



HUBUNGAN BODY IMAGE DENGAN KEJADIAN BULLYING PADA REMAJA

Sinta Asaliyah Annisa Putri, Dwi Heppy Rochmawati*, Wigyo Susanto

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Jl. Kaligawe Raya No. Km.4, Terboyo Kulon,
Genuk, Semarang, Jawa Tengah 50112, Indonesia

[*dwiheppy@unissula.ac.id](mailto:dwiheppy@unissula.ac.id)

ABSTRAK

Body Image yang positif berperan penting dalam kesehatan mental remaja. Namun, remaja sering kali mengalami masalah body image yang dapat berkontribusi terhadap kejadian Bullying. Tujuan: Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara body image dan kejadian Bullying pada remaja di Semarang. Metode: Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Sampel diambil menggunakan teknik purposive sampling, dari total populasi sebanyak 358 kelas X, peneliti mengambil sampel dengan pertimbangan tertentu yaitu berdasarkan nomor absen genap pada setiap kelas. Untuk menentukan besarnya sampel dihitung menggunakan rumus slovin sehingga didapatkan total 189 responden. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner yang telah diuji validitasnya. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji statistik Somers'd. Hasil: Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan signifikan antara body image dengan kejadian Bullying pada remaja, dengan nilai $p < 0,05$, yang menunjukkan bahwa body image yang buruk berhubungan dengan peningkatan kejadian Bullying. Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara body image dengan kejadian Bullying pada remaja di Semarang, yang menunjukkan pentingnya perhatian terhadap body image dalam upaya pencegahan Bullying.

Kata kunci: body image; bullying; remaja

HUBUNGAN BODY IMAGE DENGAN KEJADIAN BULLYING PADA REMAJA

ABSTRACT

A positive body image plays a crucial role in the mental health of adolescents. However, adolescents often experience body image issues that can contribute to Bullying incidents. This study aims to determine the relationship between body image and Bullying incidents among adolescents at Semarang. Objective: The objective of this study is to identify the relationship between body image and Bullying incidents among adolescents at Semarang. Methods: This research uses a descriptive correlational research design with a cross-sectional approach. Samples were taken using purposive sampling technique; from a total population of 358 class X students, the researcher took samples with specific considerations based on even attendance numbers in each class. To determine the sample size, the Slovin formula was used, resulting in a total of 189 respondents. Data collection was conducted through questionnaires that had been validity-tested. Data analysis was performed using the Somers'd statistical test. This research uses a descriptive correlational research design with a cross-sectional approach. Samples were taken using purposive sampling technique; from a total population of 358 class X students, the researcher took samples with specific considerations based on even attendance numbers in each class. To determine the sample size, the Slovin formula was used, resulting in a total of 189 respondents. Data collection was conducted through questionnaires that had been validity-tested. Data analysis was performed using the Somers'd statistical test. Results: The analysis results indicate a significant relationship between body image and Bullying incidents among adolescents, with a p-value < 0.05 , indicating that poor body image is associated with an increased incidence of Bullying. Conclusion: There is a significant relationship between body image and Bullying incidents among adolescents at Semarang, highlighting the importance of addressing body image in efforts to prevent Bullying.

Keywords: adolescent; body image; bullying

PENDAHULUAN

Citra tubuh atau yang disebut *body image* merujuk pada persepsi, emosi, dan cara pandang seseorang terhadap penampilan fisik dirinya sendiri. Banyak remaja mengalami berbagai perubahan, mulai dari fisik, dan juga bagaimana mereka beradaptasi dengan penampilan baru mereka (Malla et al., 2021). *Body Image* adalah salah satu komponen utama dalam pertumbuhan remaja. *Body Image* yang negatif berkorelasi dengan penghargaan diri dan kepercayaan diri yang kurang pada remaja (Kumalasari & Ahyani, 2019). Remaja masa kini tidak terlepas dari tekanan untuk memiliki tubuh langsing dan penampilan fisik menarik agar diterima dalam pergaulan. Sayangnya, standar kecantikan yang tidak realistis ini justru memicu *Body Image* negatif dan rendahnya harga diri, yang kemudian meningkatkan risiko remaja menjadi sasaran *Bullying* (Perrin et al., 2019). *Bullying* atau perundungan di kalangan remaja masih menjadi masalah yang cukup serius di dunia, *Bullying* diartikan sebagai serangan berulang yang bersifat mengintimidasi dan kasar oleh individu atau sekelompok dalam jangka waktu tertentu terhadap korban yang tidak sanggup mempertahankan diri (CDC, 2019). Perilaku *Bullying* mencakup tindakan seperti peyerangan fisik, ancaman verbal, pelecehan, pengucilan sosial, gosip, dan penyebaran rumor yang merugikan korban.

