Hubungan *Body Image* Dengan Perilaku *Bullying* Pada Remaja Di SMA Negeri 3 Kota Gorontalo

Rona Febriyona[1], Nur Uyuun I. Biahimo[2], Sintia Djafar[3,]
Department of Nursing, Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Indonesia
andiakifasudirman@umgo.ac.id

Article Info

Article history:

Received month dd, yyyy
Revised month dd, yyyy
Accepted month dd, yyyy

Kata Kunci:

Body Image
Perilaku Bullying
Remaja

ABSTRAK

Perilaku *bullying* merupakan perilaku negatif yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang yang dapat merugikan orang lain dan dilakukan secara berulang-ulang. Tujuan penelitian ini adalah untuk meganalisis hubungan *body image* dengan perilaku *bullying* pada remaja di SMA Negeri 3 Kota Gorontalo. Desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross setional*. Populasi sebanyak 1.305 siswa dengan sampel sebanyak 90 siswa. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar memiliki *body image* positif yaitu sebanyak 65 responden (72.2%). Pada perilaku *bullying* sebagian besar responden memiliki perilaku *bullying* sedang yaitu sebanyak 59 responden (65.6%). *Body image* memengaruhi penerimaan diri seseorang terhadap lingkungannya, sehingga semakin tinggi atau positif *body image* maka semakin tinggi pula penerimaan diri seseorang terhadap dirinya dan orang lain. Kesimpulan terdapat hubungan antara *body image* dengan perilaku *bullying* pada remaja di SMA Negeri 3 Kota Gorontalo berdasarkan hasil uji statistik *chi-square* dengan *p-value* = (0.000). Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan siswa terkait cara mengontrol *body image* agar terhindar dari perilaku *bullying* yang membawa dampak negative baik bagi pelaku maupun bagi korban

This is an open access article under the CC BY-SA license.

Corresponding Author:

Rona, Nur, Sintia
Universitas Muhammadiyah Gorontalo
Email: andiakifasudirman@umgo.ac.id

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi perkembangan dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Remaja disebut sebagai masa belajar untuk tumbuh dan berkembang, di mana tugas perkembangan menjadi bagian penting dari proses ini (Muhith, 2015). Perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang terjadi pada remaja menuntut kemampuan untuk beradaptasi. Pada masa ini, terjadi pembentukan cita-cita dan orientasi masa depan yang turut dipengaruhi oleh hubungan dengan orang tua, teman sebaya, dan lingkungan sosial. Namun, tantangan besar juga muncul, seperti perlakuan bullying yang kerap kali dialami oleh remaja di berbagai lingkungan.

Bullying pada remaja memberikan dampak yang serius, salah satunya adalah gangguan pada body image. Remaja yang menjadi korban bullying cenderung mengalami persepsi negatif terhadap tubuhnya, merasa tidak puas dengan berat badan atau ukuran tubuh, serta memiliki perasaan rendah diri. Kondisi ini dapat memicu kecemasan, depresi, gangguan makan, bahkan keinginan untuk bunuh diri (Wijanarko, 2017). Faktor sosial seperti komentar negatif terhadap penampilan sering kali memperburuk situasi ini. Data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menunjukkan bahwa kasus bullying terus meningkat dari tahun ke tahun, termasuk di Provinsi Gorontalo, yang mencatat lonjakan signifikan kasus bullying di kalangan remaja selama periode 2020–2022.

PROMOTOR : Jurnal Mahasiswa Keperawatan ISSN: 2654-8127

Dampak bullying tidak hanya dirasakan oleh korban, tetapi juga oleh pelaku, saksi, dan lingkungan sosial secara keseluruhan. Kasus-kasus bullying sering kali berakhir dengan perilaku menyimpang, kenakalan remaja, gangguan psikologis, bahkan kasus bunuh diri. Untuk mengatasi hal ini, diperlukan peran support system yang kuat dari keluarga dan lingkungan sosial. Dukungan emosional dari keluarga, penguatan rasa percaya diri, dan pengembangan self-love menjadi kunci dalam mengurangi dampak negatif bullying. Pada remaja di SMA Negeri 3 Kota Gorontalo, perilaku bullying yang berhubungan dengan body image sering kali menyebabkan depresi dan hilangnya rasa percaya diri, sehingga mendorong penelitian lebih lanjut untuk memahami dan menanggulangi masalah ini.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Variabel bebas (*Independen*) adalah latihan *body image* dan variabel terikat (*dependen*) yaitu perilaku *bullying. Teknik sampling* yang digunakan pada penelitian ini adalah *accidental sampling.* Sampel Pada penelitian ini diambil dari populasi siswa SMA Negeri 3 Gorontalo sebanyak 90 siswa. Analisis dilakukan dengan uji statistik *chi square* dengan tingkat kemaknaanya adalah (α=0.05%). Penelitian telah dilakukan di SMP Negeri 2 Limboto pada bulan Maret 2024.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi berdasarkan *body image* di SMA Negeri 3 Gorontalo

