

PENGARUH BODY SHAMING TERHADAP TINGKAT STRESS REMAJA DI BATU CEPER

Intan ¹, Rangga Saputra ², M. Martono Diel ³

¹Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Universitas Yatsi Madani

²Dosen Universitas Yatsi Madani, ³Dosen Universitas Yatsi Madani
Email: intanintan59239@gmail.com

Abstrak

Masalah Penelitian : apakah ada hubungan yang signifikan antara "body malu" dan tingkat stres pada remaja di Batu Ceper. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengidentifikasi dampak dari "body shaming" terhadap tingkat stres remaja di daerah tersebut. **Tujuan :** Penelitian ini dikaitkan untuk mengetahui adakah Pengaruh Body Shaming terhadap Tingkat Stres Remaja di Batu Ceper. **Metodelogi Penelitian :** Dalam penelitian ini data diperoleh melalui kuisioner yang disebarkan kepada responden secara langsung atau melalui media online, maka pendekatan yang digunakan adalah survei. **Hasil :** menunjukkan bahwa Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Pada usia dan tingkat pendidikan didapatkan hasil dari 44 responden terdapat 11 (25%) berusia 15 tahun, 9 (20.5%) berusia 12 tahun, usia 13, 14 dan 16 masing – masing sebanyak 8 (18.2%). Berdasarkan responden dengan pendidikan SD sebanyak 25 (56.8%). Pada Uji analisis korelasi kendall tahu didapatkan hasil 0,041 maka H1 diterima yang artinya tidak terdapat pengaruh body shamming terhadap tingkat stress remaja di batu ceper. **Kesimpulan :** Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa: Adanya pengaruh body shamming terhadap tingkat stress remaja di batu ceper, dengan nilai p-value 0,041. **Saran :** Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pemahaman tentang pengaruh antara *body shaming* dan stres pada remaja perempuan usia 12-16 tahun, memberikan kesempatan untuk meningkatkan kemampuan peneliti dalam melakukan penelitian, termasuk dalam merancang penelitian, mengumpulkan data, dan menganalisis hasil penelitian.

Kata Kunci : *Body Shaming, Stress*

ABSTRACT

Research Question: Is there a significant relationship between "body shame" and stress levels in adolescents in Batu Ceper. The study also aims to identify the impact of "body shaming" on the stress levels of adolescents in the area. **Objective:** This study is associated to find out if there is an Effect of Body Shaming on Adolescent Stress Levels in Batu Ceper. **Research Methodology:** In this study, data was obtained through questionnaires distributed to respondents

Received: November 2024

Reviewed: November 2024

Published: November 2024

Plagirism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under
a [Creative Commons
Attribution-
NonCommercial 4.0
International License](#)

directly or through online media, so the approach used was a survey. **Results:** showed that the Frequency Distribution of Respondent Characteristics At age and level of education, the results of 44 respondents were 11 (25%) aged 15 years, 9 (20.5%) aged 12 years, ages 13, 14 and 16 respectively as many as 8 (18.2%). Based on respondents with elementary education as many as 25 (56.8%). In the kendall tofu correlation analysis test, a result of 0.041 was obtained, then H1 was accepted, which means that there was no effect of body shamming on the stress level of adolescents in flat stones. **Conclusion:** Based on the results of the study and discussion, the researcher can conclude that: There is an effect of body shamming on the stress level of adolescents in flat stones, with a p-value of 0.041. **Suggestion:** This study is expected to increase knowledge and understanding of the influence between *body shamming* and stress in adolescent girls aged 12-16 years, providing an opportunity to improve researchers' ability to conduct research, including in designing research, collecting data, and analyzing research results.

