

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini terdapat di SMP Negeri 2 Ngaglik yang berlokasi Jl.Kaliurang Km 10.5 Ngaglik, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. SMP Negeri 2 Ngaglik memiliki jumlah siswa siswi sebanyak 383 siswa siswi yang terdiri dari 167 laki-laki dan perempuan terdiri dari 216 yang meliputi kelas VII yaitu 128 siswa siswi, kelas VIII terdiri dari 128 dan kelas XI terdiri dari 127 siswa siswi. Selain itu, SMP Negeri 2 Ngaglik memiliki ruang kelas, ruang guru, ruang tata usaha, ruang BK, ruang aula, ruang kepala sekolah, ruang konseling, ruang olahraga, ruang OSIS, ruang UKS, perpustakaan, gudang, laboratorium dan mushola. Kurikulum yang diterapkan di SMP Negeri 2 Ngaglik pada awalnya menggunakan KTSP (Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan) tetapi dengan berkembangnya waktu SMP Negeri 2 Ngaglik sudah menggunakan kurikulum 2013 yang digunakan sampai saat ini.

2. Analisis Univariat

Subjek penelitian adalah siswa SMP Negeri 2 Ngaglik Sleman sebanyak 84 orang yang terdiri dari kelas VII dan VIII. Gambaran tentang karakteristik subjek penelitian dan Hubungan *Body Shaming* terhadap kesehatan Mental dijelaskan dalam bentuk distribusi, frekuensi dan persentase sebagai berikut:

a. Gambaran Karakteristik Responden

Dari hasil penelitian karakteristik responden di sajikan berdasarkan jenis data. Adapun data yang dideskripsikan pada karakteristik responden yaitu usia, jenis kelamin dan kelas di tampilkan dalam tabel 4

Tabel 4.1. Distribusi Karakteristik Responden (n=84)

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Usia		
	12 Tahun	24	28,6%
	13 Tahun	37	44,0%
	14 Tahun	23	27,4%
	Total	84	100
2.	Jenis Kelamin		
	Laki- laki	35	41,7 %
	Perempuan	49	58,3 %
	Total	84	100

Sumber: Data Primer (2022)

Berdasarkan tabel 4.1. diatas menunjukkan bahwa gambaran karakteristik responden berdasarkan usia di dominasi usia 13 tahun sebanyak 37 siswa dengan persentase 44,0%. Jumlah karakteristik berdasarkan jenis kelamin didominasi oleh perempuan dengan jumlah sebanyak 49 siswa dengan persentase 58,3%.

b. Gambaran *Body Shaming* dan Kesehatan Mental

Deskripsi hasil penelitian hubungan *body shaming* dan kesehatan mental ditampilkan dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 4.2. Gambaran *Body shaming* Siswa SMP Negeri 2 Ngaglik Sleman Yogyakarta (n=84)

<i>Body shaming</i>	Frekuensi	Persentase
Tinggi	43	51,2%
Rendah	41	48,8%
Jumlah	84	100%
Kesehatan Mental	Frekuensi	Persentase
Tinggi	46	54,8%
Rendah	38	45,2%
Jumlah	84	100 %

Sumber: Data Primer (2022)

Berdasarkan tabel 4.2. di atas dapat di ketahui bahwa gambaran *body shaming* siswa di SMP Negeri 2 Ngaglik dengan kategori tinggi yaitu 51,2% (43 siswa) sedangkan dengan kategori rendah yaitu 48,8% (41 siswa). Untuk kesehatan mental ditemukan sebanyak 54,8% (46 siswa) mengalami kesehatan mental pada kategori tinggi, sedangkan 45,2% (38 siswa) mengalami kesehatan mental pada kategori rendah.

3. Analisis Statistik Bivariat

Hasil analisis bivariat bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body shaming* dengan kesehatan mental pada siswa-siswi SMP Negeri 2 Ngaglik Sleman Yogyakarta menggunakan uji statistik Somers'd dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 4.3. Hubungan antara *Body Shaming* dengan Kesehatan mental pada siswa-siswi SMP Negeri 2 Ngaglik Yogyakarta

<i>Body shaming</i>	Kesehatan mental				Total		P-Value	<i>r</i>
	Tinggi	%	Rendah	%	n	%		
Rendah	31	75,6%	10	24,4 %	41	100%	0,00	-0,409
Tinggi	15	34,9%	28	65,1%	43	100%		
Total	46	54,8%	38	45,2%	84	100%		

Sumber: Data Primer (2022)

Bedasarkan Tabel 4.3. dapat di ketahui bahwa 28 siswa yang mempersepsikan *body shaming* tinggi memiliki tingkat kesehatan mental yang rendah dengan persentase 65,1%. Sedangkan pada 31 siswa yang mempersepsikan *body shaming* rendah memiliki tingkat Kesehatan mental yang tinggi dengan persentase 75,6%.

Dari hasil analisis statistik menggunakan uji korelasi Somers'd menunjukkan p-value 0,00 yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *body shaming* dengan kesehatan mental. Nilai keeratan hubungan memiliki arah yang negatif dengan nilai $r = -0,409$. Hal ini dapat diartikan semakin tinggi persepsi *body shaming* pada siswa SMP Negeri 2 Ngaglik Yogyakarta maka tingkat Kesehatan mental semakin rendah.

