HUBUNGAN PERILAKU *BODY SHAMING* DENGAN CITRA DIRI SISWA DI SMPN 3 TELAGA

JURNAL

NURINDA H. ADAM
NIM. C01417132

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
JURUSAN KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMDIYAH GORONTALO
GORONTALO
2022

Jurnal Zaitun
Jurusan Keperawatan

ISSN 2301– 5691

Artikel Penelitian

HUBUNGAN PERILAKU *BODY SHAMING* DENGAN CITRA DIRI SISWA DI SMPN 3 TELAGA

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY SHAMING BEHAVIOR AND STUDENT SELF-IMAGE AT SMPN 3 TELAGA

[1]Nurinda H. Adam**,** [2]Firmawati, [3]Sabirin B. Syukur
Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo
e-mail : Indah_Adam@gmail.com

ABSTRACT

Body shaming includes verbal violence that causes psychological trauma due to painful words such as criticizing someone's physical body, body shaming can give its own pressure effect to the victim therefore it can cause psychological disturbances to a person, sometime which can affect self-image. The objective of research was to determine the relationship between body shaming behavior and students' self-image. The research design used an analytical survey method with a cross sectional approach. The total population is 276 people with a sample of 170 people, the sampling technique uses purposive sampling. The results of the research showed the average body shaming behavior of students was in the moderate category as many as 114 people with positive self-image as many as 99 people, the results of data analysis showed pValue = 0.000 <0.05. The conclusion is H_a accepted, which means that there is a relationship between body shaming behavior and student self-image at SMPN 3 Telaga. Suggestions for the school to give a warning or punishment to give a deterrent effect to the perpetrators of body shaming thus as not to repeat it. For students to respect friends by not judging a person's physical condition badly because it will have an effect on both psychologically and physically.

Keywords: Body Shaming Behavior, Self Image.

ABSTRAK

Body shaming termasuk kekerasan secara verbal yang menyebabkan trauma psikis karena ucapan yang menyakitkan seperti mencela fisik seeorang, *body shaming* dapat memberikan efek tekanan tersendiri bagi korban sehingga dapat menimbulkan gangguan psikologis seseorang, salah satunya dapat mempengaruhi citra diri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan perilaku *body shaming* dengan citra diri siswa. Desain penelitian menggunakan metode *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional.* Jumlah populasi sebanyak 276 orang dengan jumlah sampel sebanyak 170 orang, tehnik penarikan sampel menggunakan *purposive sampling.* Hasil penelitian rata-rata perilaku *body shaming* siswa berada pada kategori sedang sebanyak 114 orang dengan citra diri positif sebanyak 99 orang, hasil analisis data menunjukan nilai pValue=0,000<0,05. Kesimpulan penelitian ini Ha diterima berarti terdapat hubungan perilaku *body shaming* dengan citra diri siswa di SMPN 3 Telaga. Saran untuk pihak sekolah agar memberikan teguran atau hukuman untuk memberikan efek jera kepada pelaku *body shaming* sehingga tidak mengulanginya. Untuk siswa agar menghargai teman dengan tidak menilai buruk keadaan fisik seseorang karena akan berefek pada baik secara psikis maupun fisik.

Kata Kunci : Perilaku Body Shaming, Citra Diri.

PENDAHULUAN

Perlakuan *body shaming* atau kritikan yang dialami seseorang ketika kekurangan dari bentuk tubuh di pandang atau dinilai sebagai sesuatu yang kurang baik oleh orang lain. Perlakuan *body shaming* dapat dikatakan sebagai bulying secara verbal dengan membuly bentuk fisik seseorang atau badan seseorang. Bukti yang menunjukkan pengalaman memalukan dahulu melekat dalam diri dan di jadikan sebagai kenangan traumatis terkait dengan perasaan malu di masa depan serta meningkatkan kerentanan terhadap traumatis, traumatis termasuk salah satu efek dari perlakuan *body shaming* tersebut (Dolezal, 2015).[1]