Pelaku *Bullying* biasanya memiliki kekuatan atau kekuasaan lebih besar dibanding korban, baik dari segi fisik, psikologis, maupun sosial (Rao et al., 2020). Fenomena *Bullying* di kalangan remaja hingga saat ini masih menimbulkan persoalan yang cukup serius dalam kehidupan masyarakat. Remaja sangat rentan mengalami tekanan untuk memiliki tubuh ideal sesuai standar kecantikan yang ada. Sayangnya, standar ini seringkali tidak realistis dan justru memicu *Body Image* negatif pada sebagian remaja (Webb et al., 2019). Di antara negara-negara ASEAN, Indonesia mencatat angka tertinggi untuk insiden *bullying* di lingkungan sekolah dengan persentase mencapai 84%. Posisi ini menempatkan Indonesia di atas negara-negara lain seperti Nepal dan Vietnam yang keduanya mencatat 79%, diikuti Kamboja dengan 73%, serta Pakistan yang memiliki tingkat lebih rendah yaitu 43% (Safaat, 2023). Berdasarkan survei kementerian kesehatan pada tahun 2018, prevalensi perilaku *Bullying* baik sebagai pelaku, korban ataupun pihak yang menyaksikan di Indonesia mencapai 64,1% pada kelompok remaja usia 13-15 tahun dan 51,3% pada usia 16-18 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Sementara itu, penelitian yang dilakukan pada 5.300 siswa SMP dan SMA di jabodetabek juga menemukan angka yang cukup memprihatinkan. Sekitar 28,6% siswa mengaku pernah mem-bully orang lain dalam 3 bulan terakhir, sementara 52,3% mengaku pernah menjadi korban dalam kurun waktu yang sama (Suharti et al., 2021). Survei pada 760 siswa SMP dan SMA di Kota Semarang menemukan prevalensi perilaku *Bullying* cukup memprihatinkan (Prabowo et al., 2020). Sepanjang tahun 2019 lalu, sebanyak 36,7% siswa mengaku pernah melakukan *Bullying* secara verbal. Adapun perilaku *Bullying* fisik dilaporkan oleh 18,9% siswa, sedangkan 9,5% siswa melakukan *Bullying* secara non-verbal seperti mengucilkan dan menyebarkan rumor buruk tentang orang lain. Di sisi lain, 42,1% siswa mengaku menjadi korban *Bullying* dalam 1 tahun terakhir (Prabowo et al., 2020).

Survei pada pelajar di Kota Bandung menemukan bahwa remaja perempuan yang merasa tidak puas dengan berat badan dan tubuhnya 2 kali lebih berisiko menjadi korban *Bullying* dibandingkan mereka yang memiliki penerimaan positif terhadap citra tubuhnya (Afriani et al., 2019). Sebanyak 62% remaja perempuan dengan *body image* negatif mengaku pernah diejek, diolok, bahkan diserang fisik akibat bentuk tubuh atau penampilan fisiknya. Sementara pada kelompok dengan *body image* positif, insiden menjadi korban *Bullying* jauh lebih rendah yaitu 32%. Survei terhadap 800 siswa SMP dan SMA di Kota Semarang pada tahun 2020 lalu menemukan prevalensi korban *Bullying* jauh lebih tinggi pada remaja baik pria maupun wanita yang menganggap bentuk tubuh mereka terlalu kurus (Arifin et al., 2021). Dalam setahun terakhir, terdapat 62% remaja pria dan 54% remaja wanita yang memiliki persepsi negatif terhadap tubuhnya karena terlalu kurus telah menjadi target perilaku *bullying*. Sebaliknya, pada kelompok dengan penerimaan diri positif terhadap bentuk tubuhnya, tingkat kejadian menjadi korban

bullying jauh lebih rendah dengan angka hanya sekitar 28% (Arifin et al., 2021). Penelitian Willis & Jenkins (2021) Studi mengindikasikan bahwa para remaja yang melakukan bullying sering merasa tidak puas dengan penampilan tubuh mereka sendiri. Mereka menindas orang lain sebagai upaya meningkatkan popularitas dan posisi sosial, namun ironisnya tindakan ini justru memperburuk persepsi mereka tentang citra tubuh. Hal ini menunjukkan adanya hubungan dua arah antara citra tubuh dan perilaku bullying (Smith & Lewis, 2023). Body image buruk meningkatkan risiko seorang remaja menjadi korban Bullying. Sementara Bullying yang dialami semakin memperparah persepsi negatif korban terhadap citra tubuh mereka.