Kata Kunci : *Body Shamming, Stress*

PENDAHULUAN

Di era saat ini, kemajuan teknologi dan media, seperti internet, telah memicu kemunculan berbagai tren yang semakin populer di masyarakat. Alasan utama mengapa perempuan tertarik untuk mengadopsi gaya hidup ini adalah karena mereka peduli terhadap penampilan, kesehatan, dan keselamatan pribadi mereka. Fenomena kecantikan, perawatan tubuh, dan kesehatan telah menghasilkan banyak iklan serta akun yang fokus pada topik-topik ini. Ini menjadi salah satu faktor yang mendorong perempuan, terutama remaja, untuk aktif terlibat dalam perawatan tubuh dan wajah mereka. Gaya hidup ini telah menjadi sesuatu yang diminati, diikuti, dan dikonsumsi oleh mereka yang percaya bahwa konsep perawatan tubuh sedang tren (Pratiwi, 2022).

Terdapat lagi, citra tubuh memungkinkan individu untuk membandingkan diri mereka dengan orang lain, dan ini kadang-kadang dapat memicu rasa malu terhadap penampilan mereka, yang sering disebut sebagai "body malu." "Body shamming" merujuk pada persepsi individu bahwa tubuh mereka tidak sesuai dengan standar ideal orang lain yang berbeda dari mereka. Ada keinginan untuk menyembunyikan ciri-ciri fisik seperti kelebihan berat badan, bentuk tubuh tertentu, dan ciri-ciri lain yang berkaitan dengan penampilan (Pratiwi, 2022).

Kita sering menghadapi perilaku memperlakukan tubuh dalam kehidupan sehari-hari, yang sering kali merupakan komentar negatif terhadap bentuk tubuh seseorang tanpa mempertimbangkan perasaan mereka. Penelitian ini memilih topik "body malu" karena fenomena ini cukup umum terjadi di sekitar kita, baik secara sadar maupun tidak sadar (Ramadhany & Putri, 2021).

Penting untuk diingat bahwa dampak dari "body shamming" dapat sangat merugikan, terutama dalam hal kesehatan mental korban. Komentar negatif terhadap penampilan dapat menyebabkan tekanan mental, perasaan tidak ideal, dan bahkan berdampak pada perilaku seseorang. Meskipun seringkali dianggap sepele, perilaku "body shamming" sering tidak menyadari dampak negatif yang mungkin timbul pada korban. Dalam beberapa kasus, korban mungkin merasa sedih, malu, menghindari interaksi sosial, dan bahkan

meingalami deipreisi ataudi bahkan buinuih diri. Kasus tragis di Thailand pada akhir 2018, di mana seorang peilajar meingakhiri hiduipnya kareina dihina seibagai "geimuik" oleh teiman-teimannya, adalah contoh nyata dari beitapa seiruisnya dampak "body shaming." (Saifuidin et al., 2022).

Meinuiruit laporan Komitei Peirlindungan Anak Indoneisia (KPAI), seibagian beisar kasus "body shaming" di Indoneisia, seikitar 68%, meilibatkan peilajar. Suirvei dari ZAP Clinic pada tahuin 2020 juiga meinguingkapkan bahwa seikitar 62,2% reisondein peirnah meingalami "body shaming," teirutama di kalangan uisia 13 hingga 22 tahuin, meincapai 67,8%. Seilain itu, hasil peineilitian meinuinjukkan bahwa ada seibanyak 966 kasus peinghinaan fisik ataudi peinghinaan teirhadap tuibuih yang ditangani oleh polisi di seiluiruih Indoneisia pada tahuin 2018, deingan 347 kasus yang diseleisaikan melaluu proseis huikuim ataudi meidiasi antara korban dan peilaku (Pitayanti & Hartono, 2021)

Peineilitian yang dilakuikan oleh Saifuidin dan timnya (2022) meinguingkapkan bahwa dari 11 siswa yang meingalami "body shaming" seibanyak 81,8% dari meireika meingalami tingkat streis yang sangat tinggi. Leibih lanjut, dari 38 siswa yang peirnah meingalami aktivitas olahraga, meireika meinuinjukkan peirilaku yang positif. Tingkat streis yang seidang dialami oleh 31 siswa yang meingalami "body shaming" ringan, seikitar 58,1%, sejalan deingan tingkat streis yang leibih ringan. Hasil analisis statistik meinuinjukkan nilai signifikansi seibeisar $p = 0,01$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulikan bahwa teirdapat koreilasi antara peirilaku "body shaming" deingan tingkat streis pada siswa keilas IX SMP N 4 Bojonegoro. (Saifuidin et al., 2022)