No	*Body Image*	Frekuensi	Presentase
1	Negative	25	27.8%
2	Positif	65	72.2%
	Total	**90**	**100**

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 1. diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki body image positif yaitu sebanyak 65 responden (72.2%). Adapun sebagian kecil reponden memiliki body image negatif yaitu sebanyak 25 responden (27.8%).

Tabel 2. Distribusi berdasarkan perilaku *bullying* di SMA Negeri 3 Gorontalo

No	Perilaku *Bullying*	Frekuensi	Presentase
1	Ringan	25	27.8%
2	Sedang	59	65.6%
3	Berat	6	6.7%
	Total	**90**	**100**

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 2. diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku *bullying* sedang yaitu sebanyak 59 responden (65.6%). Adapun sebagian kecil reponden memiliki perilaku *bullying* berat yaitu sebanyak 6 responden (6.7%).

Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan *Body Image* Dengan Perilaku *Bullying* Pada Remaja Di SMA Negeri 3 Kota Gorontalo

Body Image	Perilaku *Bullying*								P *Value*
	Ringan		Sedang		Berat		Total		
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Negative	25	27.8	0	0	0	0	25	27.8	0.000
Positif	0	0	59	65.6	6	6.6	65	72.2	
Total	25	27.8	59	65.6	6	6.6	90	100	

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa, dari 25 responden (27.8%) yang memiliki *body image* negative, seluruhnya memiliki perilaku *bullying* ringan yaitu sebanyak 25 responden (27.8%). Adapun dari 65 responden (72.2%) yang memiliki body image positif, sebanyak 59 responden (65.6%) memiliki perilaku bullying sedang dan sebanyak 6 responden (6.6%) memiliki perilaku *bullying* berat. Hasil uji statistik dengan menggunakan menggunakan uji *chi-squere* di peroleh *p-value* = (0.000) lebih kecil dari α (0,05) atau *p-value* <α yang artinya terdapat hubungan*body image* dengan perilaku *bullying* pada remaja di SMA Negeri 3 Kota Gorontalo

PEMBAHASAN

ISSN: 2654-8127

Analisis Univariat

***Body Image* Pada Remaja Di SMA Negeri 3 Kota Gorontalo**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 3 Kota Gorontalo diketahui bahwa sebagian kecil reponden memiliki *body image* negatif yaitu sebanyak 25 responden (27.8%). Responden yang memiliki *body image* negatif terlihat dari jawaban responden pada kuesioner yaitu penampilan responden tidak menarik perhatian teman-teman.

Tampilan secara fisik menjadi penunjang rasa percaya diri seseorang. Yang mana tampilan secara fisik, gambaran diri, relasi bersama keluarga, dan relasi dilingkungan pertemanan merupakan penunjang dalam memengaruhi rasa percaya diri seseorang. Salah satu faktor yang mempengaruhi penampilan yaitu warna kulit. Secara umum kulit putih menjadi patokan ideal kecantikan yang menggeser idelisme kulit orang Indonesia yang berwarna sawo matang. Hal ini diperkuat dengan adanya anggapan bahwa warna kulit gelap identik dengan citra pedesaan. Mayoritas orang menginginkan warna kulit putih karena sesuai dengan tuntutan karir, tekanan sosial, menarik lawan jenis dan citra tubuh (Kumalasari & Raihana, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 3 Kota Gorontalo diketahui bahwa reponden memiliki *body image* negatif terlihat dari jawaban responden pada kuesioner yaitu responden menggunakan pakaian yang tidak sesuai dengan ukuran tubuh. Tren fashion dikalangan remaja pada masa kini sudah sangat berkembang. Mulai dari penggunaan jilbab, aksesoris, model pakaian, sepatu, tas dan sebagainya. Perkembangan fashion tesebut tidak terlepas dari berbagai kebutuhan percaya diri remaja. Banyak sekali remaja yang menggunakan OOTD (*Outfit Of The Day*) yang mengikuti berbagai tren di sosisal media. Outfit merupakan penunjang tingkat kepercayaan diri remaja. Akan tetapi didalam penggunaan outfit dibatasi dengan ukuran tubuh. Pakaian adalah cermin dari identitas, status, hierarki, gender, memiliki nilai simbolik dan merupakan ekspresi cara hidup tertentu. Pakaian adalah kulit sosial dan kebudayaan. Pakaian dapat dilihat sebagai perpanjangan tubuh, namun sebenarnya bukan bagian dari tubuh. Pakaian tidak saja dapat menghubungkan tubuh dengan dunia luar, tetapi sekaligus memisahkan keduanya. Pada masa perkembangannya remaja memasuki periode baru dalam penyesuaian dirinya dan lebih memperhatikan penampilannya. Citra diri yang ditampilkan oleh kebanyakan remaja merupakan cerminan diri remaja yang harus mampu menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang representasikan melalui pilihan pakaian (Qorib, Oktarina & Ermelinda, 2023).

