

SKRIPSI

**HUBUNGAN *BODY SHAMING* DENGAN KESEHATAN
MENTAL DAN EMOSIONAL REMAJA DI SEKOLAH
MENENGAH ATAS NEGERI 1 KUTA SELATAN**



OLEH
PUTU YUDA MAHESA DARMA
NIM: P07120223142

POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2023/2024

SKRIPSI

**HUBUNGAN *BODY SHAMING* DENGAN KESEHATAN
MENTAL DAN EMOSIONAL REMAJA DI SEKOLAH
MENENGAH ATAS NEGERI 1 KUTA SELATAN**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Diploma IV
Jurusan Keperawatan**

**OLEH
PUTU YUDA MAHESA DARMA
NIM: P07120223142**

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2023/2024**

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

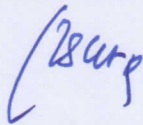
**HUBUNGAN *BODY SHAMING* DENGAN KESEHATAN
MENTAL DAN EMOSIONAL REMAJA DI SEKOLAH
MENENGAH ATAS NEGERI 1 KUTA SELATAN**

Oleh:

PUTU YUDA MAHESA DARMA
NIM: P07120223142

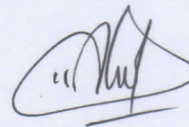
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



I Nengah Sumirta, SST,S.Kep.Ns. M.Kes
NIP. 196502251986031002

Pembimbing Pendamping



I Gusti Ayu Harini, SKM.M.Kes
NIP. 196412311985032011

MENGETAHUI:
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



I Made Sukaria, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 196812311992031020

**LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI**

**HUBUNGAN *BODY SHAMING* DENGAN KESEHATAN
MENTAL DAN EMOSIONAL REMAJA DI SEKOLAH
MENENGAH ATAS NEGERI 1 KUTA SELATAN**

Oleh:

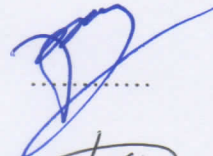
PUTU YUDA MAHESA DARMA
NIM: P07120223142

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI
PADA HARI : SELASA
TANGGAL : 25 JUNI 2024**

TIM PENGUJI:

1. I Wayan Candra, S.Pd., S.Kep., Ns., M.Si
NIP. 196510081986031001

(Ketua)



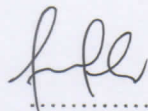
2. N.L.G. Ari Kresna Dewi, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198310182006042001

(Anggota)



3. N.L.P. Yuniarti S.C., S.Kep., Ns., M.Pd.
NIP. 196906211994032002

(Anggota)



MENGETAHUI:
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



I Made Sukarja, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Putu Yuda Mahesa Darma
NIM : P07120223142
Program Studi : RPL Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2023/2024
Alamat : Griya Tapak Gong B.6 Br. Santhi Karya, Desa Ungasan,
Kecamatan Kuta Selatan, Kab. Badung, Provinsi Bali

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Hubungan *Body Shaming* dengan Kesehatan Mental dan Emosional Remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kuta Selatan adalah **benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 25 Juni 2024
Yang membuat pernyataan



Putu Yuda Mahesa Darma
NIM. P07120223142

HUBUNGAN *BODY SHAMING* DENGAN KESEHATAN MENTAL DAN EMOSIONAL REMAJA DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 KUTA SELATAN

ABSTRAK

Remaja mengalami perubahan signifikan pada fisiknya, bentuk fisik yang tidak ideal seringkali membuat individu mendapatkan perlakuan *body shaming* yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri dalam beradaptasi dengan lingkungan sehingga berisiko mengalami gangguan kesehatan mental dan emosional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *body shaming* dengan kesehatan mental dan emosional remaja. Jenis penelitian ini penelitian analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kuta Selatan pada bulan Mei 2024. Sampel penelitian remaja kelas XII sebanyak 198 orang dengan teknik *proportional random sampling*. Instrumen menggunakan kuesioner *body shaming* dan kuesioner SRQ-20. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji statistik *Rank Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan *body shaming* yang dialami remaja sebagian besar rendah sebanyak 99 responden (50%), kesehatan mental dan emosional remaja sebagian besar sehat sebanyak 130 responden (65,7%). Hasil uji *Rank Spearman* didapatkan angka $p\text{ value} = 0,000 < 0,05$, hasil ini menunjukkan ada hubungan *body shaming* dengan kesehatan mental dan emosional remaja. Nilai koefisiensi korelasi sebesar 0,819 hal ini berarti semakin tinggi *body shaming*, maka semakin tinggi gangguan mental dan emosional yang dialami oleh remaja.