Di Indonesia kasus *body shaming* mencapai 966 kasus atau (27%), bentuk *body shaming* yang sering terjadi yaitu mencela penampilan fisik, ukuran dan bentuk tubuh, warna kulit maupun berat badan seseorang, mencela seseorang dan menyamakan dengan orang lain maupun hewan, *body shaming* lebih marak terjadi di media sosial dan sering terjadi pada wanita dewasa maupun remaja perempuan, kasus *body shaming* juga termasuk dalam kontinum kekerasan seksual (Kemendikbud RI, 2021).[2]

Body shaming termasuk kekerasan secara verbal yang menyebabkan trauma psikis karena ucapan yang menyakitkan seperti mencela fisik seeorang, di Provinsi Gorontalo kasus *body shaming* sudah termasuk dalam kasus *bullying* sehingga kasus ini terbilang tinggi yaitu sebanyak 177 kasus, rata-rata *body shaming* terjadi pada perempuan melalui media sosial maupun secara langsung (PPPA Prov Gorontalo, 2020).[3]

Dampak perilaku *body shaming* bagi korban karena dengan mengomentari kekurangan fisik seseorang akan membuat korban semakin merasa tidak nyaman terhadap penampilan fisiknya, tidak percaya diri terhadap penampilan fisiknya dan mulai menutup diri baik terhadap lingkungan maupun orang-orang. Terlebih lagi bagi sebagian besar negara di dunia terutama negara maju dan berkembang termasuk Indonesia, standar bentuk tubuh ideal adalah tubuh yang memiliki keserasian antara berat dan tinggi badan. Perubahan fisik yang tidak sesuai dengan harapan dan standar di masyarakat serta lingkungan tempat seseorang bergaul memunculkan ketidakpuasan tubuh yang kemudian memengaruhi keadaan seseorang secara psikis maupun biologis (Mahdalena, 2020).[4]

Perilaku *body shaming* dapat memberikan efek tekanan tersendiri bagi orang yang mengalaminya sehingga dapat menimbulkan gangguan psikologis seseorang. Oleh karena itu, perubahan sikap *body shaming* diperlukan untuk mencegah perkataan negatif serta perlakuan pelaku yang tidak diinginkan di masa datang terhadap korban. Makna perubahan sikap *body shaming* ini menjadi sikap dan tindakan yang diambil untuk mencerminkan kekuatan dan ketangguhan seseorang dalam menjaga perkataan dan perlakuan yang ditujukan kepada seseorang. Banyak upaya yang bisa dilakukan oleh seseorang untuk menghindari perlakuan *body shaming*, seperti lebih mencintai diri sendiri dengan mulai menumbuhkan mindset untuk menerima dan

mencintai diri kita. Selalu tanamkan bahwa aku berolahraga dan makan-makanan yang bergizi karena aku peduli dengan kesehatan diriku sendiri. Dengan begitu, kita akan lebih bersyukur, menerima dan mencintai diri. Cara menghadapi *body shaming* selanjutnya yaitu dengan percaya diri dengan selalu berpikir positif terhadap citra diri (Sabarini, 2018).[5]

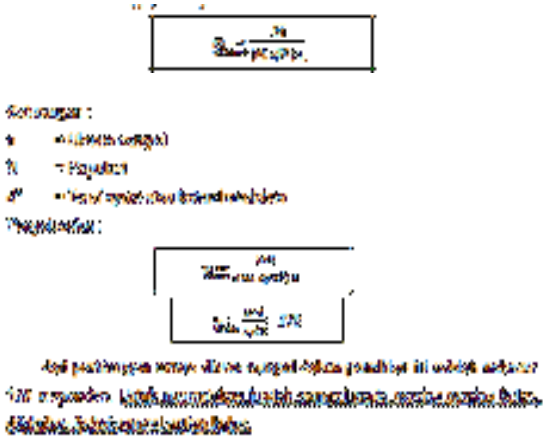
Citra diri atau sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar, sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi citra diri seseorang seperti penilaian dari diri sendiri atau komentar orang lain, perbandingan dengan orang lain, peran seseorang, identifikasi terhadap orang lain. Citra diri bisa tertanam pikiran oleh pengaruh orang lain, pengaruh lingkungan pengalaman masa lalu atau sengaja di tanamkan oleh pikiran bawah sadar. Citra diri ada yang bersifat positif dan ada juga yang bersifat negatif contohnya yaitu perilaku *body shaming* yang timbul dari diri sendiri maupun orang lain ((Yusuf, 2015).[6]