Peineilitian yang meinguingkapkan bahwa "body shaming" meiliki dampak yang signifikan pada kepeircayaan diri reimaja Geineirasi Z di kota Salatiga. Peineilitian ini meinuinjukkan adanya koreilasi yang kuat seibeisar 0,715 antara "body shaming" dan kepeircayaan diri pada reimaja Geineirasi Z. Peingaruih "body shaming" teirhadap tingkat harga diri reimaja Geineirasi Z seibeisar 51,2%, seimeintara sisanya seibeisar 48,8% dipeingaruihi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteiliti oleh peineilitian ini. Hasil uji F meinuinjukkan nilai probabilitas seibeisar 0,000, yang beirarti bahwa hipoteisis alteirnatif (H1) diteirima dan hipoteisis nol (H0) ditolak. Dalam peineilitian ini, nilai signifikansi seibeisar 0,000 juiga dipeiroleh (Almas et al., 2021)

Banyak individu, teirutama wanita, meirasa tidak puas deingan beintuik tuibuihnya dan seiring kali salah meilai diri meireika seindiri kareina keleibihan beirat badan. Ini seicara signifikan meimeingaruihi citra tuibuih dan kepeircayaan diri, teirutama pada peireimpuan. Beirbagai peineilitian (Neiumark-Sztaineir, Hannan, Story, Peirry; Groeisz, Leivine, Muirnein; Grabe, Ward, dalam Deilfiyana, 2021) telah meinuinjukkan bahwa peireimpuan meiliki keungkinan leibih beisar untuik meirasa tidak puas deingan beintuik tuibuih meireika, dan meidia meimainkan peiran peiting dalam meimpeirbuiruih citra tuibuih peireimpuan (Pratiwi, 2022).

Peineilitian meingguinakan peindeikatan feinomeinologis dan meinuinjukkan bahwa "body shaming" seiring dimulai dalam lingkuan peirteiman, di mana hinaan fisik adalah beintuik peirlakuan yang uimuim. Deingan deimikian, seiseorang ceindeirung diteirima jika seisiai deingan standar sosial teirteintui, seipeirti meiliki tuibuih kuiruis, kulit putih, dan rambu panjang. Peineilitian lain meinuinjukkan bahwa "body shaming" seiring teirkait deingan masalah keleibihan beirat badan ataudi obeisitas, yang dapat meimbuat korban meirasa tidak aman dan meinarik diri dari lingkuan meireika. Peineilitian juiga meinguingkapkan bahwa reimaja yang meingalami "body shaming" seiring kali kuirang peircaya diri, teirutama dalam masalah peinampilan dan uikuiran tuibuih meireika (Eveilianti et al., 2020).

Dalam inteiraksi seihari-hari, reimaja yang beirteiman deingan teiman seibaya seiring meimbicarakan masalah fisik, baik dalam inteiraksi sosial mauipun di meidia sosial. Teiman seibaya dapat beirpeiran peiting dalam meimbeintuik pandangan diri reimaja, teirmasuk topik peinampilan dan citra tuibuih. Hasil peineilitian oleh Gani dan Jalal meinuinjukkan bahwa seibagian beisar reisondein meinyadari bahwa meireika kadang-kadang meineirima

peilakuian "body shaming" dan rasa malu seiring kali terkait dengan kelebihan berat badan. Dalam respons terhadap perilaku ini, sebagian besar subjek cenderung memilih untuk diam (Evelianti et al., 2020).

Berdasarkan penelitian pendahuluan yang dilakukan di wilayah Poris Gaga, Kecamatan Batu Ceper, terhadap sejumlah 10 remaja, hasil menunjukkan bahwa dari 10 remaja tersebut, 7 di antaranya sering kali diberi julukan berdasarkan ciri fisik yang paling mencolok. Contohnya, ada yang disebut "tonggos" karena bentuk giginya yang mencolok, "gemuk" karena memiliki berat badan di atas rata-rata, "hitam" karena warna kulitnya, dan tiga di antaranya bahkan disebut "cantik" karena dianggap memenuhi standar kecantikan yang umum.