Kata Kunci : *Body Shaming*, Kesehatan Mental Dan Emosional, Remaja

**THE RELATIONSHIP OF BODY SHAMING WITH MENTAL AND
EMOTIONAL HEALTH OF ADOLESCENTS IN SENIOR HIGH
SCHOOL NEGERI 1 KUTA SELATAN**

ABSTRACT

Adolescents experience significant changes in their physique, physical shape that is not ideal often makes individuals get body shaming treatment that can affect self-confidence in adapting to the environment so that they are at risk of mental and emotional health disorders. This study aims to determine the relationship between body shaming and adolescents' mental and emotional health. This type of research is correlation analytic research with a cross sectional approach. The research was conducted at the State Senior High School 1 Kuta Selatan in May 2024. The research sample of class XII adolescents was 198 people with proportional random sampling technique. The instruments used body shaming questionnaire and SRQ-20 questionnaire. Data analysis used univariate and bivariate analysis with the Rank Spearman statistical test. The results showed that body shaming experienced by adolescents was mostly low as many as 99 respondents (50%), the mental and emotional health of adolescents was mostly healthy as many as 130 respondents (65.7%). Rank Spearman test results obtained p value = $0.000 < 0.05$, these results indicate there is a relationship between body shaming and adolescent mental and emotional health. The correlation coefficient value is 0.819, this means that the higher the body shaming, the higher the mental and emotional disorders experienced by adolescents.

Keywords: *Body Shaming, Mental Health And Emotion, Adolescents*

RINGKASAN PENELITIAN

Hubungan *Body Shaming* dengan Kesehatan Mental dan Emosional Remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kuta Selatan

Remaja mengalami perubahan signifikan pada fisiknya, bentuk fisik yang tidak ideal seringkali membuat individu mendapatkan perlakuan *body shaming*. *Body Shaming* merupakan tindakan yang mengomentari atau mengeluarkan pendapat kepada seseorang ataupun diri sendiri mengenai tubuh yang dimilikinya. Prevalensi terjadinya *body shaming* secara global sekitar 25 hingga 35 persen. Kejadian *Body shaming* di Indonesia sendiri sudah masuk dalam kategori mengkhawatirkan, tahun 2020 ditemukan sekitar 253 kasus *bullying* (*body shaming*, dan fisik) sedangkan tahun 2021 ditemukan sebanyak 967 kasus dan tahun 2022 terdapat 1066 kasus penghinaan fisik atau *body shaming*.

Remaja yang mengalami *body shaming* akan mengalami berbagai dampak buruk, termasuk kesehatan jiwa, remaja yang mengalami ini akan mengalami perasaan malu pada awalnya dan lama-kelamaan akan menganggap dirinya tidak berguna. Perilaku *body shaming* ini bisa menjadikan seseorang merasa tidak nyaman terhadap kondisi fisiknya dan mulai menutup diri dari lingkungannya. Upaya yang dapat mencegah dampak pada kasus *body shaming* dengan cara mengembangkan sikap saling menghormati sesama dalam hal apapun, menciptakan komunitas yang dapat mendukung *care bullying*, dan memberikan sarana konseling untuk mendukung para korban *bullying*.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *body shaming* dengan kesehatan mental dan emosional remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kuta Selatan. Jenis penelitian ini adalah analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel pada penelitian ini adalah remaja kelas XII yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 198 orang dengan tehnik *proportional random sampling*. Jenis data yang digunakan adalah data primer dan sekunder. Penelitian ini dilakukan mulai bulan Mei 2024. Instrumen menggunakan kuesioner *body shaming* dan kuesioner SRQ-20. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji statistik *Rank Spearman*.

Hasil penelitian menunjukkan *body shaming* yang dialami remaja sebagian besar rendah sebanyak 99 responden (50%), kesehatan mental dan emosional remaja sebagian besar sehat sebanyak 130 responden (65,7%). Hasil uji *Rank Spearman* didapatkan angka $p \text{ value} = 0,000 < 0,05$, hasil ini menunjukkan ada hubungan *body shaming* dengan kesehatan mental dan emosional remaja. Nilai koefisiensi korelasi sebesar 0,819 hal ini berarti semakin tinggi *body shaming*, maka semakin tinggi gangguan mental dan emosional yang dialami oleh remaja.

Body shaming berkaitan dengan kesehatan mental individu, diantaranya penelitian yang mengemukakan bahwa pelaku *body shaming* memiliki permasalahan dalam kesehatan mental seperti memiliki tingkat depresi dan tekanan psikologis yang tinggi, mengalami gangguan kecemasan, dan memiliki banyak permasalahan sosial, cenderung memiliki kepribadian antisosial. *Body shaming* sering kali membuat remaja merasa malu dan tidak puas dengan penampilan fisik mereka. Perasaan ini dapat mengurangi harga diri dan mengganggu citra diri positif, yang sangat penting selama masa remaja. *Body shaming* dapat menyebabkan perasaan sedih, putus asa, dan tidak berharga. Jika terus-menerus dialami, ini bisa berkembang menjadi depresi. Remaja yang merasa diejek atau dikritik karena penampilan fisiknya lebih rentan terhadap depresi. Mengingat terdapat hubungan *body shaming* dengan kesehatan mental dan emosional remaja. Disarankan kepada pihak sekolah agar mempertahankan lingkungan sekolah yang mengembangkan rasa toleransi sehingga tidak ada kejadian *body shaming*. Bagi puskesmas diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk memperbaiki dan meningkatkan program layanan Kesehatan mental untuk anak, remaja dan keluarga. Bagi remaja diharapkan dapat mempertahankan rasa saling menghargai antara teman sehingga kejadian *body shaming* dengan kesehatan mental emosional dalam kondisi yang baik. Bagi orang tua dapat digunakan sebagai pedoman kepada para orang tua untuk lebih memperhatikan anak remajanya, dan lebih menyadari perubahan mental anak remajanya agar tidak menimbulkan perilaku menyimpang maupun gangguan mental yang lebih parah yang akan menjurus ketindakan yang tidak diinginkan seperti mengakhiri hidup atau bunuh diri.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena berkat asungkertha Waranugraha-Nya peneliti dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Hubungan *Body Shaming* dengan Kesehatan Mental dan Emosional Remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kuta Selatan” tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Diploma IV Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.