Berdasarkan survey awal di dapatkan bahwa terdapat 5 siswa yang melapor pada guru BK bahwa mereka mendapatkan perilaku *body shaming* dari temanya, berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada 7 orang siswa di SMPN 3 Telaga, terdapat 2 orang siswa yang mengatakan suka mengejek teman dengan membicarakan keadaan fisiknya kepada temannya, 4 orang siswa mengatakan ejekkan pada teman sudah hal biasa terjadi dan sudah dianggap sebagai candaan bahkan mereka pernah mengejek dan diejek teman, sedangkan 1 orang siswa mengatakan pernah menjadi korban ejekan fisik sehingga pernah merasa rendah diri, merasa banyak kekurangan, merasa malu, menjadi kurang percaya diri dan menjadi tidak nyaman saat beraktifitas disekolah. Dari hasil wawancara diketahui bahwa perilaku *body shaming* sudah sering terjadi di lingkungan sekolah.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian "Hubungan perilaku *body shaming* dengan citra diri siswa di SMPN 3 Telaga".

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang di gunakan pada penelitian ini survey analitik dan menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Variabel independen dalam penelitian ini yaitu (perilaku *body shaming*) dan variabel dependen yaitu (citra diri). Populasi dalam penelitian ini seluruh jumlah siswa di SMPN 3 Telaga yaitu 276 siswa. Sampel dalam penelitian ini menggunakan Rumus Sugiyono yaitu:



HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan usia

Usia	Frekuensi	Presentase
12 Tahun	47	27.6 %
13 Tahun	60	35.3 %
14 Tahun	39	22.9 %
15 Tahun	23	13.5 %
16 Tahun	1	0.6 %
Total	170	100.0 %

Sumber : olahan data primer (2021)

Berdasarkan tabel diatas menunjukan bahwa usia responden yang berada di SMPN 3 Telaga yang tertinggi yaitu usia 13 tahun sebanyak 60 orang (35,3%) dan terendah yaitu usia 16 tahun sebanyak 1 orang (0,6%).

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis kelamin	Frekuensi	Presentase
Laki-laki	75	44.1 %
Perempuan	95	55.9 %
Total	170	100.0 %

Sumber : olahan data primer (2021)

Berdasarkan tabel diatas menunjukan bahwa jenis kelamin responden yang berada di SMPN 3 Telaga yang tertinggi yaitu jenis kelamin perempuan sebanyak 95 orang (55,9%) dan terendah yaitu laki-laki sebanyak 75 orang (44,1%).

Analisis Univariat

1. Frekuensi responden berdasarkan perilaku *body shaming*

Tabel 3. Distribusi frekuensi berdasarkan perilaku *body shaming*

Perilaku *Body shaming*	Frekuensi	Presentase
Buruk	56	32.9 %
Sedang	114	67.1 %
Total	170	100.0 %

Sumber : olahan data primer (2021)

Berdasarkan tabel diatas menunjukan bahwa responden berperilaku *body shaming* yang berada di SMPN 3 Telaga yang tertinggi yaitu berada dalam kategori sedang sebanyak 114 orang (67,1%) dan yang terendah yaitu perilaku *body shaming* buruk sebanyak 56 orang (32,9%).