Berdasarkan hasil wawancara singkat diketahui bahwa responden dengan *body image* negative menyatakan bahwa sering menggunakan pakaian yang tidak sesuai dengan ukuran tubuh untuk menutupi bentuk tubuh. Contohnya responden yang memiliki badan kurus cenderung memilih pakaian dengan ukuran besar negitupula sebaliknya responden dengan badan gemuk cenderung menggunakan pakaian dengan ukuran kecil agar tidak tampak semakin gemuk. Apabila dibandingkan dengan pria, wanita lebih rentan mengalami depresi akibat berat badan. Masalah bentuk tubuh sangat ditakutkan karena dianggap sesuatu hal yang sangat penting bagi dirinya. Berat badan menjadi masalah tersendiri karena akan kesulitan mendapatkan busana yang cocok untuk dirinya. Individu akan mengalami keterbatasan dalam mengeksplorasi diri karena bentuk tubuh yang terlalu gemuk atau terlalu kurus (Hasan, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas peneliti berasumsi bahwa remaja yang memiliki citra tubuh positif merasa puas dengan bentuk tubuh mereka dan merasa berat badan saat ini merupakan berat badan ideal. Adapun responden yang memiliki body image negatif merasa bahwa mereka tidak menarik, pakaian yang digunakan tidak sesuai dengan ukuran tubuh dan khawatir menjadi gemuk. Peneliti juga berasumsi bahwa, kepuasan citra tubuh pada diri individu dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu berat badan dan persepsi derajat kegemukan serta kekurusan. Citra tubuh menjai gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya dan atas penilaian orang lain terhadap dirinya.

Perilaku *Bullying* Pada Remaja Di SMA Negeri 3 Kota Gorontalo

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 3 Kota Gorontalo diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku *bullying* sedang yaitu sebanyak 59 responden (65.6%). Adapun sebagian kecil reponden memiliki perilaku *bullying* berat yaitu sebanyak 6 responden (6.7%). Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden yang memiliki perilaku *bullying* kategori sedang terlihat dari jawaban responden pada kuesioner yaitu responden seringkali menghina teman, mempermalukan teman di hadapan umum serta seringkali menyakiti hati teman dengan kata-kata kasar.

Adapun yang dimaksud dengan *bullying* verbal yaitu kekerasan verbal adalah bentuk penindasan yang paling umum digunakan, baik oleh anak perempuan maupun anak laki-laki. Kekerasan verbal mudah dilakukan dan dapat dibisikkan dihadapan orang dewasa serta teman sebaya, tanpa terdeteksi. Penindasan verbal sering diabaikan karena hanya dianggap sebagai dialog yang bodoh dan tidak simpatik di antara teman sebaya. Penindasan verbal dapat berupa julukan nama, celaan, fitnah, kritik kejam, penghinaan, dan pernyataanpernyataan bernuansa ajakan seksual atau pelecehan seksual. Selain itu, penindasan verbal dapat berupa perampasan uang jajan atau barang-barang, telepon yang kasar, e-mail yang mengintimidasi, surat-surat

kaleng yang berisi ancaman kekerasan, tuduhantuduhan yang tidak benar, kasak-kusuk yang keji, serta gosip (Zakiyah, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden yang memiliki perilaku *bullying* kategori berat terlihat dari jawaban responden pada kuesioner yaitu responden suka saling mempermalukan, selalu mengejek teman dengan memanggil nama ayah/ ibunya. Selain itu juga banyak kakak kelas yang iseng dengan adek kelas seperti meminta jajan atau minta dibelikan minum saat istirahat. Perilaku *bullying* tersebut dialami korban karena faktor sifat dalam diri korban yang pendiam dan introvert (tertutup) serta memiliki bentuk yang kurang menarik. Sementara itu, para korban memiliki sedikit teman, tidak suka bersosialisasi dan peserta didik yang tidak popular. Obrolan mereka lebih ke hobi atau kegiatan yang disenangi, banyak yang mengejek korban. Selain itu anak usia sekolah sedang suka mencari hal yang baru sehingga mereka sangat mudah meniru perkataan ataupun perbuatan yang dia lihat atau dengar seperti halnya anak sering menonton film atau menonton sinetron yang ada pada televisi yang ada adegan kekerasan dan perkataan yang kasar untuk anak.

Walaupun gaya *bullying* mungkin berbeda-beda, namun menurut Amalia, Oktaviyana & Rahmayanti (2021) pelaku *bullying* ini memiliki sifat yang sama, yaitu suka mendominasi orang lain, suka memanfaatkan orang lain untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan, sulit melihat situasi dari titik pandangan orang lain, hanya peduli pada keinginan dan kesenangan mereka sendiri, cenderung melukai orang lain ketika orang tua/orang dewasa lainnya tidak ada di sekitar mereka, memandang saudara-saudara/rekan-rekan yang lebih lemah sebagai musuh, menggunakan kesalahan, kritikan, dan tuduhan yang keliru untuk memproyeksikan ketidakcakapan mereka kepada targetnya, tidak mau bertanggung jawab atas tindakan-tindakan mereka, tidak memiliki pandangan masa depan serta menggunakan nama orang tua sebagai bahan mengolok-olok teman.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas peneliti bersumsi bahwa responden yang memiliki bullying sedang karena sering menghina teman, mempermalukan teman dihadapan umum dan menyakiti hati teman dengan kata-kata kasar. Adapun responden yang memiliki bullying berat selalu mengejek teman dengan memanggil nama ayah atau ibu korban. Selain itu peneliti juga berasumsi bahwa *bullying* dilakukan oleh sekelompok orang yang lebih kuat dan tidak bertanggung jawab untuk mendapatkan rasa hormat dari teman sebayanya atau menunjukkan di depan teman-temannya bahwa dia punya kekuatan dan merasa menjadi jagoan, paling berani, serta yang paling berkuasa di kelompoknya.

Analisis Bivariat

Pengaruh Latihan Regulasi Emosi Dalam Menghadapi *Perilaku Bullying* Pada Remaja Di SMP Negeri 2 Limboto

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di diketahui bahwa, hasil uji statistik dengan menggunakan menggunakan uji *chi-square* di peroleh *p-value* = (0.000) lebih kecil dari α (0,05) atau *p-value* <α yang artinya terdapat hubungan *body image* dengan perilaku *bullying* pada remaja di SMA Negeri 3 Kota Gorontalo.

Body image adalah gambaran mental yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya yang meliputi pikiran, perasaan, penilaian, sensasi, kesadaran, dan perilaku yang terkait dengan tubuhnya. *Body image* menjadi suatu pengalaman individual seseorang tentang tubuhnya (Hasanah& Hidayati, 2021). *Body image* mulai terbentuk pada saat anak-anak mulai menginternlisasikan pesan-pesan dan standar kecantikan dari masyarakat dan kemudian menilai diri mereka sendiri berdasarkan standar-standar tersebut. Melalui cara ini anak-anak mulai mengembangkan konsep tentang apa yang baik dan apa yang buruk dengan melihat proporsi tubuh dan penampilan mereka seperti tinggi badan, berat badan, kondisi otot, warna rambut dan gaya atau merk pakaian mereka (Dewi, 2022).

Body image memengaruhi penerimaan diri seseorang terhadap lingkungannya, sehingga semakin tinggi atau positif *body image* maka semakin tinggi pula penerimaan diri seseorang terhadap dirinya dan orang lain. Kepuasan diri sendiri dapat diukur dengan cara menilai seberapa jauh remaja tersebut menerima dirinya. Remaja diharapkan dapat memberi penilaian yang baik terhadap kondisi fisiknya seperti menerima perubahan fisik juga menjadi suatu hal yang penting (Syahrani Erdiantami & Hertinjung, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa, dari 65 responden (72.2%) yang memiliki body image positif, ditemukan sebanyak 6 responden (6.6%) memiliki perilaku *bullying* berat. Berdasarkan analisis yang dilakukan oleh peneliti, hal ini dikarenakan mayoritas responden memiliki jenis l 5 aki-laki sehingga cenderung memiliki sikap yang lebih agresif dibandingkan dengan anak perempuan (rsosialisasi dengan teman sekelompok mereka sehingga walaupun mereka memiliki *body image* dalam kategori sedang mereka mampu melakukan *bullying* dalam kategori berat.