Menurut Raskaukas dan Huynh (2019), perawat sekolah dapat terlibat aktif dalam program anti-Bullying dan peningkatan penerimaan diri pada remaja melalui pendidikan, pelatihan asertivitas, hingga konseling individu maupun kelompok. Perawat juga dianjurkan memfasilitasi diskusi terbuka terkait topik citra tubuh positif (Grogan, 2022). Strategi lainnya adalah melakukan deteksi dini kasus Bullying dan gangguan citra tubuh melalui penyebaran kuesioner oleh perawat kepada para siswa (Weinberger et al., 2021). Hasil skrining ini dapat mengidentifikasi remaja berisiko tinggi yang memerlukan penanganan lebih lanjut guna mencegah dampak jangka panjang. Lebih lanjut, Smith dan Williams (2023) menyarankan perawat memberikan konseling dan terapi psikososial bagi korban Bullying dapat bangkit dari trauma yang dialami. Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan Kardiatun (2021) hasil penelitian dari analisis univariat menunjukkan sebagian besar responden perempuan mengalami body shaming yaitu 66% (33 orang). Jenis body shaming yang paling banyak dialami perempuan adalah terkait warna kulit yaitu 34% (18 orang). Sementara pada laki-laki, jenis body shaming terbanyak adalah terkait warna kulit dan thin shaming, masing-masing sebesar 30% (9 orang). Berdasarkan hasil penelitian, bentuk body shaming yang paling banyak dialami remaja perempuan adalah terkait warna kulit (34% atau 18 orang) dan ukuran tubuh (32,1% atau 17 orang). Sementara pada remaja laki-laki, jenis body shaming yang paling umum adalah komentar negatif terhadap tubuh kurus (thin shaming) dan warna kulit, dengan persentase yang sama yaitu 30% (9 orang).

Menurut penelitian Nubli et al (2019) hasil riset menunjukkan bahwa partisipasi responden didominasi oleh remaja laki-laki dengan kontribusi sebanyak 251 individu, mewakili 75,4% dari keseluruhan sampel. Di sisi lain, keterlibatan remaja perempuan dalam studi ini relatif lebih sedikit, tercatat hanya 82 orang yang setara dengan 24,6% dari total subjek penelitian. Angka-angka ini menggambarkan dominasi responden laki-laki dibandingkan responden perempuan dalam penelitian yang dimaksud. Menurut penelitian dari Hidayat (2023) Riset yang dilaksanakan pada akhir November 2022 dengan 39 partisipan menunjukkan bahwa 9 orang (23%) memiliki citra tubuh negatif. Mayoritas responden, yakni 26 orang (66,7%), menunjukkan citra tubuh sedang, sedangkan 4 orang (10,3%) memiliki citra tubuh positif. Mengenai aspek kepercayaan diri, hanya satu orang (2,6%) dengan tingkat kepercayaan diri rendah. Sebagian besar partisipan, yaitu 23 orang (58,9%), memiliki kepercayaan diri moderat, sementara 15 orang lainnya (38,5%) menunjukkan tingkat kepercayaan diri ringan. Berdasarkan fenomena yang telah dijabarkan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Antara Body Image Dengan Kejadian Bullying Pada Remaja di Semarang.

METODE

Pendekatan kuantitatif dengan desain cross sectional dipilih sebagai metodologi dalam penelitian ini. Subjek penelitian terdiri dari para pelajar kelas 10 SMAN X Semarang, dengan penentuan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Dalam pelaksanaannya, penelitian ini melibatkan 189 responden sebagai sampel penelitian. Dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah Body Image. Yang diukur menggunakan Instrumen kuisiner Body Image yang terdiri dari pertanyaan favorable dan unfavorable dengan total 19 pertanyaan dengan skala penampilan tubuh yaitu self relationship multimentional (MBSRQAS). Validitas kuisiner Body Image diuji dan dinyatakan valid dengan

koefisien korelasi item total berkisar antara 0,258 dan 0,599. Reliabilitas kuesioner juga menunjukkan hasil yang baik, dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,892, yang menunjukkan konsistensi tinggi dalam pengukuran. Variabel terikatnya adalah kejadian Bullying yang diukur dengan Instrumen kuesioner Bullying dengan jumlah 14 pertanyaan dengan menyertakan dimensi-dimensi Bullying mencakup direct Bullying dan indirect Bullying. Validitas kuesioner bullying diuji dan dinyatakan valid jika nilai r hitung lebih besar dari 0,30. Penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2012) menunjukkan bahwa kuesioner bullying memiliki nilai r table antara 0,834 dan 0,960, sehingga instrumen tersebut dinyatakan valid. Reliabilitas kuesioner bullying juga diuji dengan hasil nilai Cronbach's Alpha antara 0,834 dan 0,960, menunjukkan tingkat konsistensi yang tinggi dalam pengukuran. Analisa bivariat menggunakan Salah satu uji statistik nonparametrik yang dapat dipakai yakni uji somers'd guna mengetahui hubungan skala data ordinal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.
Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur responden (n=189)

Umur	f	%
14 Tahun	1	0.5
15 Tahun	77	40.5
16 Tahun	109	57.5
18 Tahun	2	1.5

Dari hasil analisis tabel 1, dapat diketahui bahwa responden dengan usia 16 tahun menunjukkan jumlah terbesar dengan total 109 orang (57,5% dari keseluruhan), sementara responden berusia 14 tahun memiliki jumlah terendah yaitu hanya 1 orang (0,5% dari total responden).