2. Frekuensi responden berdasarkan citra diri

Tabel 4. Distribusi frekuensi berdasarkan citra diri

Citra diri	Frekuensi	Presentase
Negatif	71	41.8
Positif	99	58.2
Total	170	100.0 %

Sumber : olahan data primer (2021)

Berdasarkan tabel diatas menunjukan bahwa citra diri responden yang berada di SMPN 3 Telaga yang tertinggi yaitu positif sebanyak 99 orang (58,2%) dan yang terendah yaitu citra diri negatif sebanyak 71 orang (41,8%).

Analisis Bivariat

Hubungan perilaku *body shaming* dengan citra diri siswa di SMPN 3 Telaga

Tabel 5. Distribusi Hubungan perilaku *body shaming* dengan citra diri siswa di SMPN 3 Telaga

Perilaku *body shaming*	Citra diri			P=Value
	Negatif	Positif	Total	
Buruk	44	12	56	0,000
Sedang	27	87	114	
Total	71	99	170	

Sumber : olahan data primer (2021)

Berdasarkan tabel diatas menunjukan bahwa responden dengan perilaku *body shaming* buruk memiliki citra diri negatif sebanyak 44 orang dan citra diri positif sebanyak 12 orang sedangkan pada responden dengan perilaku *body shaming* sedang memiliki citra diri negatif sebanyak 27

orang dan citra diri positif sebanyak 87 orang. Diketahui nilai p=0.000<0.05, maka Ha diterima, jadi dapat simpulkan bahwa terdapat hubungan perilaku *body shaming* dengan citra diri siswa di SMPN 3 Telaga.

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

1. Perilaku *Body Shaming*

Perilaku *body shaming* yang berada di SMPN 3 Telaga yang tertinggi yaitu berada dalam kategori sedang 114 orang (67,1%). Hal ini karena rata-rata remaja berusia 13 tahun dengan jenis kelamin perempuan, dimana perempuan sangat rentan berperilaku *body shaming* atau menjadi korbannya, selain itu anak usia 13 tahun merupakan usia peralihan antara masa anak-anak menuju usia remaja sehingga sangat sulit bagi remaja untuk mengontrol emosi, dalam penelitian ini mayoritas perilaku *body shaming* remaja berada pada kategori sedang yang berarti remaja melakukan *body shaming* namun dalam intensitas sediki*,* perilaku yang ditunjukan oleh remaja terhadap orang lain tidak selamanya baik biasanya remaja akan menunjukan perilaku negatif saat emosinya tidak dapat dikontrol olehnya, saat keinginan tidak tercapai atau pada apa saja yang membuat emosi atau perasaannya tersinggung.

Hasil jawaban responden berdasarkan kuisioner perilaku *body shaming* tertinggi yaitu berada dalam kategori sedang 114 orang dimana rata-rata responden memilih jawaban kadang-kadang pada pernyataan negatif seperti teman saya mengkrit tingkah laku saya yang menurutnya aneh/genit/pendiam dan saya merasa tidak disukai oleh teman saya sehingga mereka melakukan tindakan yang tidak menyenangkan, sedangkan pada pernyataan positif rata-rata responden memilih jawaban selalu seperti pada pernyataan saya mengurangi waktu untuk berkumpul dengan teman-teman saya dan saya akan pergi meninggalkan teman saya saat mereka mengejek saya. Pada perilaku *body shaming* terendah yaitu berada dalam kategori buruk 56 orang dimana rata-rata responden memilih jawaban sering pada pernyataan negatif seperti teman saya mengkrit tingkah laku saya yang menurutnya aneh/genit/pendiam dan saya merasa tidak disukai oleh teman saya sehingga mereka melakukan tindakan yang tidak menyenangkan, sedangkan pada pernyataan positif rata-rata responden memilih jawaban kadang-kadang seperti pada pernyataan saya mengurangi waktu untuk berkumpul dengan teman-teman saya dan saya akan pergi meninggalkan teman saya saat mereka mengejek saya.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Hidayat (2019)[7] penelitian ini menunjukkan bahwa hasil penelitian menunjukan sebagian besar responden terdapat 53 responden (51,5%) yang mendapat perlakuan body shaming yang baik dan terdapat 50 responden (48,5%) yang mendapat perlakuan body shaming yang buruk. Penelitian yang dilakukan oleh Nasution (2020)[8] hasil analisis data yang dilakukan pada setiap variabel maka diketahui kondisi dari setiap variabel dan kondisi