Berdasarkan temuan ini, penulis berpendapat bahwa karena remaja sedang mengalami fluktuasi emosional yang tidak stabil dan mengalami perubahan fisik yang membingungkan, komentar terkait penampilan mereka perlu dianggap dengan serius. Komentar-komentar ini dapat memiliki dampak negatif pada kesehatan mental remaja jika bersifat merendahkan atau merugikan. Oleh karena itu, perilaku "body shaming" pada remaja memiliki potensi untuk mengganggu perkembangan sosial mereka, baik selama masa remaja maupun di masa depan.

Untuk mengevaluasi dampak stress yang disebabkan oleh perilaku "body shaming" pada remaja di kawasan Batu Ceper, penulis akan melanjutkan dengan penelitian yang lebih mendalam dalam topik ini "Pengaruh Body Shaming terhadap Tingkat Stress Remaja di Batu Ceper".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini mengadopsi pendekatan penelitian empiris dengan metode kuantitatif deskriptif korelasi yang bertujuan mengetahui "Pengaruh Body Shaming Terhadap Tingkat Stress Remaja Di Batu Ceper". Selanjutnya, penelitian ini ingin menginvestigasi pengaruh body shaming (sebagai variabel bebas) terhadap tingkat stress (sebagai variabel terikat) menggunakan angket atau tes sebagai alat untuk pengumpulan data.

Jumlah sampel yang akan digunkandalam penelitian ini adalah sebanyak 44 responden, yaitu setiap responden memiliki kriteria yaitu kriteria inklusif dan eksklusif . Analisa data digunakan dengan menggunakan uji statistik uji corelation. Penelitian ini dilakukan dalam bulan Juni-September 2024 Di Batu Ceper.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

Tabel 1.1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden
(n=44)

No	Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
1. Usia			
	12	9	20.5
	13	8	18.2
	14	8	18.2
	15	11	25.0
	Total	44	100.0
2.	Tingkat Pendidikan		
	SD	25	56.8
	SMP	19	43.2
	Total	44	100.0
3.	Body Shaming		

4.	Rendah	24	54.5%
	Tinggi	20	45%
	Total	44	100.0
	Stress		
	Rendah	24	81.8%
	Tinggi	20	18.2%
	Total	44	100%

2. Hasil Bivariat

Analisa bivariat mempunyai tujuan untuk melihat apakah terdapat pengaruh *body shamming* terhadap tingkat stress remaja di batu ceper. Dalam penelitian ini analisa bivariat menggunakan teknik korelasi kendall tau.

Tabel 4. 1 Hasil Analisis Pengaruh Body Shamming Terhadap Tingkat Stress Remaja di Batu Ceper Menggunakan Analisis Teknik Korelasi Kendall Tau.

	Correlations	
	Correlation coefficient	Sig. (2-tailed)
Score Body Shamming	1000	0,041
Score tingkat stress	-.312	0,041

Berdasarkan hasil uji korelasi kendall tau menunjukkan bahwa $p\text{-value} = 0,041 < 0,05$ maka dapat dinyatakan H_1 diterima ($p < 0,05$) yang artinya yaitu terdapat pengaruh *body shamming* terhadap tingkat stress remaja di batu ceper.

1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil deskriptif frekuensi usia responden dalam penelitian ini mayoritas berusia 15 tahun sebanyak 11 orang (25%). Tingkat pendidikan dalam penelitian ini mayoritas adalah siswa SD sebanyak 25 orang (56,8%).

Perempuan lebih mudah melakukan atau mengalami *body shamming* dibandingkan laki-laki. Dari segi psikologis, perempuan cenderung lebih cepat dewasa sehingga lebih mementingkan sisi penampilannya. Adanya perubahan hormon menjelang masa menstruasi dan saat menstruasi membuat remaja perempuan menjadi lebih sensitif. Ketika terjadi peningkatan hormon estrogen dan penurunan hormon serotonin menyebabkan remaja mudah mengalami perubahan suasana hati. Oleh karena faktor tersebut, remaja perempuan lebih mudah tersinggung jika ada kata yang menyinggung penampilannya. Apabila remaja tidak memiliki *body image* positif maka rentan menjadi korban atau melakukan *body shamming* pada teman sebaya sebagai bentuk pelampiasan (Olfah et al., 2023).

