



JURNAL KEPERAWATAN SISTHANA

Halaman Jurnal: <https://jurnal.stikeskesdam4dip.ac.id/index.php/SISTHANA>Halaman UTAMA: <https://jurnal.stikeskesdam4dip.ac.id>

HUBUNGAN BODY IMAGE DENGAN PERILAKU BULLYING PADA REMAJA DI SMAN 1 TELAGA

Wiwi Susanti Piola^a, Israwati Biadi^b

^a Fakultas Ilmu Kesehatan / Jurusan Keperawatan, wiwisusantipiola@umgo.ac.id,
Universitas Muhammadiyah Gorontalo

^b Fakultas Ilmu Kesehatan / Jurusan Keperawatan, iisbiadi3@gmail.com,
Universitas Muhammadiyah Gorontalo

ABSTRACT

Adolescence is a critical developmental stage characterized by physical and psychosocial changes that influence body image and social interactions. Body Image is closely related to adolescents' mental health and may contribute to involvement in bullying, both as perpetrators and victims. This Study aimed to analyze the relationship between body image and bullying behavior among adolescents. This Study used a quantitative cross-sectional design involving 88 respondents. Data were collected using the MBSRQ-AS questionnaire for body image and APRI for bullying behavior. Data were analyzed using the Chi-Square test and Odds ratio (OR) with a 95% Confidence Interval (CI). The results showed no statistically relationship between body image and bullying behavior as perpetrators ($p=0.056$; $OR=1.91$; 95% CI: 0.94-3.88) although adolescents with negative body image tended to have a higher risk of becoming perpetrators. In contrast, there was significant relationship between body image and bullying behavior as victims ($p=0.022$; $OR=2.29$; 95% CI: 1.13-4.64). Adolescents with negative body image had a 2.29 times higher risk of being victims compared to those with positive body image. However, this study also found that adolescents with positive body image were still involved as both perpetrators and victims of bullying, indication that body image is not the only determinant factor. Conclusion: Negative body image is a significant risk factor for victimization in bullying, while involvement as perpetrators is influenced by multiple factors. Positive body image does not fully protect adolescents from bullying due to the influence of social and environmental dynamics.

Keywords: body image, bullying, adolescents.

ABSTRAK

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang ditandai dengan perubahan fisik dan psikososial yang memengaruhi pembentukan body image serta interaksi sosial. Body Image berkaitan erat dengan kesehatan mental remaja dan dapat berkontribusi terhadap keterlibatan dalam perilaku bullying, baik pelaku maupun korban. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan body image dengan perilaku bullying pada remaja. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional yang melibatkan 88 responden. Pengumpulan data menggunakan kuisioner MBSRQ-AS untuk body image dan APRI untuk perilaku bullying. Analisis data dilakukan menggunakan uji Chi-Square dan Odds Ratio (OR) dengan Confidence Interval (CI) 95%. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara body image dengan perilaku bullying sebagai pelaku ($p=0.056$; $OR=1.91$; 95% CI: 0.94-3.88), meskipun terdapat kecenderungan peningkatan risiko pada remaja dengan body image negatif. Sebaliknya terdapat hubungan yang signifikan antara body image dengan kejadian korban bullying ($p=0.022$; $OR=2.29$; 95% CI: 1.13-4.64). Remaja dengan body image negatif memiliki risiko 2.29 kali lebih besar menjadi korban bullying dibandingkan dengan remaja dengan body image positif. Namun demikian, ditemukan bahwa remaja dengan body image positif tetap dapat menjadi pelaku maupun korban bullying yang menunjukkan bahwa body image bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi perilaku bullying. Kesimpulan: Body image negatif merupakan faktor risiko signifikan

Received September 18, 2025; Revised March 29, 2026; Accepted March 30, 2026

terhadap kejadian korban bullying sedangkan keterlibatan sebagai pelaku dipengaruhi oleh faktor multidimensi. Body image positif tidak sepenuhnya protektif terhadap bullying karena adanya pengaruh faktor sosial dan lingkungan.

Kata Kunci: body image, bullying, remaja

1. PENDAHULUAN

Masa remaja adalah tahapan penting dalam perkembangan individu menuju kedewasaan. Merupakan periode transisi ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, perilaku yang signifikan dan sosial yang kompleks. Pada fase ini, remaja mengalami peningkatan perhatian terhadap penampilan fisik dan mulai membentuk persepsi terhadap tubuhnya yang dikenal sebagai *body image*. Sebagai tekanan eksternal dari teman sebaya, keluarga dan lingkungan menjadikan remaja semakin khawatir dengan citra tubuhnya. Kekhawatiran ini diperkuat oleh media massa dan stereotip sosial tentang bentuk tubuh ideal. [1], [2]

Body image merupakan istilah psikologis multidimensional yang mencakup persepsi, pikiran, dan perasaan terhadap tubuh merujuk pada representasi visual bentuk dan ukuran tubuh seseorang, terlepas dari bentuk dan ukuran tubuh sebenarnya, juga mencakup persepsi, perasaan, dan pikiran subjektif tentang representasi tersebut. [1], [3]. Body image menjadi aspek penting dalam perkembangan psikososial remaja karena berkaitan erat dengan harga diri, identitas diri, dan interaksi sosial.