indikator dari variabel tersebut. Pada variabel body shaming yang sudah dijabarkan sebelumnya bahwa sebanyak 37 (61%) siswa mengalami body shaming pada kategori tinggi. Data ini menunjukkan bahwa penilaian korban body shaming akan penampilannya sendiri tergolong rendah.

Menurut Gilbert & Miles (dalam Cahyani, R.R., 2018)[9], body shaming merupakan pengalaman memalukan dapat difokuskan dari dalam diri yang meliputi perasaan malu, tingkah laku, *perceived personality traits*, ataupun keadaan pikiran. Adanya pengalaman memalukan dahulu yang menjadi identitas diri dan menjadi kenangan traumatis terkait dengan perasaan malu di masa depan serta mengakibatkan kerentanan yang traumatis, traumatis termasuk salah satu efek dari perlakuan body shaming tersebut.

Berdasarkan uraian diatas peneliti berasumsi bahwa mayoritas remaja yang mendapat perlakuan body shaming lebih banyak pada kategori sedang. Perlakuan body shaming merupakan pengalaman emosi yang dialami individu ketika individu tersebut merasa bahwa yang dilakukannya tidak sesuai dengan yang diharapkan diri sendiri maupun lingkungan dan individu tersebut menganggap bahwa orang lain mengetahui keadaan itu. Sehingga membuat menyebabkan rasa tidak percaya diri, menyebabkan rasa malu, ketidakpuasan terhadap tubuhnya sendiri. Walaupun ada sisi baiknya dari perlakuan body shaming yaitu menyebabkan rasa ingin memperbaiki tubuhnya lagi. Tetapi perlakuan body shaming ini tetap sesuatu tindakan yang tidak baik.

2. Citra Diri

Citra diri responden yang berada di SMPN 3 Telaga yang tertinggi yaitu positif sebanyak 99 orang (58,2%). Hal ini karena jenis kelamin dalam penelitian ini mayoritas remaja perempuan, dimana remaja perempuan menjadikan penampilan keharusan yang harus dijaga oleh sebab itu banyak remaja perempuan mengubah bentuk tubuhnya agar terlihat menarik dan akan berusaha menjadi yang terbaik dari sebelumnya, namun hal ini tidak akan menutup kemungkinan akan berdampak negatif apabila dalam usaha mengubah bentuk tubuh dapat menimbulkan kerugian bagi remaja itu sendiri atau berdampak pada kesehatan remaja itu sendiri, pada dasarnya perilaku *body shaming* antara perempuan dan laki-laki tidak jauh berbeda dimana perilaku *body shaming* pada remaja laki-laki lebih kepada kritikan secara langsung pada korbannya bahkan kritikan tersebut akan menjadi sebuah istilah sehingga berujung pada pertengkarang, korban perilaku *body shaming* pada remaja laki-laki akan berefek kepada perubahan dirinya sama seperti pada perempuan.

Hasil jawaban berdasarkan kuisioner citra diri responden yang tertinggi yaitu positif sebanyak 99 orang dimana rata-rata responden memilih jawaban tidak setuju pada pada pernyataan negatif seperti bentuk tubuh saya tidak menarik jika dibandingkan dengan teman lain dan merasa minder dengan keadaan fisik saya, sedangkan pada pernyataan positif rata-rata

responden memilih jawaban sangat setuju seperti pada pernyataan bagian tubuh saya tidak ada yang perlu diubah atau diperbaiki dan merasa senang dengan penampilan saya. Pada citra diri terendah yaitu negatif sebanyak 71 orang dimana rata-rata responden memilih jawaban jawaban setuju pada pernyataan negatif seperti bentuk tubuh saya tidak menarik jika dibandingkan dengan teman lain dan merasa minder dengan keadaan fisik saya sedangkan pada pernyataan positif rata-rata responden memilih jawaban tidak setuju seperti pada pernyataan merasa senang dengan penampilan saya dan bagian tubuh saya tidak ada yang perlu diubah atau diperbaiki.