Penelitian menunjukkan bahwa tingkat stress remaja pada kategori sedang yaitu pada remaja yang berjenis kelamin laki-laki. Kondisi stress sedang, jumlah stress yang banyak, dan terus menerus dapat meningkatkan resiko penyakit bagi remaja. Menunjukkan bahwa remaja yang berusia 12-15 tahun atau remaja awal yang mengalami stres akan menunjukkan gejala-gejala seperti gugup, hati berdebar, gelisah, tegang, mudah menangis, sulit berkonsentrasi, sulit tidur, dan kehilangan nafsu makan. Hasil penelitian ini sesuai dengan karakteristik responden dalam penelitian yang sebagian besar responden berusia 11-14 tahun. Usia berkaitan dengan toleransi seseorang terhadap stres. Pada usia ini remaja seringkali rawan terhadap stres dan emosinya sangat kuat. Semakin bertambah usia remaja, maka kemampuan remaja dalam mengelola stres akan semakin baik, sehingga tingkat stres

pada usia yang semakin meningkat akan turun. Masa remaja awal akan mengalami perubahan pada tubuhnya, mulai mengembangkan sesuatu yang sebelumnya belum dipikirkan, mudah terpesona dengan lawan jenis, dan cepat terstimulasi secara seksual sehingga remaja awal sulit mengerti dan dimengerti. Penyebab stres paling banyak pada penelitian ini sebagian besar remaja seiring merasa gelisah dan tegang (Khasanah & Mamnuah, 2021).

Berdasarkan tabel diatas nilai body shaming pada laki-laki 22,05 sedangkan nilai mean pada perempuan 22,32, hal ini menunjukkan bahwa tingkat body shaming pada perempuan lebih tinggi daripada laki-laki. Sedangkan pada kepercayaan diri laki-laki nilai meannya 51,77 dan kepercayaan diri perempuan nilai meannya 48,95. Sehingga dapat diartikan bahwa tingkat kepercayaan diri laki-laki lebih tinggi dari pada tingkat kepercayaan diri perempuan. Hasil ini menunjukkan jika laki-laki mengalami bodyshaming maka tingkat kepercayaan dirinya semakin meningkat sehingga laki-laki menjadikannya sebagai motivasi dalam mengembangkan diri. Sedangkan Perempuan jika mengalami bodyshaming cenderung lebih sensitif terhadap dirinya sehingga menyebabkan turunnya tingkat kepercayaan diri. Peneliti juga telah melakukan observasi terhadap beberapa mahasiswa UIN Raden Fatah bahwa mereka cenderung tidak terlalu memikirkan Tindakan bodyshaming dan mereka menjadikannya sebagai motivasi diri untuk jadi pribadi yang lebih baik lagi, dan meningkatkan kualitas diri dengan melakukan olahraga, memperbanyak prestasi dan hal-hal positif lainnya (Hastari et al., 2023).

2. Pengaruh Body Shamming Terhadap Tingkat Stress Remaja

Dalam penelitian ini pengaruh mental terhadap body shaming sangat signifikan efek yang ditimbulkan dari body shaming tentu tidak main-main khususnya terhadap mental korban, yaitu korban menjadi insecure dan tidak percaya diri kata-kata yang mengarah kepada fisik walaupun tidak di maksudkan mengejek seperti "gendutan", ternyata bisa menjadi kata-kata yang menyakitkan bagi seseorang, walaupun dengan maksud bercanda. Korban menjadi tidak percaya diri dan takut untuk menerima bentuk tubuhnya sendiri. Korban menjadi tertutup kepada orang lain menghambat perkembangan korban motivasi menjadi faktor penting dalam perkembangan seseorang menuju yang lebih baik. Tanpa motivasi sangat sulit tubuh tergerak untuk berkembang. Dengan adanya body shaming motivasi dapat terhambat karena perkataan menjelekkan atau negatif dari orang lain membuat kita tidak percaya diri dan takut untuk bergaul dengan sesama.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan pada 492 responden remaja putri. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan antara body image dengan self confidence, hubungan antara kedua variabel ini merupakan hubungan yang positif pada nilai r nya yang menunjukkan hubungan kedua variabel ini searah. Artinya semakin positif/tinggi body image maka akan semakin tinggi pula self confidence pada subjek dan demikian pula sebaliknya semakin negatif/rendah body image maka semakin rendah pula self confidence yang dimiliki. Individu yang mampu menilai kondisi tubuhnya dengan baik maka akan memiliki self confidence yang tinggi dan rasa nyaman dengan kondisi tubuh yang dimilikinya sehingga individu tidak akan melakukan perbandingan dengan orang-orang yang ada diperkitarnya. Penelitian yang dilakukan oleh Amma, terdapat hubungan yang signifikan antara variabel body image dengan self confidence, dimana ia menyatakan semakin positif body image remaja akan membuat self confidence nya juga semakin tinggi sehingga mereka dapat bertindak dan berinteraksi dengan teman serta masyarakat secara baik. Remaja yang memiliki body image yang baik akan merasa penampilannya tidak ada kekurangan secara fisik, merasa lebih baik, ideal, serta memandang nilai, etika dan moral dirinya dengan berpegang teguh atas kejujuran serta tanggung jawab atas semua kegagalan yang dialaminya (Safitri & Rizal, 2020).

Peneliti menyatakan hampir seluruh remaja memiliki konsep diri yang negatif setelah mendapat perlakuan body shaming, remaja akan cenderung memiliki tingkah laku yang peka terhadap kritik atau penilaian seseorang, bersikap berlebihan pada Tindakan yang

dilakukan sehingga remaja berpikir segala tindakannya perlu mendapat apresiasi dari orang lain, merasa tidak disukai orang lain saat mendapat kritikan mengenai tubuhnya, tingkah laku tersebut akan menyebabkan seseorang penurunan kemampuan dalam berinteraksi dengan orang lain dan kurang bersyukur atas apa yang dimilikinya. Hal ini karena ketidakpuasan yang mengakibatkan mereka mengalami ketidakstabilan emosi. Emosi dipengaruhi perasaan dan pikiran khas, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Seseorang tidak percaya diri Ketika memiliki bentuk tubuh yang berbeda, hal ini dikarenakan persepsi yang muncul dalam diri seseorang bahwa dia tidak memenuhi standar ideal dalam masyarakat sekitar, sehingga muncul ketakutan pada dirinya akan keberadaan yang tidak diterima dilingkungannya dan akan menjadi target korban dari body shaming. Hal ini dapat mengganggu kepercayaan dirinya akan lingkungan masyarakat sekitar. Menurut peneliti body shaming merupakan salah satu jenis perundungan (bullying), tekanan dalam bidang akademik, faktor keluarga, dan permasalahan ekonomi dapat menyebabkan depresi pada remaja (Oktiany, 2023).

Dampak body shaming di kalangan remaja putri SMP Negeri 26 Muaro Jambi pada indikator percaya diri dilihat dari kriteria penafsiran presentasi berada pada tingkatan "Tinggi" yaitu (60%). Dampak body shaming di kalangan remaja putri SMP Negeri 26 Muaro Jambi pada indikator malu dilihat dari kriteria penafsiran presentasi berada pada tingkatan "Tinggi" yaitu (66,9%). Dampak body shaming di kalangan remaja putri SMP Negeri 26 Muaro Jambi pada indikator marah dilihat dari kriteria penafsiran persentase berada pada tingkatan "Sedang" yaitu (55,8%). Dampak body shaming di kalangan remaja putri SMP Negeri 26 Muaro Jambi pada indikator tersinggung dilihat dari kriteria penafsiran persentase berada pada tingkatan "Sedang" yaitu (58,9%). Dampak body shaming di kalangan remaja putri SMP Negeri 26 Muaro Jambi pada indikator stres dilihat dari kriteria penafsiran persentase berada pada tingkatan "Tinggi" yaitu (73,1%) (Anugrah et al., 2022).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti yang bertujuan untuk mengetahui hubungan keadaan emosional dan *self esteem* dengan *self efficacy* pada mahasiswa/I Di Universitas Yatsi Madani. Berdasarkan hasil penelitian tersebut didapatkan kesimpulan bahwa