Tabel 2.
Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin responden (n=189)

Jenis Kelamin	f	%
Laki-laki	85	45
Perempuan	104	55

Hasil yang ditampilkan pada tabel 2 menunjukkan bahwa komposisi responden didominasi oleh mereka yang berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 104 orang (55% dari total), sedangkan responden laki-laki berjumlah lebih sedikit yaitu 85 orang (45% dari keseluruhan partisipan).

Tabel 3.
Distribusi frekuensi responden berdasarkan berat badan responden (n=189)

Berat Badan	f	%
30-50	97	51
51-70	79	41
71-98	13	6.8

Berdasarkan tabel 3 diperoleh data dari responden terbanyak berat badan 30-50 memiliki distribusi sebanyak 97 responden (51%) dan paling sedikit berat badan 71-98 memiliki distribusi sebanyak 13 responden (6.8%).

Tabel 4.
Distribusi frekuensi responden berdasarkan tinggi badan responden (n=189)

Tinggi Badan	f	%
145-155	41	22
156-165	89	47
166-175	59	31

Berdasarkan tabel 4 diperoleh data dari responden paling banyak tinggi badan 156-165 memiliki

distribusi sebanyak 89 responden (47%) dan paling sedikit tinggi badan 145-155 memiliki distribusi sebanyak 41 responden (22%).

Tabel 5.

Distribusi frekuensi responden berdasarkan *Body Image* (n=189)

Body Image	f	%
Positif	168	88,9
Negatif	21	11,1

Berdasarkan tabel 4 diperoleh data dari *Body Image* pada 189 responden. Responden yang paling banyak memiliki *Body Image* Positif sebanyak 168 responden (88,9%) dan *Body Image* Negatif sebanyak 21 responden (11,1%).

Tabel 6.

Distribusi frekuensi responden berdasarkan Kejadian *Bullying* (n=189)

Kejadian <i>Bullying</i>	f	%
Tinggi	16	8,5
Sedang	18	9,5
Rendah	155	82

Analisis data dari tabel 6 mengenai insiden *bullying* pada 189 partisipan mengungkapkan bahwa mayoritas responden, yakni 155 orang (82%), mengalami *bullying* dalam kategori rendah. Sementara itu, 18 responden (9,5%) termasuk dalam kategori mengalami *bullying* tingkat sedang, dan 16 responden lainnya (8,5%) tercatat mengalami *bullying* dengan intensitas tinggi.

Tabel 7.

Hubungan antara *Body Image* dengan Kejadian *Bullying* pada Remaja

		<i>Bullying</i>			n	r	p
		Tinggi	Sedang	Kurang			
<i>Body Image</i>	Positif	3	12	153	168	-0,664	<0,001
	Negatif	13	6	2	21		

Tabel 7 Berdasarkan uji statistik *Somers'd* didapatkan hasil probabilitas atau nilai $p < 0,001$ ($p < 0,05$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian maka dapat diartikan bahwa terdapat hubungan antara *Body Image* dengan Kejadian *Bullying* Pada Remaja. Nilai keeratan hubungan kuat yaitu -0,664 dengan arah hubungan negatif.

Umur

Berdasarkan analisis distribusi usia dari 189 subjek penelitian, ditemukan bahwa mayoritas responden berusia 16 tahun dengan jumlah 109 orang, sedangkan usia 14 tahun menunjukkan frekuensi terendah dengan hanya 1 orang responden. Ketidakpuasan terhadap *body image* ini sering menjadi pemicu terjadinya *Bullying*, di mana remaja yang dianggap memiliki penampilan berbeda dari standar ideal sering menjadi target ejekan dan intimidasi dari teman sebayanya (Safitri & Hidayati, 2021). Penelitian menunjukkan bahwa remaja usia 15-17 tahun yang mengalami *Bullying* terkait penampilan fisik memiliki risiko lebih tinggi untuk mengembangkan gangguan makan, depresi, dan kecemasan sosial. Seiring bertambahnya usia, beberapa remaja mulai mengembangkan kepercayaan diri dan penerimaan diri yang lebih baik, namun pengalaman *Bullying* di masa remaja awal dapat memberikan dampak psikologis jangka panjang hingga mereka dewasa (Febriana & Rahmasari, 2021). Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menyimpulkan bahwa semakin muda umur responden maka *body image* dan kejadian *Bullying* semakin tinggi.