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dibuat oleh Duarte (2017) [10] hasil penelitian terdiri dari 114 wanita makan 78% peserta menjawab biasa-biasa saja ketika ada yang mengejek mereka dan menganggap itu sebagai motivasi bagi mereka untuk menjadikan tubuhnya menjadi lebih proporsional dan sebanyak 22% dengan diagnosis *Binge Eating Disorder* (BED) atau gangguan menjawab efek dari rasa malu pada tubuh dapat memberi efek negatif sehingga cenderung untuk mengikuti apa yang orang lain sampaikan terkait dengan kondisi tubuh, prilaku makan tidak teratur di pengaruhi oleh sejauhmana pengalaman rasa malu di alami sehingga menjadikan rasa tidak percaya diri, tidak menarik, tidak layak dalam kelompok sosial.

Menurut Yusuf (2015)[6] Citra diri merupakan sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan di modifikasi dengan pengalaman baru setiap individu. Faktor-faktor yang mempengaruhi citra diri adalah penilaian atau komentar orang lain, perbandingan dengan orang lain, peran seseorang, identifikasi terhadap orang lain. Citra diri bisa tertanam pikiran bawah sadar oleh pengaruh orang lain, pengaruh lingkungan pengalaman masa lalu atau sengaja di tanamkan oleh pikiran bawah sadar. Citra diri ada yang bersifat positif dan ada juga yang bersifat negatif contohnya yaitu perilaku *body shaming* yang timbul dari diri sendiri maupun orang lain.

Berdasarkan uraian diatas peneliti berasumsi bahwa citra diri siswa SMPN 3 Telaga berada pada kategori positif dikarenakan mayoritas siswa mendapatkan perilaku *body shaming* yang sedang perilaku *body shaming* akan berdampak langsung pada citra diri seseorang baik dampak positif maupun negatif hal ini karena setiap remaja berbeda-beda menyikapi perilaku *body shaming*, sedangkan citra diri menjadi salah satu kategori penting dalam pertumbuhan remaja, karena pada masa remaja banyak perubahan yang akan terjadi pada remaja itu sendiri sehingga mereka mulai memikirkan bagaimana cara untuk memilki penampilan tubuh yang bagus dan mengejar kecantikan fisik menurut mereka itu sangat penting untuk masa depan mereka, sehingga banyak remaja yang lebih peduli terhadap penampilannya.

Analisis Bivariat

Hubungan perilaku *body shaming* dengan citra diri siswa di SMPN 3 Telaga

Hasil penelitian menunjukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara perilaku *body shaming* dengan citra diri siswa di SMPN 3 Telaga dengan niali Pvalue 0,000. Diketahui bahwa responden dengan perilaku *body shaming* buruk memiliki citra diri negatif sebanyak 44 orang dan citra diri positif sebanyak 12 orang sedangkan pada responden dengan perilaku *body shaming* sedang memiliki citra diri negatif sebanyak 27 orang dan citra diri positif sebanyak 87 orang.

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa perilaku *body shaming* buruk mayoritas memiliki citra diri yang negatif dimana remaja merasa tidak senang dengan bentuk fisiknya sehingga berkeinginan untuk mengubah bentuk tubuh tampa memikirkan dampak bagi kesehatannya, sedangkan pada kategori ini terdapat 12 remaja dengan citra diri positif dimana remaja yang mengalami perlakuan *body shaming* berusaha merubah komentar orang lain kearah positif, memiliki keinginan untuk lebih baik dari sebelumnya dengan memikirkan dampaknya sebelum melakukan perubahan pada tubuhnya sehingga remaja pada kategori ini lebih memilih olahraga teratur dan mengatur pola makan atau memilih makanan yang lebih sehat seperti rendah lemak.

Sedangkan perilaku *body shaming* sedang rata-rata memiliki citra diri positif namun terdapat 27 remaja mengalami negatif dimana remaja merasa tidak percaya diri dan malu pada bentuk fisiknya sehingga berusaha untuk mengubah tampak memikirkan dampaknya, dalam mengubah bentuk fisik remaja yang mengalami citra diri negatif cenderung mengunakan cara instan dalam mengubah bentuk fisik karena dengan cara cepat remaja berpikir inilah cara untuk menghindari perilaku *body shaming.*

Penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2020)[11] hubungan body shaming dengan citra diri pada remaja responden terbanyak berusia 13 tahun (30,5%), perlakuan body shaming terbanyak dalam kategori kadang-kadang (70,5%) dengan citra diri tinggi (66,7%). Menggunakan uji spearment rank didapatkan ada hubungan antara body shaming dengan citra diri pada remaja dengan ρ value 0,009 (ρ value >0,05).

Perilaku *body shaming* antara remaja laki-laki dan perempuan sebenarnya tidak jauh berbeda, jika pada remaja perempuan lebih kepada tidak percaya diri dengan keadaan fisiknya setelah dikritik ataupun melihat orang lain lebih baik menurutnya maka perilaku *body shaming* pada remaja laki-laki lebih kepada kritikan secara langsung pada korbannya bahkan kritikan tersebut akan menjadi sebuah istilah sehingga berujung pada pertengkarang, korban perilaku *body shaming* pada remaja laki-laki akan berefek kepada perubahan dirinya sama seperti pada perempuan. *Body shaming* dapat terjadi baik pada remaja perempuan maupun laki-laki dan dapat

dilakukan secara langsung maupun melalui media sosial (Chairani, 2018) [12].

Menurut Masithoh (2020)[13] menerima feedback mengenai penampilan fisik mereka berarti seseorang mengembangkan persepsi tentang bagaimana seseorang melakukan perbandingan sosial yang merupakan salah satu proses pembentukan dalam penilaian diri mengenai daya tarik fisik. Pikiran dan perasaan mengenai tubuh bermula dari adanya reaksi orang lain. Dalam konteks perkembangan, body shame juga berasal dari hubungan interpersonal. Perkembangan emosional dan pikiran individu juga berkontribusi pada bagaimana seseorang melihat dirinya. Maka, bagaimana seseorang berpikir dan merasa mengenai penampilan tubuhnya atau citra diri dapat mempengaruhi hubungan dan karakteristik psikologis.

Berdasarkan uraian diatas peneliti menyimpulkan bahwa pada penelitian ini rata-rata siswa memiliki perilaku *body shaming* sedang dengan mayoritas citra diri yang positif, perilaku *body shaming* dapat menimbulkan penilaian diri sendiri baik maupun buruk. Perlakuan body shaming ini berkembang dan berfungsi bukan hanya sebagai emosi melainkan berupa penilaian diri yang dapat muncul karena ada ketidakpuasan atas apa yang dimiliki dalam individu. Perlakuan body shaming dalam penelitian ini dapat mempengaruhi citra diri yang baik positif maupun negatif dari rasa malunya tersebut menjadikan seseorang yang menjadi korban body shaming menjadikan motivasi untuk menjadi lebih baik, namun tidak semua remaja dapat bersikap seperti bahkan sebagian remaja mengalami gangguan makan, menghargai terhadap dirinya sendiri berkurang, seorang yang mengalami perlakuan body shaming faktor utamanya mereka terlalu memasukan ke perasaanya kata-kata orang lain atau teman-temanya sehingga menyebabkan citra dirinya negatif.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa terdapat hubungan perilaku *body shaming* dengan citra diri siswa di SMPN 3 Telaga. Dengan Perilaku *body shaming* yang berada di SMPN 3 Telaga yang tertinggi yaitu berada dalam kategori sedang sebanyak 114 orang, sedangkan pada Citra diri responden yang berada di SMPN 3 Telaga yang tertinggi yaitu positif sebanyak 99 orang.

SARAN

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi bagi siswa atau remaja agar tidak melakukan *body shaming,* dampak buruk yang ditimbulkan akibat *body shaming* dan untuk meningkatkan citra diri yang positif bagi korban *body shaming*. Bagi instansi pendidikan tempat penelitian agar dapat menyikapi perlakuan *body shaming* yang dilakukan oleh siswa lain kepada siswa yang menjadi korban dan para guru agar mendampingi siswa yang menjadi korban dengan terus memberikan motivasi. dapat menambah informasi, pengetahuan dan menjadi sumber referensi untuk penelitian berikutnya dengan menambahkan variabel pebelitian seperti

pengetahuan atau sikap remaja dengan *body shaming* dan citra diri.

DAFTAR PUSTAKA

1. Dolezal. (2015). The Body and Shame: Phenomenology, Feminism, and the Socially Shaped Body'. Retrieved from http://centre for medicalhumanities.org/ the-body-and-shame-phenomenology- feminism-and-the-socially-shaped- body-reviewed-by-dr-emily-cock/. Translet by: Herniyanti. (2019). Dalam *Jurnal Keperawatan Jiwa*. Vol 7 No1. Diakses pada 19 Juni 2021.

2. Kemendikbud, RI. (2021). Kejadian Kekerasan Pada Remaja. Jakarta. Diakses pada 10 Juli 2021.

3. Pemberdayaan Perlindungan Perempuan Dan Anak. (2020). Kekerasan Pada Perempuan. PPPA Provinsi Gorontalo. Diakses pada 10 Juli 2021.

4. Mahdalena. (2020). Pengaruh Isi Pesan Stop Body Shaming Pada Sikap Followers Terhadap Body Shaming. *Jurnal Pustaka Komunikasi*. Vol 3, No. 1. Diakses pada 14 Juni 2021.

5. Sabarini, R. (2018). 8 cara menghadapi *body shaming*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

6. Yusuf. (2015). Buku Ajar Keperawatan : Kesehatan Jiwa. Jakarta: Salemba Medika.

7. Hidayat. (2019). Hubungan Perlakuan Body Shaming Dengan Citra Diri Mahasiswa. *JurnalKeperawatan Jiwa.* Volume 7 No 1 Hal 79-86.

8. Nasution. (2020). Pengaruh Body Shaming terhadap Self-Esteem Siswa SMP. Jurnal Pendidikan, Vol. 5, No. 7. Hal 962—968

9. Cahyani. (2018). Efektivitas Cognitive Behavior Therapy untuk Menurunkan Tingkat Body Shame. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik. Skripsi. Diakses pada 14 Juni 2021.

10. Duarte. (2014). The impact of early shame memories in Binge Eating Disorder: The mediator effect of current body image shame and cognitive fusion. Psychiatry Research. Translet by: Herniyanti. (2019). Dalam *Jurnal Keperawatan Jiwa*. Vol 7 No1. Diakses pada 19 Juni 2021.

11. Sari. (2020). Hubungan Body Shaming Dengan Citra Diri Pada Remaja Di Smp Islam Terpadu Asshodiqiyah Semarang. Skripsi. Diakses pada 10 Juli 2021.

12. Chairani. (2018). Hubungan Empati Dengan Penghinaan Fisik Pada Remaja. *Jurnal Psikoborneo*. Vol 7, No 2. 344-350.

13. Masithoh. (2020). Body Shame pada Mahasiswa Generasi Milenial Di Universitas Negeri Semarang. Skripsi. Diakses pada 14 Juni 2021