- Mengetahui distribusi frekuensi usia pada remaja perempuan usia 12-16 tahun di Batu Ceper dan mengetahui distribusi frekuensi Tingkat Pendidikan pada remaja perempuan usia 12-16 tahun di Batu Ceper didapatkan hasil dari 44 responden mayoritas berumur 15 tahun sebanyak 11 orang (25%) dan mayoritas responden dengan tingkat pendidikan SD dengan jumlah 25 orang (56,8%).
 - Mengetahui distribusi frekuensi *body shaming* pada remaja perempuan usia 12-16 tahun di Batu Ceper didapatkan hasil dari 44 responden mayoritas Rendah sebanyak 24 orang (54.5%) dan mayoritas responden tinggi dengan jumlah 20 orang (45%).
 - Mengetahui distribusi frekuensi Tingkat stress pada remaja perempuan usia 12-16 tahun di Batu Ceper didapatkan hasil dari 44 responden mayoritas Rendah sebanyak 24 orang (81.8%) dan mayoritas responden tinggi dengan jumlah 20 orang (18.2%).
- Pengaruh antara pengalaman *body shaming* dan tingkat stress pada remaja perempuan usia 12-16 tahun di Batu Ceper. Berdasarkan hasil uji korelasi Kendall tau menunjukkan bahwa $p\text{-value} 0,041 < 0,05$ maka dapat dinyatakan H_1 diterima ($p < 0,05$) yang artinya yaitu terdapat pengaruh *body shaming* terhadap tingkat stress remaja di batu ceper. Pada Uji analisis korelasi Kendall tau didapatkan hasil 0,041 maka H_1 diterima yang artinya tidak terdapat pengaruh *body shaming* terhadap tingkat stress remaja di batu ceper.

A. Saran

Dalam penelitian ini peneliti merasa belum sempurna karena keterbatasan yang ada, baik dari peneliti sendiri atau faktor dari luar dari peneliti, karena keterbatasan peneliti dalam penelitian ini maka peneliti menyarankan:

a. Bagi Institusi

Penelitian ini merupakan syarat untuk memperoleh gelar Strata Satu (S.Keip) pada jurusan ilmu keperawatan Universitas Yatsi Madani Tangerang. Selain itu, menambah informasi bagi mahasiswa kesehatan karena perilaku *body shaming* terhadap remaja dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja

b. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam bidang psikologi dan kesehatan mental remaja, terutama dalam pemahaman tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental remaja perempuan.

c. Bagi Tempat Peneliti

Perluanya diberikan informasi berupa pendidikan kesehatan tentang kesehatan mental kepada orang tua melalui berbagai pihak dan media agar orang tua dapat mengetahui pentingnya para remaja mengelola tingkat stres dengan baik.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pemahaman tentang pengaruh antara *body shaming* dan stres pada remaja perempuan usia 12-16 tahun, memberikan kesempatan untuk meningkatkan kemampuan peneliti dalam melakukan penelitian, termasuk dalam merancang penelitian, mengumpulkan data, dan menganalisis hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhinda Putri Pratiwi, dkk. (2022). Masalah Kesehatan Masyarakat: Pekerja dan Remaja Putri. Ponorogo: Utwais Inspirasi Indonesia.
- Almas, I., Khan, Y., Hassan, T., Maqbool, F., Ali, N., & Khalid, T. (2021). *Dilemma of Body Image & Bullying: Experience of Teenage Girls*. 18(6), 3881–3888.
- Anugrah, R. J., Suitja, A., & Yuksa, A. (2022). Dampak Body Shaming di kalangan Remaja Putri SMP Negeri 26 Muaro Jambi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 12066–12071.
- Ervelianti, M., Suikanti, N., & Wardana, M. K. (2020). The Relationship between Body Shaming Treatment and Body Image in Adolescents in Depok. *JIKO (Jurnal Ilmiah Keperawatan Orthopedi)*, 4(2), 70–76. <https://doi.org/10.46749/jiko.v4i2.43>
- Hastari, A. T., Wiyatno, A., Farhana, M., Juliantini, R., Jemi, S., Syamsul, N., & Saputri, S. (2023). Pengaruh Body Shaming Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa. *Journal Of Communication and Social Science*, 1(1), 8–15. <http://jurnal.dokicti.org/index.php/JCSS/index>
- Khasanah, S. M. R., & Mamnuhah. (2021). Tingkat Stres Berhubungan dengan Pencapaian Tugas Keseimbangan pada Remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(1), 107–116.
- Leistari, S. (2019). Bullying or Body Shaming? Young Women in Patient Body Dysmorphic Disorder. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 3(1), 59. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v3i1.1512>
- Notoatmojo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan (Cetakan II)*. Rineka Cipta.
- Oktiany, T. (2023). Konsep Diri Pada Remaja Dengan Body Shaming Di SMP Negeri 3 Gunung Jati Kabupaten Cirebon. *Blantika: Multidisciplinary Journal*, 2(2), 166–173. <https://doi.org/10.57096/blantika.v2i2.34>
- Olfah, Y., Siswati, T., Palestin, B., Nur Azizah, E., Kartika Sari, A., Keperawatan, D., Tatabumi No, J., & Keperawatan, M. (2023). Pengukuran Skala Body Image dan Edukasi Kesehatan Stop Body Shaming pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 72–80. <http://jurnal.samodrailmu.org/index.php/jopjop@samodrailmu.org>

- Pitayanti, A., & Hartono, A. (2021). Huibungan Body Shaming deingan Keiceimasan Reimaja di SMAN Teigalombo Keicamatan Teigalombo Kabuipatein Pacitan. *Heialth Scieincei Deiveilopmeint Jouirnal*, 21–26.
- Pratiwi, A. P. (2022). Masalah Keiseihan Masyarakat Peikeirja: Reimaja Dan Puutri. https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=WJcWEiAAAQBAJ&lpq=PA1&ots=_pEigAdlyfn&lr&hl=id&pg=PP1#v=oneipagei&q&f=truei.
- Ramadhany, H. N. S., & Puutri, K. Y. S. (2021). Thei Eiffeict of Body Shaming on Instagram on Stuideint's Confideincei. *HUiMANISMA: Jouirnal of Geimdeir Stuidieis*, 5(2), 184. <https://doi.org/10.30983/huimanisme.v5i2.4466>
- Safitri, S. F., & Rizal, G. L. (2020). Huibungan Body Imagei deingan Seilf Confideincei pada Reimaja Oveirweight Yang Meingalami Body Shaming. *Juירnal Peindidikan Tambuisai*, 4(3), 2360–2367.
- Saifudin, M., Sholikhah, S., & Apreiliani, Ei. W. (2022). thei Reilationship Beitweien Body Shaming and Streiss Leiveils of thei Ninth-Gradei Stuideints At Smpn 4 Bojoneigoro. *Jouirnal of Vocational Nuירsing*, 3(2), 125–129. <https://doi.org/10.20473/jovin.v3i2.39599>
- Suigiyono. (2017). *Meitodei peineilitian kuantitatif, kualitatif dan kombinasi (mixeid meithods)*. Alfabeta.
- Triwiandra, P. (2022). Huibungan Antara Body Imagei Deingan Keipeircayaan Diri Pada Reimaja Puutri. <https://repository.uir.ac.id/17306/%0Ahttps://repository.uir.ac.id/17306/1/178110043.pdf> 30701800032.
- Suimi Leistari, S. (2019). Bullying or Body Shaming? Youing Womein in Patieint Body Dysmorphic Disordeir. *Philanthropy Jouirnal of Psychology*. Vol. 3 (1).