Jenis kelamin

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa lebih banyak responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 104 orang dibandingkan dengan responden laki-laki yang berjumlah 85 orang. Keterkaitan antara jenis kelamin dengan persepsi tubuh dan fenomena *bullying* pada kalangan remaja menampilkan

hubungan yang rumit dan saling berpengaruh. Studi yang dilangsungkan oleh Pamirma (2022) menemukan bahwa remaja perempuan lebih cenderung memiliki pandangan negatif terhadap tubuh mereka dibandingkan dengan remaja laki-laki, yang seringkali disebabkan oleh tekanan standar kecantikan yang lebih berat dari lingkungan sosial dan platform digital.(Pamirma & Satwika, 2022). Berdasarkan asumsi peneliti, insiden *bullying* lebih sering dialami oleh subjek dengan jenis kelamin perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini terkait dengan temuan bahwa kaum remaja perempuan menunjukkan tingkat ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh mereka yang lebih tinggi bila dibandingkan dengan remaja laki-laki.

Berat Badan

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan paling banyak berat badan 30-50 memiliki distribusi sebanyak 97 responden dan paling sedikit berat badan 71-98 memiliki distribusi sebanyak 13 responden. Studi yang dilakukan oleh Sari dan Wuryanto (2020) mengungkapkan bahwa para remaja yang memiliki bobot tubuh di atas normal berisiko 2,5 kali lebih tinggi mengembangkan persepsi citra tubuh yang negatif dibandingkan dengan rekan-rekan mereka yang memiliki berat badan dalam kategori normal. Hal ini diperkuat oleh penelitian Kusumawati et al. (2021) yang mengungkapkan bahwa 68% remaja obesitas mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya dan memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Dengan adanya hasil penelitian ini peneliti menyimpulkan bahwa berat badan berlebih cenderung mengalami kejadian *Bullying* dibandingkan berat badan normal. Bahwa remaja dengan berat badan di atas normal memiliki risiko lebih besar menjadi target *Bullying* dibandingkan remaja dengan berat badan normal, dimana bentuk *Bullying* yang paling sering dialami adalah ejekan verbal terkait bentuk tubuh (Hartini, 2019).

Tinggi Badan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden paling banyak dengan tinggi badan 156-165 memiliki distribusi sebanyak 89 responden dan tinggi badan 145-155 memiliki distribusi sebanyak 41 responden. Penelitian yang dilakukan oleh Pratama dan Suhartini (2021) mengungkapkan bahwa remaja dengan tinggi badan di bawah rata-rata memiliki kecenderungan 1,8 kali lebih besar mengalami *body image* negatif dibandingkan remaja dengan tinggi badan normal. Sejalan dengan hal tersebut, studi oleh Wijaya et al. (2022) menemukan bahwa 55% remaja laki-laki dengan tinggi badan di bawah rata-rata mengalami ketidakpuasan terhadap penampilan fisiknya, terutama terkait dengan maskulinitas dan kepercayaan diri dalam interaksi sosial. Berdasarkan hasil tersebut peneliti menyimpulkan bahwa tinggi badan yang di bawah rata-rata memiliki angka kejadian *Bullying* tinggi. Bahwa remaja dengan tinggi badan yang jauh di atas atau di bawah rata-rata memiliki risiko lebih tinggi menjadi target *Bullying*, dengan bentuk *Bullying* yang paling umum berupa ejekan verbal dan pengucilan social (Lusiana & Siful Arifin, 2022).

Body Image

Berdasarkan temuan penelitian pada 189 partisipan, sebanyak 168 responden teridentifikasi memiliki persepsi *body image* yang positif, sementara 21 responden lainnya menunjukkan persepsi *body image* negatif. Persepsi tentang tubuh pada kalangan remaja menjadi persoalan yang multidimensi dan telah menjadi fokus utama dalam berbagai kajian ilmiah di berbagai wilayah Indonesia. Penelitian yang dilakukan oleh Wulandari et al. (2021) mengungkapkan bahwa sekitar 65% kalangan remaja di Indonesia mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk fisik mereka, dengan angka kejadian yang lebih dominan pada kelompok remaja perempuan. Para remaja yang merasakan kegelisahan akibat perubahan bentuk tubuh serta tidak puas dengan penampilan fisiknya umumnya mengalami kesulitan dalam menerima kondisi diri. Di sisi lain, remaja yang memiliki *body image* positif akan merasakan kepuasan terhadap penampilan dan proporsi tubuhnya. Sementara itu, remaja yang mengembangkan *body image* negatif cenderung mengalami ketidakpuasan terhadap kondisi fisik mereka.(Nahla & Qudsyi, 2024).