Secara global, masalah body image pada remaja cukup tinggi. Studi menunjukkan bahwa sekitar 55,7% remaja mengalami distorsi persepsi body image dan 81% mengalami ketidakpuasan terhadap tubuhnya [1]. Selain itu, sekitar 44–61% remaja dilaporkan tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Kondisi ini menunjukkan bahwa body image negatif merupakan masalah yang luas pada populasi remaja. Body image yang negatif sering dikaitkan dengan rendahnya kepercayaan diri dan gangguan hubungan sosial. Dalam konteks remaja, kondisi ini dapat memicu perilaku bullying, baik sebagai korban maupun pelaku.[3]

Isu bullying juga merupakan masalah yang tidak kalah serius. Bullying merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara berulang terhadap individu yang dianggap lebih lemah. Berdasarkan data global menunjukkan bahwa sekitar 32% remaja di dunia pernah mengalami bullying [4]. Menurut Unicef lebih dari sepertiga remaja melaporkan pernah menjadi korban bullying, 41% anak berusia 15 tahun mengalami tindakan bullying setidaknya dua kali dalam sebulan. Tindakan bullying termasuk bentuk cyberbullying dan kekerasan antar teman sebaya. WHO merilis sebuah studi di 40 negara berkembang menunjukkan bahwa sekitar 42% anak laki-laki dan 37% anak perempuan pernah mengalami perundungan. Hal ini menjadi ancaman serius bagi kesehatan mental serta perkembangan sosial mereka [4], [5], [6]

Di Indonesia, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat dalam kurun waktu 9 tahun, sejak tahun 2011 sampai 2019, ada 37.381 pengaduan kekerasan terhadap anak. Kejadian bullying ini baik terjadi di lingkungan pendidikan maupun sosial media, angkanya mencapai 2.473 laporan dan trennya terus meningkat. [7]

Di Gorontalo, Penelitian [8] menunjukkan kasus perundungan non-fisik di sekolah seperti mengejek, memanggil teman dengan nama orang tua, dan menarik kursi ketika teman ingin duduk, masih cukup tinggi. Pelaku bullying menganggap hal tersebut hanya sebatas bercanda. Kondisi ini menggambarkan bahwa bullying masih menjadi masalah yang signifikan di lingkungan sekolah.

Penelitian lain yang dilakukan oleh [9] menunjukkan adanya korelasi positif yang sangat signifikan antara body image dengan perilaku bullying. Arah positif artinya semakin tinggi body image maka semakin tinggi tingkat perilaku bullying.

Islam melarang keras perbuatan bullying dalam Alquran tepatnya pada Surah Al-Hujurat ayat 11 terdapat ayat mengenai larangan untuk tidak saling mencela (bullying) yaitu dilihat dari beberapa penggalan ayatnya yang punya kaitannya dengan bullying terutama bullying verbal secara umumnya, walaupun memang tidak disebut secara langsung bahwa ayat tersebut merupakan ayat larangan bullying, namun jika ditilik lagi lebih mendalam beberapa penggalan pada ayat ini memang mengarah pada kriteria-kriteria dari bullying itu sendiri. Berikut ini adalah ayatnya :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرُ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّنْ نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا الظَّالِمِينَ ﴿١١﴾

Artinya :

Wahai orang-orang yang beriman, janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain (karena) boleh jadi mereka (yang diolok-olokkan itu) lebih baik daripada mereka (yang mengolok-olok) dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olok) perempuan lain (karena) boleh jadi perempuan (yang diolok-olok itu) lebih baik daripada perempuan (yang mengolok-olok). (QS. Al – Hujurat : 11).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMAN 1 Telaga didapatkan siswa kelas X sejumlah 363 orang, dan kelas XI sejumlah 361 orang, Hasil wawancara yang dilakukan pada 10 orang siswa/siswi 5 dari siswa mengatakan pernah diejek temannya tentang hal-hal yang berhubungan dengan warna kulit, bentuk tubuh, penampilan di sekolah dan mengasingkan diri karena kurang percaya diri serta merasa penampilannya atau keadaan fisiknya kurang menarik. ras/suku, gaya berperilaku, serta logat berbicara yang berbeda dengan lainnya serta 2 dari 10 siswa tersebut mengatakan tidak pernah melakukan hal yang peneliti tanyakan di dalam wawancara.

Berdasarkan wawancara peneliti dengan guru BK setiap tahun terdapat kasus bullying verbal di SMAN 1 Telaga, dan beberapa kasus menyebabkan perkelahian antara pembully dan korbannya. Berdasarkan penuturan guru BK bullying yang rata – rata terjadi adalah bullying verbal seperti mengolok – ngolok penampilan teman yang tidak disukai. Guru BK mengatakan penyuluhan terkait pencegahan serta penanganan bullying dilakukan oleh BKKBN setiap 6 bulan sekali yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang dampak negatif bullying, serta memberikan edukasi mengenai pencegahan dan penanggulangannya, khususnya di kalangan remaja dan keluarga.

Berdasarkan observasi peneliti bahwa siswa memiliki *circle* tersendiri dalam berteman, kurang berbaur dengan teman sekelas yang bukan *circle* nya. Siswa anggota dari perkumpulan yang terbentuk dari status di sekolah seperti siswa yang “paling cantik”, “paling kaya”, “paling pintar” atau paling gaul” menindas atau mengolok – olok siswa lain yang bukan anggota dari perkumpulan mereka. Siswa juga terkadang menjadikan bahan candaan atau lelucon serta mengatakan hal-hal tentang penampilan teman lain yang tidak mereka sukai Kemudian perilaku *bullying* ini sebagian besar dilakukan di lingkungan sekolah, dan beberapa di luar sekolah hal ini dianggap lumrah oleh siswa selama tidak memakai kekerasan fisik. Beberapa siswi juga berkomentar tentang penampilan siswi lain di media sosial yang dapat dibaca oleh semua orang sehingga siswi yang dikomentari merasa minder dan enggan datang ke sekolah.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti melakukan penelitian tentang “Hubungan *Body image* dengan Perilaku *Bullying* pada Remaja di SMAN 1 Telaga”. Tujuan dari penelitiann ini untuk banyak mengkaji peran body image sebagai faktor risiko ganda dalam perilaku bulliying baik sebagai korban maupun pelaku serta mengkaji body image positif dalam perilaku bullying yang masih jarang dianalisis secara mendalam.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Konsep Remaja

WHO mendefinisikan Remaja sebagai individu dalam kelompok usia 10-19 tahun. Sedangkan menurut Permenkes No. 25 tahun 2014 Remaja merupakan kelompok usia 10-18 tahun. Masa remaja merupakan suatu fase perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, berlangsung antara usia sepuluh tahun sampai sembilan belas tahun. Secara umum remaja didefinisikan sebagai masa transisi dimana individu belum dapat dikatakan dewasa tetapi juga bukan anak-anak. Remaja merupakan suatu periode perkembangan antara masa anak-anak dan masa dewasa yang diikuti oleh perubahan biologis, kognitif, dan sosio emosional. Remaja adalah individu yang unik dengan segala proses perkembangan yang harus dilalui baik secara fisik dan psikologis. Penekanan pengertian remaja adalah tahap perkembangan antara usia anak-anak dan dewasa. [6], [10], [11].