Skripsi ini dapat terselesaikan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti pendidikan Profesi Ners.
2. I Made Sukarja, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberi kesempatan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
3. Kepala Sekolah SMAN 1 Kuta Selatan beserta staff yang telah memberikan izin dan memfasilitasi peneliti didalam melaksanakan penelitian.
4. I Nengah Sumirta, SST, S.Kep, Ns. M.Kes, selaku pembimbing utama yang telah meluangkan waktu dalam membimbing penulisan Skripsi ini.
5. I Gusti Ayu Harini, SKM, M.Kes, selaku pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu dalam membimbing penulisan Skripsi ini.
6. Seluruh dosen yang terlibat dalam proses pembelajaran yang telah memberikan ilmunya kepada kami, sehingga kami dapat menyusun Skripsi ini.
7. Kedua Orang tua saya, istri saya Putu Anna Artha Rahayu, kedua anak saya Putu Yuna Darma Mahesvari dan Kadek Yura Darma Mahesvari serta seluruh

keluarga yang telah memberikan bantuan serta dukungan dalam menyelesaikan Skripsi ini.

8. Semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah membantu hingga penyusunan Skripsi ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya.

Penulisan skripsi ini tentunya masih belum sempurna. Kritik dan saran sangat peneliti harapkan guna penyempurnaan Skripsi ini.

Denpasar, Februari 2024

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	
LEMBAR PRASYARAT	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
RINGKASAN PENELITIAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Remaja.....	6
B. Konsep <i>Body Shaming</i>	12
C. Konsep Kesehatan Jiwa.....	18
BAB III KERANGKA KONSEP	
A. Kerangka Konsep.....	25
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	26
C. Hipotesis.....	27
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	28
B. Alur Penelitian	29

C. Tempat dan Waktu Penelitian	30
D. Populasi dan Sampel Penelitian	30
E. Jenis dan teknik pengumpulan data.....	33
F. Pengolahan dan Analisis Data	39
G. Etika Penelitian	42

BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	45
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	49
C. Keterbatasan Penelitian.....	57

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan.....	58
B. Saran.....	59

DAFTAR PUSTAKA	60
----------------------	----

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Definisi Operasional Penelitian Hubungan <i>Body Shaming</i> Dengan Kesehatan Mental dan Emosional Remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kuta Selatan	27
Tabel 2	Perhitungan Besar Sampel Penelitian di Masing-Masing Kelas.....	32
Tabel 3	Kisi-Kisi Instrumen Penelitian Body Shaming.....	37
Tabel 4	Kisi-Kisi Instrumen Penelitian Self Reporting Questionnaire.....	37
Tabel 5	Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Umur di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kuta Selatan Tahun 2024.....	46
Tabel 6	Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kuta Selatan Tahun 2024.....	46
Tabel 7	Distribusi Frekuensi <i>Body Shaming</i> di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kuta Selatan Tahun 2024.....	46
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental dan Emosional Remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kuta Selatan Tahun 2024.....	47
Tabel 9	Hasil Analisis Hubungan <i>Body Shaming</i> Dengan Kesehatan Mental Dan Emosional Remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kuta Selatan di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kuta Selatan Tahun 2024.....	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Konsep Penelitian Hubungan <i>Body Shaming</i> Dengan Kesehatan Mental dan Emosional Remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kuta Selatan.....	25
Gambar 2	Alur Penelitian Hubungan <i>Body Shaming</i> Dengan Kesehatan Mental dan Emosional Remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kuta Selatan	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 2. Anggaran Biaya Penelitian
- Lampiran 3. Permohonan Ijin Menjadi Responden Penelitian
- Lampiran 4. Lembar persetujuan
- Lampiran 5. Lembar persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 6. Persetujuan setelah penjelasan (*inform concent*) sebagai peserta penelitian
- Lampiran 7. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 8. Tabulasi Data
- Lampiran 9. Hasil Analisis
- Lampiran 10. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 11. Persetujuan Etik
- Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 13. Hasil Turnitin
- Lampiran 14. Daftar Bimbingan
- Lampiran 15. Bukti Penyelesaian Administrasi
- Lampiran 16. Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository