena mereka kurang menentang secara aktif saat terjadi perundungan. Pada kepribadian tertutup cenderung tidak terlalu suka berinteraksi dan memiliki lebih sedikit teman. Ini bisa membuat mereka menjadi sasaran bullying karena mereka kurang mampu melawan atau mencari dukungan dari orang lain selain itu korban *bullying* dengan kepribadian tertutup mungkin kurang mampu atau tidak mau berjuang secara aktif saat menghadapi perundungan, baik secara verbal, fisik, atau psikologis [7].

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa tindakan *bullying* dilakukan karena pelaku ingin mendapatkan kepuasan sendiri terkait dengan standar penampilan orang lain berdasarkan pandangannya dan pendapatnya sendiri.

Pada kelompok *body image* negatif namun tidak pernah menjadi pelaku *bullying* sejumlah 14 orang (15.9%) tidak pernah menjadi pelaku bullying sejumlah 10 orang (15.5%), berdasarkan temuan peneliti hal ini terkait dengan remaja merasa bahwa penampilan saat ini memang berbeda dan tidak ideal dengan teman – teman lainnya namun remaja memiliki *cyrcle* atau lingkungan pergaulan yang menerima serta mentoleransi perbedaan yang ada, remaja juga menganggap bahwa kekurangannya saat ini, menjadikan

motivasi agar dirinya memperhatikan kadar lemak pada makanan sebelum memakannya dan mengatur pola makan yang ada sehingga badan tidak terus bertambah dan BB ideal dapat dicapai dengan tujuan untuk meningkatkan status kesehatannya. Pada kelompok yang paling rendah adalah remaja yang memiliki *body image* negatif dan tidak pernah menjadi korban *bullying* sejumlah 4 orang (15.9%), berdasarkan temuan peneliti hal ini dikaitkan dengan siswi kurang menyukai penampilannya saat ini, hal ini dianggap sebagai bahan untuk introspeksi diri untuk mengembangkan dirinya serta penampilannya sesuai target yang ingin dicapainya, namun lingkungan sekitar kurang mendukung dengan adanya kata – kata yang kurang pantas yang didapatkan setiap harinya, seperti apa yang telah diusahakan akan sia – sia nantinya.

Sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa toleransi adalah sikap menghargai dan menghormati perbedaan pendapat, keyakinan, atau praktik yang dilakukan oleh kelompok lain. Toleransi juga berarti berlapang dada dan tenggang rasa terhadap orang yang berlainan pandangan. Toleransi dapat mencegah perilaku *bullying* karena dapat menciptakan lingkungan yang aman dan inklusif. Toleransi juga dapat menumbuhkan rasa empati dan kepedulian terhadap sesama, selain itu memperkuat nilai-nilai empati dan toleransi di kalangan individu, terutama di lingkungan sekolah, serta kemampuan untuk merasakan dan memahami perasaan orang lain, dapat membantu pelajar untuk lebih menghargai perbedaan dan menghindari tindakan yang merugikan sesama salah satunya *bullying* [9].

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa toleransi dan sikap empati yang tinggi antar teman sebaya menghindarkan dari perilaku *bullying* yang terjadi dilingkungan sekolah.

Hasil analisa statisk menggunakan uji *chi square* (x^2) didapatkan nilai *p-value* adalah 0.000 (< 0.05), Berdasarkan nilai tersebut karena nilai $p < 0.05$ dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat Hubungan *Body Image* dengan Perilaku *Bullying* pada Remaja Di SMAN 1 Telaga.

Hasil penelitian diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh [10] yang membuktikan bahwa sebagian besar (52,1%) remaja berperilaku *bullying* sebagai korban, dan sebagian besar (53,4%) remaja memiliki *body image* rendah. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara *body image* dengan *bullying* pada remaja SMKN 5 Padang dengan nilai *p-value* =0,000.

Keadaan tubuh erat kaitannya dengan *body image* atau disebut juga juga citra tubuh. *Body image* individu berupa persepsi mengenai bentuk dan berat badan, serta perilaku yang mengarah pada evaluasi individu terhadap fisiknya. Saat ini tetapi banyak remaja yang tidak menyadari bahwa mereka memiliki tugas untuk memiliki kemampuan menerima keadaan diri di mana kondisi ini dikatakan bahwa remaja memiliki *body image* yang negatif, jika remaja tidak memiliki kemampuan menerima keadaan diri, maka akan mempengaruhi kehidupan sehari-harinya, seperti kurangnya kepercayaan diri [11].

Body image ini sangat berdekatan dengan kehidupan sehari-hari terlebih jika dihubungkan dengan *body shaming* yang sedang marak terjadi di lingkungan remaja. Dari trend seputar gaya hidup yang berkembang dikalangan remaja, sedikit yang memunculkan tindak perundungan atau *bullying* bagi mereka yang dianggap tidak sesuai dengan tren. Tindakan perundungan yang terjadi dalam hal ini terkait dengan penampilan fisik atau lebih dikenal dengan istilah *body shaming* dikarenakan. Istilah ini ditujukan untuk mengejek penampilan fisik seseorang yang dianggap berbeda dengan lainnya seperti penyebutan gendut, pesek,dan cungkring [6].

Perilaku *bullying* merupakan perilaku kekerasan yang menyalahgunakan kekuasaan yang berlangsung terus menerus kepada seseorang yang dirasa lemah dan fisik berdaya atau memiliki kekurangan sosial. Jenis perilaku *bullying* yang terjadi yaitu kekerasan seksual, pertengkaran fisik dan perundungan berupa perundungan verbal terhadap korbannya [12].

Bullying memiliki dampak yang serius pada perkembangan masa remaja korban *bullying* dapat mengalami kesulitan menjalin pertemanan, lebih suka menyendiri, citra tubuh negatif, ketakutan akan masuk sekolah, timbulnya depresi hingga berujung pada tindakan bunuh diri [6].

Fenomena tersebut terjadi karena masyarakat di Indonesia masih menganggap bahwa perilaku *bullying* adalah tindakan yang wajar, dan sering kali guru ikut serta terlibat dalam perilaku *bullying* di sekolah. Saat ini *bullying* di sekolah berkembang pesat sehingga sering memberikan masukan yang negatif terhadap siswa, contohnya memberikan hukuman yang tidak membangun seperti hukuman fisik yang berlebihan dan menggunakan kata-kata kasar, sehingga akan mengembangkan rasa tidak menghargai [13].

Perawat berperan penting dalam mengidentifikasi citra tubuh pada remaja sebagai tempat konsultasi terhadap masalah pada remaja itu sendiri yang mengalami masalah gangguan citra tubuh negatif. Selain itu perawat juga memiliki peran penting dalam mengedukasi remaja yang menjadi korban *bullying* upaya pelayanan kesehatan primer (*Primary Health care*) yang berfokus pada upaya promotif dan preventif terkait pengetahuan dan cara pengendalian *bullying* serta mencegah dampak terhadap masalah kesehatan. perawat harus menyediakan program Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE), Konseling, Pemberdayaan

Keluarga dan Masyarakat, serta dapat dilakukan pemeriksaan mental atau pun rehabilitatif untuk mencegah terjadinya *bullying*. Konseling dan pemeriksaan dapat dilakukan di sekolah, puskesmas atau pun rumah sakit setempat yang telah memiliki petugas medis yang terlatih [4].

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian menujukkan adanya Hubungan *Body Image* dengan Perilaku Bullying pada Remaja di SMAN 1 Telaga. Mayoritas responden memiliki *body image* positif, dan mayoritas remaja tidak pernah menjadi pelaku dan korban *bullyin*g. Meskipun demikian, masih ada beberapa penderita dengan *body image* negatif kurang dan pernah menjadi pelaku maupun korban *bullying*, dengan demikian, sekolah dapat meningkatkan screening terkait resiko menjadi pelaku atau korban bullying pada remaja sehingga dapat mengidentifikasi tanda – tanda resiko perilaku bullying pada remaja.

Berdasarkan hasil ini, perlu adanya upaya peningkatan penyuluhan dan edukasi tentang perilaku bullying pada remaja, dari pihak puskesmas atau lembaga terkait tentang pencegahan perilaku *bullying* pada remaja.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada editor dan reviewer jurnal yang telah memberikan saran dan masukan konstruktif untuk perbaikan naskah ini. Penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada pembimbing 1 Ns. Firmawati, M.Kep dan pembimbing 2 Ns. Wiwi Susanti Piola, M.Kep yang telah banyak membantu dan memberikan bimbingan, serta masukan dan motivasi selama proses penelitian. Terimakasih juga kepada SMAN 1 Telaga atas diberikannya kesempatan kepada peneliti untuk dapat mengembangkan dan melakukan penelitian ini di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

[1] C. Nurrahim And R. Pranata, "Self Body Image Pada Remaja," *J. Pendidik. Kesehat. Rekreasi*, Vol. 10, No. 1, Pp. 57–75, 2024, Doi: 10.59672/Jpkr.V10i1.3412.

[2] A. E. Purwati, "Dampak Media Sosial Terhadap Body Image Remaja Putri," *Prev. J. Kesehat. Masy.*, Vol. 14, No. 3, Pp. 553–568, 2023, Doi: 10.22487/Preventif.V14i3.998.

[3] B. Arief And A. Fitroh, *Perilaku Bullying Pada Remaja Dan Faktor-Faktor Yang Memengaruhinya*. Purwekerto: Pena Persada, 2021.

[4] D. Agustin, N. Rohmah, And Z. E. Y. Anggraini, "Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Perilaku Bullying Pada Remaja Di Smk Hidayatul Mubtadiin Sidodadi Kecamatan Tempurejo Kabupaten Jember.," *Heal. Med. Sci.*, Vol. 1, No. 4, P. 9, 2023, Doi: 10.47134/Phms.V1i4.56.

[5] N. Hadijah, P. J. B. Nito, And M. Ariani, "Hubungan Tindakan Bullying Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Di Sma 'X' Banjarmasin," *J. Keperawatan Jiwa*, Vol. 11, No. 3, Pp. 573–580, 2023, [Online]. Available: Https://Jurnal.Unimus.Ac.Id/Index.Php/Jkj/Article/View/12314

[6] A. Zuroida And S. Kireida Kusnadi, "Body Image Dengan Perilaku Bullying Pada Remaja," *Idea J. Psikol.*, Vol. 5, No. 2, Pp. 88–99, 2022, Doi: 10.32492/Idea.V5i2.5203.

[7] A. I. Syahputra, S. Fitriana, And M. A. P. Dian, "Jubikops : Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Perilaku Bullying Siswa Kelas Xi Sma Negeri 3 Pati," Vol. 4, No. September, Pp. 152–159, 2024.

[8] P. Prameswari, A. N. Angesti, S. S. Kurniawan, And S. Mardiyah, "Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Body Image Pada Remaja Di Sma Genesis Medicare Cimanggis," Vol. 30, No. 2, 2023.

[9] J. N. P. Wardani, G. S. Sugara, And A. P. Rahimsyah, "Analisis Kecenderungan Perilaku Bullying Pada Remaja," *Bul. Konseling Inov.*, Vol. 3, No. 3, Pp. 226–236, 2023, Doi: 10.17977/Um059v3i32023p226-236.

[10] Yusumardi, "Hubungan Body Image Dengan Perilaku Bullying Pada Remaja Di Smkn 5 Padang," Vol. 19, No. 5, Pp. 1–23, 2024.

[11] F. S. A. Ningsih, H. Hudaniah, And S. N. Rokhmah, "Pengaruh Body Shaming Terhadap Body Image Remaja Perempuan," *Cognicia*, Vol. 11, No. 1, Pp. 79–85, 2023, Doi: 10.22219/Cognicia.V11i1.24983.

[12] A. Erina, N. N. Aulia, And S. Ipah, "Identifikasi Fenomena Perilaku Bullying Pada Remaja," *J. Bimbing. Dan Konseling*, Vol. 3, Pp. 19–30, 2023, [Online]. Available: Https://Jurnal.Stkipmb.Ac.Id/Index.Php/Jubikops/Article/View/201/152

[13] S. Suib And A. Safitri, "Perilaku Bullying Remaja Dipengaruhi Lingkungan Sekolah Dan Pengetahuan," *Jkep*, Vol. 7, No. 2, Pp. 149–157, 2022, Doi: 10.32668/Jkep.V7i2.710.