2.2 Konsep Body Image

Pengertian body image adalah imajinasi subjektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini. Pada masa remaja seseorang akan mengalami pubertas, yang berarti pada seorang remaja harus siap menerima keadaan dirinya termasuk perubahan fisiknya [10]

Body Image adalah istilah psikologis yang berkaitan dengan citra diri yang terutama merujuk pada representasi visual bentuk dan ukuran tubuh seseorang, terlepas dari bentuk dan ukuran tubuh sebenarnya, yang juga mencakup persepsi, perasaan, dan pikiran subjektif tentang representasi tersebut. Dengan demikian, body Image adalah konstruksi multidimensional yang merujuk pada persepsi dan sikap seseorang terhadap karakteristik fisiknya sendiri. body Image dapat memengaruhi perilaku, dan body image yang positif sangat penting untuk kesejahteraan emosional. Body Image memengaruhi sifat dan frekuensi pikiran yang mengacu pada penampilan, serta tingkat investasi kognitif dan perilaku pada penampilan seseorang; hal ini terkait dengan harga diri, kepercayaan diri interpersonal, perilaku makan dan olahraga, serta faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi kesejahteraan [3]

Body image merupakan aspek penting dari konsep diri remaja. Persepsi yang lebih positif terhadap citra tubuh seseorang dikaitkan dengan penyesuaian psikologis yang lebih baik berkaitan dengan penerimaan diri, sedangkan body image negatif berkaitan dengan ketidakpuasan terhadap tubuh. [1]

2.3 Konsep Bullying

Bullying adalah tindakan yang dilakukan dengan kekuatan dan diarahkan dengan maksud untuk menyebabkan kerugian dan dapat diekspresikan dalam berbagai bentuk, seperti fisik (misalnya, mendorong), relasional (yaitu, upaya untuk merusak reputasi atau hubungan remaja yang menjadi sasaran), atau perundungan yang terjadi melalui penggunaan teknologi (yaitu, cyberbullying) [12]

Bullying antar teman sebaya adalah perilaku yang lebih sering terjadi di dalam sekolah daripada di luar atau melalui sekolah. Perundungan antar teman sebaya melibatkan proses sosial yang kompleks, hubungan sosial, komunikasi yang efektif, dan karakteristik budaya [13]

3. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Peneliti mengamati Hubungan *Body image* dengan Perilaku *Bullying* pada Remaja di SMAN 1 Telaga pada rentang waktu bulan Februari sampai dengan April 2025. Pendekatan ini dipilih karena sesuai untuk mengidentifikasi hubungan antara body image sebagai variabel independen dengan perilaku bullying sebagai variabel dependen, baik sebagai pelaku maupun korban, tanpa memerlukan pengamatan jangka panjang.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa remaja kelas X – XI di SMAN 1 Telaga. Ukuran sampel berjumlah 88 responden dihitung dengan menggunakan rumus Slovin menggunakan teknik *Proportionate Stratified Random Sampling* (pengambilan sampel berstrata pada tingkatan kelas X dan XI) sehingga didapatkan 45 responden di Kelas X dan 43 Responden di Kelas XI. Kriteria Inklusi dalam penelitian ini merupakan siswa – siswi di SMAN 1 Telaga, siswa yang bersedia menjadi responden serta menandatangani informed consent dan kriteria Eksklusi yaitu siswa yang mengalami hambatan dalam penyampaian maupun penerimaan informasi, siswa yang sedang sakit atau izin saat penelitian berlangsung.

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan 2 Alat ukur kuesioner. Untuk pengukuran *body image* menggunakan *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scale (MBSRQ-AS)* dan untuk perilaku bullying menggunakan Kuesioner *Adolescent Peer Relations Instrument (APRI)*.

Instrument Pertama yaitu kuesioner *Body Image Multidimensional Body Self Relation Questionnaire Appearance Scale (MBSRQ-AS)* dikembangkan oleh Cash dan Pruzinsky (1990) merupakan *self-report inventory* yang digunakan untuk menilai aspek perilaku *body image* pada remaja dan dewasa usia di atas 15 tahun. Terdiri dari 20 pertanyaan multidimensi, mengukur komponen evaluatif, kognitif, dan perilaku body image terkait 3 bagian tubuh (*somatic domains*) yaitu penampilan (*appearance*), kebugaran (*fitness*), dan tingkat sehat/sakit (*health/illness*). Berdasarkan ketiga bagian tersebut dibagi menjadi 5 subskala yaitu evaluasi penampilan (*appearance evaluation*), orientasi penampilan (*appearance orientation*), kecemasan menjadi gemuk (*overweight preoccupation*), kepuasan terhadap bagian tubuh (*body area satisfaction*), dan pengkategorian ukuran tubuh (*self-classified weight*).

Instrument kedua yaitu *Adolescent Peer Relations Instrument (APRI)* merupakan kuesioner untuk skrining korban bullying pada dewasa awal. Kuesioner APRI dapat diisi sendiri oleh siswa. Penilaian kuesioner terdapat 18 poin penilaian aspek bullying yang di bagi menjadi 3 aspek yaitu *bullying*

verbal, sosial *bullying* serta *bullying* fisik dimana subjek diberikan 4 alternatif pilihan yaitu tidak pernah (TP) dengan skor 1, Kadang (K) skor 2, sering (S) mendapat skor 3, Sangat Sering (SS) mendapat skor 4.

Analisis data menggunakan analisis univariat untuk mengolah data demografi dan yang distribusi frekuensi setiap variabel independent. Analisis bivariat menggunakan uji korelasi *chi square* (χ^2). Uji Chi-square digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua variabel, dengan tingkat kemaknaan (α) sebesar 0,05. Jika nilai p-value < 0,05, maka hubungan antara variabel dianggap signifikan secara statistik. Selain itu, kekuatan hubungan antara variabel dianalisis menggunakan *Odds Ratio* (OR) untuk mengukur seberapa besar peluang remaja dengan body image negatif untuk menjadi pelaku maupun korban *bullying* dibandingkan dengan remaja dengan body image positif. Untuk meningkatkan validitas interpretasi hasil, juga digunakan *Confidence Interval* (CI) 95% yang menunjukkan rentang nilai estimasi OR yang mungkin terjadi dalam populasi. Apabila CI > 1, maka hubungan antara variabel dianggap signifikan secara statistik. Kombinasi antara uji Chi-square, OR, dan CI memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai hubungan dan kekuatan asosiasi antara body image dan perilaku *bullying*.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Body Image dan Perilaku Bullying pada Remaja di SMAN 1 Telaga.

Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Body Image Remaja di SMAN 1 Telaga

No	Body Image	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	Body Image Positif	45	51.1
2.	Body Image Negatif	43	48.9
Total		88	100%

(Sumber : Data Primer, 2025)

Berdasarkan tabel 4.1 hasil penelitian menunjukkan bahwa rata – rata siswa memiliki *body image* positif sejumlah 45 orang (51.1%).

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pelaku Bullying Remaja di SMAN 1 Telaga

No	Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	Pelaku Bullying	36	40,9
2.	Bukan Pelaku Bullying	52	59,1
Total		88	100%

(Sumber : Data Primer, 2025)

Berdasarkan tabel 4.2 hasil penelitian menunjukkan bahwa rata – rata siswa bukan pelaku *bullying* sejumlah 52 orang (59.1%)

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Korban Bullying Remaja di SMAN 1 Telaga

No	Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	Korban Bullying	40	45.5
2.	Bukan Korban Bullying	48	54,5
Total		88	100%

(Sumber : Data Primer, 2025)

Berdasarkan tabel 4.3 hasil penelitian menunjukkan bahwa rata – rata siswa bukan korban *bullying* sejumlah 48 orang (54,5%)

Tabel 4.4 Hubungan Body Image dengan Perilaku bullying sebagai Pelaku Pada Remaja di SMAN 1 Telaga

Body Image	Perilaku Bullying						p.value(x ²)	OR (CI 95%)
	Pelaku bullying		Bukan Pelaku Bullying		Total			
	n	%	n	%	n	%		
Positif	15	17.1	30	34	45	51.1	0.056	1.91

Negatif	21	23,9	22	25	43	48,9	(0,94–3,88)
Total	36	41	52	59	88	100.0	

(Sumber : Data Primer, 2025)

Pada Tabel menunjukkan bahwa dari 45 responden (51,1%) dengan *body image* positif, sebanyak 15 responden (17.1%) merupakan pelaku bullying, sedangkan 30 responden (45%) tidak menjadi pelaku bullying. Sementara itu, dari 43 responden dengan *body image* negatif, sebanyak 21 responden (23.9%) merupakan pelaku bullying dan 22 responden (43%) bukan pelaku bullying.

Hasil uji *Chi-square* menunjukkan nilai *p* sebesar 0,056, yang berarti secara statistik hubungan antara *body image* dan pelaku bullying tidak signifikan pada tingkat kemaknaan 0,05. Meskipun demikian, nilai *Odds Ratio* (OR) sebesar 1,91 menunjukkan adanya kecenderungan bahwa responden dengan *body image* negatif memiliki peluang sekitar 1,91 kali lebih besar untuk menjadi pelaku bullying dibandingkan dengan responden dengan *body image* positif.

Nilai *Confidence Interval* (CI 95%) sebesar 0,94–3,88 masih melewati angka 1, yang menunjukkan bahwa kekuatan hubungan tersebut belum signifikan secara statistik. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun terdapat kecenderungan peningkatan risiko, *body image* belum dapat dianggap sebagai faktor determinan utama dalam perilaku pelaku bullying

Tabel 4.5 Hubungan Body Image dengan Perilaku bullying sebagai Korban Pada Remaja di SMAN 1 Telaga

Body Image	Perilaku <i>Bullying</i>						<i>p.value</i> (χ^2)	OR (CI 95%)
	Korban bullying		Bukan Korban Bullying		Total			
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%		
Positif	16	18.2	29	32.9	45	51.1	0.022	2,29 (1,13–4,64)
Negatif	24	27.3	19	21.6	43	48.9		
Total	40	45.5	48	54.5	88	100.0		

(Sumber : Data Primer, 2025)

Tabel 4.5 menunjukkan bahwa dari 45 responden dengan *body image* positif, sebanyak 16 responden (18.2%) menjadi korban bullying, sedangkan 29 responden (32.9%) tidak menjadi korban bullying. Sementara itu, dari 43 responden dengan *body image* negatif, sebanyak 24 responden (27.3%) menjadi korban bullying dan 19 responden (21.6%) tidak menjadi korban bullying.

Hasil uji *Chi-square* menunjukkan nilai *p value*=0,022, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara *body image* dengan kejadian korban *bullying* pada remaja. Nilai *Odds Ratio* (OR) sebesar 2,29 menunjukkan bahwa responden dengan *body image* negatif memiliki risiko sekitar 2,29 kali lebih besar untuk menjadi korban *bullying* dibandingkan dengan responden dengan *body image* positif.

Selain itu, nilai *Confidence Interval* (CI 95%) sebesar 1,13–4,64 di atas angka 1, yang menunjukkan bahwa hubungan tersebut signifikan dan memiliki kekuatan asosiasi yang cukup kuat. Hal ini mengindikasikan bahwa *body image* negatif merupakan faktor risiko yang bermakna terhadap kejadian korban bullying.

4.2 Gambaran Body Image pada Remaja di SMAN 1 Telaga

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata – rata siswa memiliki *body image* positif sejumlah 45 orang (51.1%), berdasarkan temuan penelitian, hal ini terkait dengan remaja merasa percaya diri dengan memiliki penampilan yang menarik, menyukai bentuk tubuhnya saat ini, memperhatikan pola makan dan kenaikan BB namun tidak melakukan diet ekstrem, berat badan ideal sesuai dengan tinggi badan serta merasa bahwa tubuh sudah cukup proposional.

Sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa *body image* positif pada remaja adalah persepsi yang positif terhadap tubuhnya sendiri. Remaja dengan *body image* positif menghargai bentuk tubuhnya dan memahami bahwa tidak ada yang sempurna. *Body image* positif adalah persepsi yang benar atau positif terhadap tubuh sendiri. Remaja menghargai bentuk tubuhnya dan memahami bahwa penampilan fisik seseorang tidak ada yang sempurna. Jika dimaknai dengan tepat, *body image* ini bisa membuat remaja berkembang dengan kondisi mental yang lebih baik. Penggambaran tubuh yang

positif juga berarti bahwa remaja merasa bangga dan merasa perlu untuk selalu memberi penghargaan pada tubuh. Selain itu, konsep ini juga bisa membuat seseorang menjadi lebih percaya diri dan memiliki kesehatan mental yang lebih baik.

Pada siswa yang memiliki *body image* negatif sejumlah 43 orang (48.9%), peneliti menemukan bahwa remaja cenderung menjawab kuesioner dimana tidak puas terhadap penampilan dirinya saat ini, merasa terlalu gemuk maupun terlalu kurus untuk seusianya, tidak menyukai beberapa bagian tubuh yang kurang proposional seperti lengan besar, perut buncit, pipi *chubby*, panggul dan paha yang lebar, sehingga hal inilah yang sering menimbulkan kecemasan berlebihan, pola makan sehari-hari menjadi tidak diatur, melewatkan sarapan dan makan malam, menganggap bahwa penampilan saat ini menyebabkan dirinya tidak tampak menarik dan merasa teman - teman sebayanya tidak dapat menerima keadaan fisiknya saat ini. Selain itu kecemasan akan bentuk tubuh juga dikarenakan standar ideal berat badan maupun tinggi badan yang berlaku di lingkungan sebaya, ketika tidak memenuhi standar tersebut, mereka akan diberi julukan atau *dilabeling* berdasarkan ukuran tubuh saat ini misal si gendut, si kurus dan lainnya.

4.3 Gambaran Perilaku (Pelaku) Bullying Remaja di SMAN 1 Telaga

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar sejumlah 52 orang (59.1%) bukan pelaku *bullying*, berdasarkan temuan peneliti hal ini terkait dengan siswa yang memiliki banyak teman sebaya dengan pergaulan yang sehat, empati yang tinggi, saling *mensupport* satu sama lain, menghindari perundungan baik secara fisik maupun secara verbal karena menganggap bahwa tindakan perundungan sesama teman tidak memberikan keuntungan apapun selain itu adanya sanksi oleh sekolah terkait perundungan. Hal ini membuat siswa takut akan hal – hal yang berkaitan dengan tindakan *bullying* yang dilakukan di lingkungan sekolah.

Kesehatan mental memainkan peran penting dalam perilaku bullying. Anak-anak dengan masalah psikologis yang mendasarinya, seperti kecemasan, depresi, kemarahan yang tidak terselesaikan, atau trauma, lebih rentan terhadap pengaturan emosional dan perilaku agresif. Hal mengungkapkan bahwa bullying juga berdampak kepada pelaku bullying, hal ini meningkatkan keinginan bunuh diri dan perilaku agresif serta dapat menyebabkan gangguan emosional [14], [15]

Perilaku bullying mempunyai gambaran yang berbeda-beda di setiap tahap perkembangan dan mencerminkan variasi kematangan kognitif, pemahaman sosial, dan interaksi antar teman sebaya. Anak-anak yang lebih muda biasanya memiliki kesadaran yang terbatas tentang konsep bullying, sedangkan remaja memiliki pemahaman yang lebih bernuansa tentang implikasi sosial dan moralnya. Bullying fisik lebih umum terjadi pada masa kanak-kanak awal, sedangkan bullying relasional dan *cyberbullying* menjadi lebih menonjol selama masa remaja. Seiring bertambahnya usia anak, hubungan antar teman sebaya dan pengejaran status sosial semakin memengaruhi perilaku dan motivasi bullying [15]

4.4 Gambaran Perilaku (Korban) Bullying Remaja di SMAN 1 Telaga

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja sejumlah 48 orang (54.5%) bukan korban *bullying*, peneliti menemukan bahwa remaja tidak pernah merasa diancam, diejek secara fisik, dipukul, diambil atau dirusak barang pribadinya, diabaikan atau dikeluarkan dari suatu aktivitas grup dan permainan secara sengaja. Hal ini menyebabkan remaja mau datang ke sekolah dengan rasa aman. Bullying di sekolah seringkali dikaitkan dengan berbagai konsekuensi buruk yang berdampak pada kesehatan mental remaja. Pada jangka pendek, efek bullying dapat memengaruhi prestasi akademik korban, menyebabkan kecemasan ketika menghadapi ujian, depresi, penyalahgunaan zat, dan perilaku melukai diri sendiri di kemudian hari. Dalam jangka panjang, dampaknya sangat mendalam dan berlangsung lama, memengaruhi perkembangan kesehatan mental seseorang sepanjang hidupnya [14]

4.5 Hubungan Body Image dengan Perilaku (Pelaku) Bullying Remaja di SMAN 1 Telaga

Hasil penelitian ini menunjukkan, sebanyak 15 responden (17.1%) dengan *body image positif* merupakan pelaku bullying, dan sebanyak 21 responden (23.9%) *body image negatif* merupakan pelaku bullying. Hasil uji *Chi-square* menunjukkan nilai *p value* = 0,056, yang menunjukkan secara statistik hubungan antara *body image* dan pelaku bullying tidak signifikan pada tingkat kemaknaan 0,05. Meskipun demikian, nilai *Odds Ratio* (OR) sebesar 1,91 menunjukkan adanya kecenderungan bahwa responden dengan *body image* negatif memiliki peluang sekitar 1,91 kali lebih besar untuk menjadi pelaku *bullying* dibandingkan dengan responden dengan *body image* positif. Nilai *Confidence*

Interval (CI 95%) sebesar 0,94–3,88 yang menunjukkan bahwa kekuatan hubungan tersebut belum signifikan secara statistik. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun terdapat kecenderungan peningkatan risiko, *body image* belum dapat dianggap sebagai faktor determinan utama dalam perilaku pelaku bullying. Dengan demikian, keterlibatan sebagai pelaku *bullying* kemungkinan dipengaruhi oleh faktor lain seperti lingkungan sosial, dinamika kelompok sebaya, serta faktor kepribadian individu.

Fakta menarik dalam penelitian ini dari 36 responden yang menjadi pelaku bullying sebanyak 15 responden (41,7%) memiliki *body image* positif. Hal ini menunjukkan bahwa tidak semua *body image* yang positif menjadi faktor protektif dari faktor psikologis untuk tidak melakukan *bullying*. Individu yang memiliki persepsi tubuh positif cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi, yang dalam konteks sosial tertentu dapat berkembang menjadi perilaku dominatif terhadap individu lain.

Beberapa penelitian mengaitkan hal ini dengan dominasi sosial sebagai strategi untuk mempertahankan atau meningkatkan status sosial kelompok sebaya. [16] menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara *social dominance orientation* (SDO) dengan semua bentuk bullying termasuk fisik, verbal, manipulasi sosial dan perusakan properti. Temuan ini berkaitan erat dengan kecenderungan seorang individu untuk mempertahankan status sosial. [12], [17] mengungkapkan bahwa ketidakseimbangan kekuatan dalam hubungan sosial dimana individu yang memiliki keunggulan tertentu, termasuk persepsi tubuh yang positif atau kekuatan fisik, dapat memanfaatkan keunggulan tersebut dalam interaksi sosial. Studi ini menunjukkan bahwa perilaku bullying muncul terutama pada laki-laki ketika terdapat perbedaan kekuatan antara pelaku dan korban. Dalam konteks ini, individu dengan *body image* positif yang merasa memiliki keunggulan fisik, merasa lebih kuat cenderung lebih berpotensi melakukan agresi.

Dengan demikian, keterlibatan individu dengan *body image* positif sebagai pelaku bullying menunjukkan bahwa bullying merupakan fenomena multifaktorial yang tidak hanya dipengaruhi oleh faktor psikologis individu, tetapi juga oleh faktor sosial seperti dominasi, norma kelompok, dan interaksi sebaya. *Body image* positif dalam hal ini tidak selalu berfungsi sebagai faktor protektif, melainkan dapat menjadi bagian dari dinamika sosial yang mendorong perilaku bullying dalam konteks tertentu.

4.6 Hubungan Body Image dengan Perilaku (Korban) Bullying Remaja di SMAN 1 Telaga

Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa dari 40 responden yang menjadi korban bullying terdapat dengan 16 responden (40%) *body image* positif menjadi korban bullying. Dan sebanyak 24 responden (60%) dengan *body image* negatif menjadi korban bullying.

Hasil uji Chi-square menunjukkan nilai p value=0,022, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara *body image* dengan kejadian korban *bullying* pada remaja. Nilai Odds Ratio (OR) sebesar 2,29 menunjukkan bahwa responden dengan *body image* negatif memiliki risiko sekitar 2,29 kali lebih besar untuk menjadi korban *bullying* dibandingkan dengan responden dengan *body image* positif. Selain itu, nilai *Confidence Interval* (CI 95%) sebesar 1,13–4,64 di atas angka 1, yang menunjukkan bahwa hubungan tersebut signifikan dan memiliki kekuatan asosiasi yang cukup kuat. Hal ini mengindikasikan bahwa *body image* negatif merupakan faktor risiko yang bermakna terhadap kejadian korban bullying.

Penelitian ini sejalan dengan [18] yang menunjukkan bahwa korban bullying memiliki karakteristik utama yaitu rendahnya penerimaan sosial dan popularitas dibandingkan kelompok lain. Hal ini menjadi pembuktian bahwa individu yang menjadi korban bullying cenderung kurang disukai dan kurang memiliki posisi yang kuat dalam kelompok sebaya sehingga rentan diserang dan peluang perlawanan yang kecil.

Dalam konteks *body image* yang negatif tergambar jelas bahwa individu dengan persepsi tubuh yang buruk cenderung memiliki self esteem yang rendah, kurang percaya diri dan lebih sensitif secara emosional. Korban juga sering mengalami kecemasan, sensitivitas tinggi dan pengaturan emosi yang tidak stabil sehingga membuatnya rentan menjadi korban bullying.