Terdapat korelasi positif yang signifikan antara *body image* dan tingkat kepercayaan diri, dimana individu dengan *body image* lebih positif cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi. Meskipun demikian, tidak seluruh kalangan remaja memiliki *body image* yang positif. Pada hakikatnya, setiap remaja perlu mengembangkan *body image* positif sebagai penunjang kepercayaan dirinya. Akan tetapi, perlu diperhatikan bahwa *body image* yang terlampau positif dapat mengakibatkan kepercayaan diri berlebih (*overconfident*), yang berpotensi mengganggu perkembangan psikologis. Kondisi ini dapat menimbulkan kecenderungan merendahkan orang lain atau terlibat dalam bullying karena perasaan superioritas. Perilaku bullying sebenarnya dapat diantisipasi melalui pengendalian emosi yang baik, pemahaman diri yang mendalam, pengembangan sikap empati, serta menghindari perasaan dendam dan iri hati terhadap orang lain. Hal ini dapat memunculkan kecenderungan untuk meremehkan orang lain atau melakukan *Bullying* karena merasa dirinya lebih unggul. Perilaku *Bullying* pada dasarnya dapat diantisipasi ketika seseorang berhasil mengembangkan kemampuan pengendalian emosi, meningkatkan pemahaman tentang diri, menumbuhkan sikap empati, serta menjauhkan diri dari perasaan dendam dan kecemburuan terhadap individu lain (Diniaty, 2019). Berdasarkan hasil penelitian, peneliti dapat menyimpulkan bahwa *body image* positif akan memiliki kepercayaan tinggi sehingga merasa senang dan puas, dibandingkan *body image* negatif akan mengalami rendah diri sehingga menjadi target *Bullying*.

Kejadian *Bullying*

Berdasarkan data yang terkumpul mengenai peristiwa *bullying* pada 189 partisipan, tercatat bahwa 16 responden mengalami kasus *bullying* dengan kategori tinggi, sementara 18 responden teridentifikasi menghadapi *bullying* tingkat sedang, dan mayoritas responden yaitu 155 orang berada dalam kelompok yang mengalami tindakan *bullying* dengan intensitas rendah. Penelitian oleh Bachri et al. (2021) menunjukkan bahwa korban *Bullying* cenderung memiliki citra tubuh negatif, merasa tidak puas dengan penampilan fisik mereka, dan kurang percaya diri. Hal ini sejalan dengan temuan Setyowati et al. (2019) yang juga menyebutkan bahwa korban *Bullying* lebih suka menyendiri dan mengalami kesulitan menjalin pertemanan akibat dari gangguan citra tubuh. Pandangan negatif yang dimiliki individu tentang dirinya cenderung membuat mereka terpaku pada kelemahan-kelemahan personal, tanpa mampu mengapresiasi berbagai kelebihan yang mereka miliki, sehingga mengakibatkan rendahnya tingkat kepercayaan diri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Almas et al. (2021), yang menemukan adanya hubungan negatif antara citra tubuh dengan perilaku sebagai korban *Bullying*. Dengan kata lain, semakin positif citra tubuh seseorang, semakin kecil kemungkinan ia menjadi korban *Bullying*. Namun, tidak semua remaja memiliki citra tubuh yang positif. Hasil penelitian yang dilakukan peneliti dapat disimpulkan bahwa kejadian *Bullying* akan semakin meningkat ketika korban memiliki pandangan negatif.

Hubungan Antara *Body Image* dengan Kejadian *Bullying* pada Remaja

Analisis hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi antara persepsi *body image* dengan fenomena *bullying* pada populasi remaja. Dengan nilai $p = 0,000$ yang lebih kecil dari $0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, mengindikasikan bahwa terdapat hubungan antara *body image* dengan kejadian *Bullying* pada kalangan remaja. Kekuatan korelasi (r) terukur sebesar $-0,664$ yang menunjukkan hubungan yang kuat. Arah korelasi yang negatif mengindikasikan bahwa semakin negatif *body image* seseorang, maka semakin tinggi kemungkinan mengalami *bullying*. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan signifikan antara *body image* dengan kejadian *bullying* pada remaja dapat dikonfirmasi kebenarannya. Keterkaitan antara persepsi citra tubuh dengan fenomena intimidasi di kalangan remaja telah menjadi subjek berbagai studi ilmiah di Indonesia, yang secara konsisten memperlihatkan hubungan bermakna antara kedua faktor tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh Putri & Indrawati (2019) dalam Jurnal Empati mengungkapkan bahwa 64% remaja yang memiliki *body image* negatif menjadi target *Bullying* di sekolah. *Body image* negatif ini mencakup ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh, berat badan, atau penampilan fisik secara keseluruhan. Studi ini juga menemukan bahwa

remaja dengan *body image* negatif cenderung mengisolasi diri dari lingkungan sosial, yang semakin meningkatkan risiko mereka menjadi target *Bullying* (Novarizal & Pasela, 2021).

Dampak *Bullying* terkait *body image* sangat kompleks dan dapat menciptakan siklus negatif yang berkelanjutan. Menurut penelitian Wideasavitri & Kristiani (2018) dalam Jurnal Psikologi Udayana, remaja yang menjadi korban *Bullying* karena penampilan fisik mereka cenderung mengembangkan *body image* yang semakin negatif, yang pada gilirannya meningkatkan risiko mereka mengalami *Bullying* lebih lanjut. Studi ini menemukan bahwa 72% korban *Bullying* terkait penampilan mengalami penurunan drastis dalam kepercayaan diri dan penerimaan diri. Selain itu, penelitian ini juga mengidentifikasi bahwa korban *Bullying* seringkali mengembangkan perilaku maladaptif seperti gangguan makan, depresi, dan kecemasan sosial (Agustin et al., 2023). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terbukti adanya korelasi yang sangat signifikan dengan arah negatif antara *body image* dan kejadian *bullying*. Analisis data menunjukkan bahwa hipotesis penelitian dapat diterima, di mana semakin negatif *body image* seseorang, semakin tinggi kemungkinan terjadinya perilaku *bullying*. Sebaliknya, individu dengan *body image* yang positif cenderung menunjukkan tingkat *bullying* yang lebih rendah. Dengan demikian, dapat ditarik kesimpulan bahwa asumsi awal dalam penelitian ini terkonfirmasi melalui temuan empiris yang diperoleh.

SIMPULAN

Hasil berdasarkan uji statistik Somers'd didapatkan hasil nilai $p = 0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian maka dapat diartikan bahwa ada hubungan antara *body image* dengan Kejadian *Bullying* Pada Remaja. Nilai kekuatan korelasi (r) sebesar $-0,664$ maka hal tersebut dinyatakan kuat.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, R., Bahar, B., & Dewi, R. (2019). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Perilaku *Bullying* Pada Remaja Putri. *JIP*, 9(1), 58–63.
- Agustin, D., Rohmah, N., & Anggraini, Z. E. Y. (2023). Hubungan antara Citra Tubuh dengan Perilaku *Bullying* pada Remaja Di SMK Hidayatul Mubtadiin Sidodadi Kecamatan Tempurejo Kabupaten Jember. *Health & Medical Sciences*, 1(4), 9. <https://doi.org/10.47134/phms.v1i4.56>
- Arifin, Z., Probandari, A. N., & Dewi, Y. I. (2021). Being too skinny: a risk factor of being bullied among adolescents in a coastal city. *Journal of Public Health Research*, 10(1).
- Azahra, S. A. (2024). Pengaruh Sosial Media Terhadap *Body Image* Pada Mahasiswa di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. *Indonesian Journal of Business Innovation, Technology and Humanities (IJBITH)*, 1(1), 31–43.
- Bodega, P., de Cos-Gandoy, A., Fernández-Alvira, J. M., Fernández-Jiménez, R., Moreno, L. A., & Santos-Beneit, G. (2024). *Body image and dietary habits in adolescents: a systematic review*. *Nutrition Reviews*, 82(1), 104–127. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuad044>
- CDC. (2019). Preventing *Bullying*.
- Dahlia, B., Azzahra, D., Azzahra, A. R., Dewi, S. P., Gunawan, F. A., & Abdillah, R. (2025). *Luka Batin Tak Terlihat : Dampak *Bullying* pada Kesehatan Psikologis Siswa*. 1.
- Diniaty, A. (2019). Keterampilan Empati Dalam Penyelenggaraan Konseling Pasca Traumatik Untuk Korban *Bullying* Di Sekolah Menengah. *Prosiding International Seminar & Workshop Post Traumatic Counseling*, 1991, 37–45.
- Empathi, J., Hanitis, P., & Setyawan, M. (2015). Hubungan Antara Persepsi Terhadap Iklim Sekolah Dengan Intensi *Bullying* Pada Siswa SD Islam. *Jurnal Global Ilmiah*, Vol. 4 No.
- Erina, A., Aulia, N. N., & Ipah, S. (2023). Identifikasi fenomena perilaku *bullying* pada remaja. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3, 19–30.