Jenis kelamin merupakan hal yang sangat penting bagi individu sebagai sebuah “identitas”. Perilaku *bullying* cenderung dapat ditemukan pada anak laki-laki dibandingkan anak perempuan serta intensitasnya dipengaruhi oleh proses sosialisasi yang mereka terima, juga karena adanya perbedaan tingkat keberanian dan ukuran fisik (Novitasari, Ferasinta & Padila, 2023)

Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas peneliti berasumsi bahwa secara umum seorang remaja harus memiliki *body image* yang positif akan tetapi mereka harus mampu untuk mengendalikan serta

ISSN: 2654-8127

mengelola emosinya karena apabila seseorang memiliki rasa percaya diri yang berlebihan maka akan memicu munculnya kecenderungan perilaku *bullying* berupa kekerasan fisik, verbal atau psikologis.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 3 Kota Gorontaloyang berjudul hubungan *body image* dengan perilaku *bullying* pada remaja diperoleh kesimpulan berupa *body image* pada remaja di SMA Negeri 3 Kota Gorontalo yang didapatkan bahwa, sebagian besar memiliki *body image* positif yaitu sebanyak 65 responden (72.2%). Adapun sebagian kecil reponden memiliki *body image* negatif yaitu sebanyak 25 responden (27.8%). Perilaku *bullying* pada remaja di SMA Negari 3 Kota Gorontalo yang didapatkan bahwa,sebagian besar responden memiliki perilaku *bullying* sedang yaitu sebanyak 59 responden (65.6%). Adapun sebagian kecil reponden memiliki perilaku *bullying* berat yaitu sebanyak 6 responden (6.7%). Terdapat hubungan antara *body image* dengan perilaku *bullying* pada remaja di SMA Negeri 3 Kota Gorontalo berdasarkan hasil uji statistik *chi-square*dengan*p-value* = (0.000)

DAFTAR PUSTAKA

[1] Amalia, W., & Vebrian, G. (2022). Hubungan antara ketidakpuasan bentuk tubuh dengan kepercayaan diri remaja pada korban body shaming di SMK Al-Gina. *Nusantara Hasana Journal*, *1*(8), 129-135.

[2] Amelia & Lucia. 2019. Intervensi Perilaku Perundungan pada Siswa Sekolah Dasar sebagai Pelaku. Jurnal Psikologi Teori dan Terapan

[3] Dewi, L. (2022). Penerapan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Mengurangi Body Image Negatif Pada Siswa Di Sma Negeri 1 Belopa.

[4] Hasan, M. (2020). Gambaran tingkat depresi terhadap kejadian peningkatan interdialytic weight gain pada pasien Penyakit Ginjal Kronik yang menjalani hemodialisis di Rumah Sakit Umum Dr. Zainal l Abidin, Banda Aceh. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, *20*(2).

[5] Moedjiati, Y. (2024). Kenyamanan Gaun Dengan Menggunakan Pola Meyneke Untuk Wanita Berbadan Gemuk Di Surabaya. *Bugaris*, *1*(1), 15-22.

[6] Qorib, F., Oktarina, R. A., & Ermelinda, J. (2023). Penggunaan Busana Sebagai Bentuk Ekspresi dan Identitas Mahasiswa di Media Sosial. *Jurnal Komunikasi Nusantara*, *5*(2), 236-251.

[7] Safitri, F., Afiati, E., & Wibowo, B. Y. (2022). Hubungan Antara Body Image

[8] Syahrani Erdiantami, D., & Hertinjung, W. S. (2022). *Hubungan Body Image Dengan Penerimaan Diri Dan Penerimaan Diri Ditinjau Dari Jenis Kelamin* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

[9] Wijanarko, J..(2017). Intim Orang Tua-Anak. Jakarta : HHK Media

[10] Zakiyah, Ela Zain, dkk. (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying Jurnal Penelitian & PPM. Vol. 4, No. 2, 129-389. FISIP Universitas Padjadjaran