Akan tetapi yang menarik, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa *body image* yang positif tidak selalu menjadi pelindung bagi individu untuk terbebas menjadi korban bullying. Hal ini disebabkan bahwa kenyataan popularitas dan penerimaan sosial adalah dua konsep yang berbeda sehingga ketika seseorang yang memiliki penampilan menarik, percaya diri, dianggap menonjol atau mempunyai kemampuan lebih tidak selalu disukai atau diterima dalam kelompok atau lingkungan sebaya sehingga

hal tersebut meningkatkan faktor resiko menjadi korban bullying. Bahkan kompetisi sosial dan kecemburuan antar kelompok sebaya dapat memicu perilaku agresif, sehingga individu dengan keunggulan tertentu dengan body image positif dapat dianggap sebagai ancaman sehingga menjadi target bullying.

Dengan demikian, baik body image negatif maupun positif dapat berkontribusi terhadap kejadian korban bullying melalui mekanisme yang berbeda. Body image negatif meningkatkan kerentanan melalui kelemahan psikososial dan rendahnya status sosial, sedangkan body image positif dapat meningkatkan risiko karena perbedaan dalam kelompok, serta dinamika kompetisi dan kecemburuan sosial. Hal ini menegaskan bahwa bullying merupakan fenomena multidimensional yang tidak hanya ditentukan oleh karakteristik individu, tetapi juga oleh struktur dan interaksi dalam kelompok sebaya. Permasalahan bullying mempunyai dampak yang serius pada perkembangan remaja, sehingga diperlukan intervensi yang mempunyai dampak untuk mengatasi masalah tersebut. Program pencegahan dan intervensi perlu mempertimbangkan peran penting gender dan kesehatan mental dalam mengatasi konsekuensi negatif dari viktimisasi bullying [19]

Penelitian [13] yang melakukan intervensi Program Pengembangan Harga Diri pada kelompok intervensi dan kontrol. Untuk meningkatkan harga diri dan mengurangi perilaku bermasalah pada remaja,. Ditemukan bahwa masalah emosional dan perilaku bermasalah pada siswa menurun secara signifikan pada kelompok intervensi setelah mengikuti Program Psikoedukasi Perlindungan dan Pencegahan Kesehatan Mental. Peningkatan rasa percaya diri yang mungkin disebabkan oleh implementasi program ini mendorong siswa untuk mengenal diri mereka sendiri dan mengekspresikan perasaan mereka, untuk mengembangkan body image yang positif dengan menyadari konsep kesempurnaan, dan untuk membantu menciptakan tujuan pribadi, akademik, dan pertemanan.

Tinjauan yang dilakukan oleh [20] merekomendasikan mata pelajaran olah raga dan kesehatan jasmani yang dilakukan di Sekolah sangat penting untuk membangun body image yang positif. Siswa dilatih dengan kegiatan jasmani yang menyenangkan. Sehingga mereka menghabiskan waktu yang berkualitas. Guru sebaiknya dapat mendeteksi bullying dan menciptakan lingkungan yang aman untuk siswa di Sekolah.

Pada penelitian [8] menemukan bahwa pemberian edukasi melalui media video dapat meningkatkan pengetahuan tentang bullying pada siswa SMP. Perawat dapat mengambil peran penting dalam permasalahan bullying dan body image pada remaja dengan mengedukasi remaja dan mengembangkan program-program promotif dan preventif seperti Komunikasi, Informasi dan Edukasi, konseling, pemberdayaan masyarakat, Skrining Kesehatan Mental dan Perilaku Bullying di Sekolah untuk pengendalian bullying dan mencegah dampak terhadap masalah kesehatan jiwa pada remaja di masa yang akan datang.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa kelas X-XI di SMAN 1 Telaga, dapat disimpulkan bahwa pada variabel pelaku bullying, tidak ditemukan hubungan yang signifikan secara statistik antara body image dan perilaku bullying ($p=0,056$), meskipun terdapat kecenderungan bahwa remaja dengan body image negatif memiliki peluang lebih besar menjadi pelaku ($OR=1,91$; $CI95\%:0,94-3,88$). Hal ini menunjukkan bahwa body image bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi perilaku pelaku bullying, melainkan dipengaruhi juga oleh faktor lain seperti lingkungan sosial, dinamika kelompok sebaya, dan karakteristik individu.

Sebaliknya, pada variabel korban bullying ditemukan hubungan yang signifikan antara body image dan kejadian korban bullying ($p=0,022$; $OR=2,29$; $CI95\%:1,13-4,64$). Remaja dengan body image negatif memiliki risiko 2,29 kali lebih besar menjadi korban bullying dibandingkan dengan remaja dengan body image positif. Hal ini menunjukkan bahwa body image negatif merupakan faktor risiko yang bermakna dalam bullying. bahwa body image memiliki hubungan dengan perilaku bullying pada remaja pada variabel sebagai korban.

Pada penelitian ini juga ditemukan bahwa remaja dengan body image positif dapat menjadi pelaku bullying maupun korban bullying. Untuk itu dapat setiap remaja tidak terbebas dari perilaku bullying baik sebagai pelaku maupun korban sehingga diperlukan intervensi yang tepat seperti skrining, edukasi dan program pengembangan diri untuk mencegah permasalahan jiwa pada remaja akibat bullying.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengkaji faktor lain yang memengaruhi bullying seperti self-esteem, dukungan sosial, dan dinamika kelompok sebaya, dengan menggunakan desain penelitian yang berbeda untuk melihat hubungan sebab-akibat secara lebih mendalam.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih juga kepada SMAN 1 Telaga atas diberikannya kesempatan kepada peneliti untuk dapat mengembangkan dan melakukan penelitian ini di sekolah

DAFTAR PUSTAKA

- [1] H. Song *et al.*, “Body Image Perception and Satisfaction of Junior High School Students: Analysis of Possible Determinants,” *Children*, vol. 10, no. 6, p. 1060, Jun. 2023, doi: 10.3390/children10061060.
- [2] N. Jaworska and G. MacQueen, “Adolescence as a unique developmental period,” *J. Psychiatry Neurosci.*, vol. 40, no. 5, pp. 291–293, Sep. 2015, doi: 10.1503/jpn.150268.
- [3] P. Bodega, A. De Cos-Gandoy, J. M. Fernández-Alvira, R. Fernández-Jiménez, L. A. Moreno, and G. Santos-Beneit, “Body image and dietary habits in adolescents: a systematic review,” *Nutr. Rev.*, vol. 82, no. 1, pp. 104–127, Dec. 2023, doi: 10.1093/nutrit/nuad044.
- [4] X. Man, J. Liu, and Z. Xue, “Effects of Bullying Forms on Adolescent Mental Health and Protective Factors: A Global Cross-Regional Research Based on 65 Countries,” *Int. J. Environ. Res. Public Health*, vol. 19, no. 4, p. 2374, Feb. 2022, doi: 10.3390/ijerph19042374.
- [5] UNICEF, “Half of world’s teens experience peer violence in and around school – UNICEF,” UNICEF FOR EVERY CHILD. [Online]. Available: <https://www.unicef.org/press-releases/half-worlds-teens-experience-peer-violence-and-around-school-unicef>
- [6] WHO, “New Threats to Health,” World Health Organization. [Online]. Available: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/youth-violence>
- [7] KPAI, “Sejumlah Kasus Bullying Sudah Warnai Catatan Masalah Anak di Awal 2020, Begini kata Komisioner KPAI,” [kpai.go.id](https://www.kpai.go.id/publikasi/sejumlah-kasus-bullying-sudah-warnai-catatan-masalah-anak-di-awal-2020-begini-kata-komisioner-kpai). [Online]. Available: <https://www.kpai.go.id/publikasi/sejumlah-kasus-bullying-sudah-warnai-catatan-masalah-anak-di-awal-2020-begini-kata-komisioner-kpai>
- [8] W. S. Piola, L. Ali, and M. Rokani, “The Effect of Health Education Using Video Media on Knowledge About Bullying in Class VII Students of SMPN 1 Dungaliyo,” *J. Community Health Provis.*, vol. 2, no. 1, pp. 69–72, Jan. 2022, doi: 10.55885/jchp.v2i1.121.
- [9] A. Zuroida and S. Kireida Kusnadi, “Body Image Dengan Perilaku Bullying Pada Remaja,” *IDEA J. Psikol.*, vol. 5, no. 2, pp. 88–99, Oct. 2022, doi: 10.32492/idea.v5i2.5203.
- [10] A. Y. S. Hamid, B. A. Keliat, R. I. Ismail, and R. Atih, *Bunuh diri pada kelompok usia remaja*. CV. Adanu Abimata, 2023.
- [11] Kemenkes RI, “PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 25 TAHUN 2014 TENTANG UPAYA KESEHATAN ANAK.” Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014.
- [12] L. A. Fowler, C. L. Kracht, K. D. Denstel, T. M. Stewart, and A. E. Staiano, “Bullying experiences, body esteem, body dissatisfaction, and the moderating role of weight status among adolescents,” *J. Adolesc.*, vol. 91, no. 1, pp. 59–70, Aug. 2021, doi: 10.1016/j.adolescence.2021.07.006.
- [13] E. Sir and N. Lok, “The effect of self-esteem development programme applied to secondary school students on self-esteem and peer bullying victimization: A randomized controlled trial,” *J. Pediatr. Nurs.*, vol. 77, pp. e305–e312, Jul. 2024, doi: 10.1016/j.pedn.2024.04.045.
- [14] Z.-Y. Han, Z.-Y. Ye, and B.-L. Zhong, “School bullying and mental health among adolescents: a narrative review,” *Transl. Pediatr.*, vol. 14, no. 3, pp. 463–472, Mar. 2025, doi: 10.21037/tp-2024-512.
- [15] C. S. Harsono and N. Febriyana, “Understanding and Addressing Bullying in Children and Adolescents,” *J. Korean Acad. Child Adolesc. Psychiatry*, vol. 37, no. 1, pp. 51–62, Jan. 2026, doi: 10.5765/jkacap.250040.
- [16] A. K. Goodboy, M. M. Martin, and C. E. Rittenour, “Bullying as a Display of Social Dominance Orientation,” *Commun. Res. Rep.*, vol. 33, no. 2, pp. 159–165, Apr. 2016, doi: 10.1080/08824096.2016.1154838.
- [17] V. Libing, M. D. C. Lerik, and I. Y. Kiling, “The Experience as a Victim of Bullying and Body Image Perception in Adolescents,” *J. Health Behav. Sci.*, vol. 3, no. 1, pp. 58–68, Mar. 2021, doi: 10.35508/jhbs.v3i1.3132.

- [18] S. L. Bryson, C. M. Brady, K. K. Childs, and K. Gryglewicz, "A Longitudinal Assessment of the Relationship Between Bullying Victimization, Symptoms of Depression, Emotional Problems, and Thoughts of Self-Harm Among Middle and High School Students," *Int. J. Bullying Prev.*, vol. 3, no. 3, pp. 182–195, Sep. 2021, doi: 10.1007/s42380-020-00073-4.
- [19] A. Zhang, C. Liu, L. A. Bornheimer, P. Solomon, K. Wang, and S. Morrow, "The indirect effect of bullying on adolescent self-rated health through mental health: A gender specific pattern," *Child. Youth Serv. Rev.*, vol. 104, p. 104385, Sep. 2019, doi: 10.1016/j.childyouth.2019.104385.
- [20] M. Martínez-López, P. Gil-Madrona, C. Montoya-Fernández, and I. M. Gómez-Barreto, "How can bullying affect body image? A systematic review to understand the relationship between bullying, body image and eating disorders," *Retos*, vol. 57, pp. 101–117, Jun. 2024, doi: 10.47197/retos.v57.103689.