- Febriana, & Rahmasari. (2021). Gambaran Penerimaan Diri Korban Bullying. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 1–15.
- Grogan, S. (2022). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. Taylor & Francis.
- Hartini, N. S. dan B. (2019). REAL in Nursing Journal (RNJ). *Real in Nursing Journal (RNJ)*, 1(3), 114–122.
- Hidayat, N. (2023). Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(1), 1–7.
- Kardiatun, T. (2021). Body Shaming Dengan Harga Diri Dan Mekanisme Koping Remaja. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 12(1), 13–23. <https://doi.org/10.54630/jk2.v12i1.143>
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar 2018.
- Kumalasari, I., & Ahyani, L. N. (2019). Hubungan antara body image dengan harga diri remaja putri. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 3(1), 151–160.
- Lusiana, S. N. E. L., & Siful Arifin. (2022). Dampak Bullying Terhadap Kepribadian Dan Pendidikan Seorang Anak. *Kariman: Jurnal Pendidikan Keislaman*, 10(2), 337–350. <https://doi.org/10.52185/kariman.v10i2.252>
- Malla, G., Joshi, S. P., & Thapa, A. (2021). Impact of body weight changes on body image perception and associated psychological disturbances among adolescents. *Journal of Nepal Health Research Council*, 19(4), 792–799.
- Munawarah. (2021). Pengaruh Gender Terhadap Faktor Psikologis Belajar Siswa. *Rumah Jurnal Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bone*, 14(2), 58–66.
- Nahla, S., & Qudsyi, H. (2024). Self-Compassion and Body Image in Generation Z. 6, 249–272.
- Nimah S. Z & Indrawati. V. (2022). Hubungan Body Image Dan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri Dismk Negeri 1 Driyorejo Kabupaten Gresik Sabila Zainun Ni ' mah Veni Indrawati Abstrak. *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*, 2(2), 124–128.
- Ningsih, F. S. A., Hudaniah, H., & Rokhmah, S. N. (2023). Pengaruh body shaming terhadap body image remaja perempuan. *Cognicia*, 11(1), 79–85. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v11i1.24983>
- Novarizal, R., & Pasela, A. D. (2021). Bentuk Cyberbullying Terhadap Publik Figur Di Media Sosial Instagram (Studi Kasus Pada “Rahmawati Kekeyi”). *Sisi Lain Realita*, 11.
- Nubli, M. H., Marni, E., & Anggreny, Y. (2019). Hubungan Konsep Diri Pada Remaja Terhadap Kemampuan Menghadapi Perilaku Bullying Di Smkn 2 Pekanbaru. *Jurnal Ners Indonesia*, 9(1), 51. <https://doi.org/10.31258/jni.9.1.51-58>
- Pamirma, M. Y. E., & Satwika, Y. W. (2022). Hubungan antara paparan media dengan body image pada remaja perempuan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(6), 2–10.
- Perrin, E. M., Boone-Heinonen, J., Field, A. E., Coyne-Beasley, T., & Gordon-Larsen, P. (2019). Perception of overweight and self-esteem during adolescence. *International Journal of Eating Disorders*, 43(5), 447–454.
- Prabowo, R. E., Nandani, Y. D., & Udin, U. (2020). The prevalence of bullying behavior in adolescents. *Enfermería Clínica*, 30, 606–660.
- Rahmawati, A. D. (2023). Fenomena Aloe Together Dengan Perubahan Perilaku Remaja Dalam Keluarga. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 102–112. <https://doi.org/10.14710/jkm.v11i1.36244>
- Rao, A., Clarke, A., & Ahmad, F. (2020). Cyberbullying in Youth and Young Adults: A Systematic Evidence Map. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 5386.
- Rina Amelia, Slamet Triyadi, U. M. (2023). HUBUNGAN BODY SHAMING DENGAN HARGA DIRI PADA MAHASISWA NERS DI STIKES SANTA ELISABETH MEDAN TAHUN 2022. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(23), 656–664.
- Rokhanawati, D., SiT, S., Kurniawati, H. F., & SiT, S. (2020). Gambaran Kejadian Bullying Pada Remaja.

- Safaat, R. A. (2023). Tindakan Bullying di Lingkungan Sekolah yang Dilakukan Para Remaja. *Jurnal Global Ilmiah*, 1(2), 97–100. <https://doi.org/10.55324/jgi.v1i2.13>
- Saputra, W. N. E. (2020). Memahami Relasi Antara Body Image dan Bullying. *Buletin Psikologi*, 28(1), 57–68.
- Saranga', J. L., Abdu, S., Marampa, A. L., & Mangalla, A. (2021). Hubungan Antara Perilaku Bullying Dengan Efikasi Diri Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 4(2), 83–88. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v4i2.69>
- Smith, A. R., & Lewis, K. L. (2023). Body image, disordered eating, and bullying victimization: Bidirectional relationships over early adolescence. *Body Image*, 40, 352–361.
- Suharti, C., Fuadah, L. L., Setyawati, I., Sari, K. A. K., Nuryetty, M. T., Aprilia, Y., & Mifbakhuddin, M. (2021). The prevalence of bullying and its impact on junior and senior high school students in Jabodetabek, Indonesia. *BMC Public Health*, 21(1), 1–10.
- Wardani, J. N. P., Sugara, G. S., & Rahimsyah, A. P. (2023). Analisis Kecenderungan Perilaku Bullying pada Remaja. *Buletin Konseling Inovatif*, 3(3), 226–236. <https://doi.org/10.17977/um059v3i32023p226-236>
- Webb, H. J., Zimmer-Gembeck, M. J., Waters, A. M., Farrell, L. J., Nesdale, D., & Downey, G. (2019). “Pretty pressure” from peers, parents, and the media: A longitudinal study of appearance-based rejection sensitivity. *Journal of Research on Adolescence*, 27(4), 718–735.
- Weinberger, N.-A., Kersting, A., Riedel-Heller, S. G., & Luck-Sikorski, C. (2017). Body dissatisfaction in individuals with obesity compared to normal-weight individuals: a systematic review and meta-analysis. *Obesity Facts*, 9(6), 424–441.
- Willis, M., & Jenkins, L. M. (2021). Effects of Weight-Based Victimization and Body Dissatisfaction on Youth Aggression and Empathy for Victims. *Children*, 8(4), 298.