B. Pembahasan

1. Hubungan *body shaming* terhadap kesehatan mental pada remaja usia sekolah di SMP Negeri 2 Ngaglik.

a. Karakteristik berdasarkan usia

Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas usia responden rata-rata berusia 13 tahun dengan jumlah siswa-siswi 37 orang dengan

presentase 44,0 %. Berdasarkan teori Budiman dan Riyanto (2016), bahwa usia mempengaruhi daya tangkap dan cara berpikir seseorang, dimana seiring dengan bertambahnya usia seseorang akan lebih meningkat juga daya tangkap dan cara pikirnya sehingga pengetahuan dan perilaku dalam menjaga kesehatannya juga akan lebih meningkat.

Perubahan sosial yang terjadi, yaitu remaja akan lebih dekat dengan teman sebayanya dan memisahkan diri dari orang tua dengan maksud menemukan jati diri, remaja membentuk kelompok dan mengekspresikan segala potensi yang dimiliki. Pada masa remaja cenderung ingin mencoba hal-hal baru, baik hal positif maupun hal negatif, hal negatif salah satunya adalah kenakalan remaja. Menurut asumsi peneliti, usia remaja pada saat ini merupakan usia dimana remaja mulai berpikir tentang bentuk tubuhnya dan bagaimana cara dia mengatasi perubahan tersebut dan melihat dari bentuk tubuh orang lain, artis ataupun teman-temannya yang lain dan disitulah menimbulkan perlakuan *body shaming* dari melihat bentuk tubuh temannya yang kurus ataupun yang gendut.

b. Karakteristik berdasarkan jenis kelamin

Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas jenis kelamin sebagian besar berjenis kelamin perempuan dengan jumlah siswa-siswi 49 orang dengan presentase 58,3 %. Dari hasil penelitian ini perempuan lebih banyak mendapatkan perlakuan *body shaming*, Perlakuan *body shaming* ini berkembang dan berfungsi bukan hanya sebagai emosi melainkan berupa penilaian diri yang dapat muncul karena ada ketidakpuasan atas apa yang dimiliki dalam individu. Perlakuan *body shaming* lebih sering dialami oleh wanita, Hal ini terjadi karena wanita lebih mudah menghayati penilaian subyektif dibandingkan laki-laki (Marta, 2016).

Hasil penelitian Husna (2019) menyatakan seorang wanita akan semakin tidak menyukai ukuran tubuhnya sendiri ketika ukuran tersebut semakin jauh dari yang ideal. Semakin mendekati kecocokan diantara

citra diri yang ada dan yang ideal yang dipegang oleh individu, maka akan semakin besar kemungkinan orang tersebut akan menunjukkan secara umum perasaan, harga diri yang dengan begitu pula akan merasa positif. Psikolog Roslina Verauli, M.Psi., Psikolog. mengatakan bahwa faktor penyebab masyarakat Indonesia terutama perempuan cenderung lebih sering mengomentari penampilan bahkan fisik seseorang, karena di Indonesia memiliki iklim budaya *in group* yang kuat. Artinya, kebiasaan ini membuat seseorang cenderung memperlakukan orang lain layaknya saudara bahkan yang sebenarnya tidak terlalu dekat. Maka dengan kebiasaan itulah banyak orang akhirnya merasa bahwa berkomentar negative adalah hal yang wajar dilakukan walaupun baru beberapa kali bertemu. Dan memang biasanya komentar tersebut mengacu pada isu yang sensitif seperti fisik atau penampilan. (Rachmah & Baharuddin, 2019)

Gambaran karakteristik responden tentang jenis kelamin pada penelitian ini diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 89 orang (56,3%), sedangkan sisanya 69 (43,7%) berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan analisis ditemukan jika laki-laki mengalami *body shaming* tinggi lebih banyak dibandingkan perempuan yaitu sekitar 51 orang (57,3%). Menurut asumsi peneliti, hal ini disebabkan oleh banyaknya jumlah siswa laki-laki di SMK Negeri 1 Kuok. Ketika mengalami *body shaming* siswa laki-laki cenderung akan bereaksi membalas dibandingkan perempuan. Menurut Marta (2016) perempuan lebih mudah mengahyati penilaian subjektif dibandingkan laki-laki. Sehingga perempuan lebih memilih untuk diam dan tidak membalas.

Kesenjangan yang terlalu jauh antara tubuh yang dipersepsi dengan gambaran ideal yang dipegang seorang wanita akan menyebabkan penilaian yang negatif terhadap tubuhnya sehingga citra dirinya menjadi negatif. Penilaian negatif tersebut yang membuat seseorang tidak dapat menerima kondisi tubuhnya secara apa adanya. Ketidaksesuaian antara

tubuh yang dipersepsi dengan gambaran tubuh idealnya akan memunculkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya yang akan mendorongnya untuk merubah penampilan, salah satunya dengan melakukan diet (Husna, 2013).

2. *Body shaming* di SMP Negeri 2 Ngaglik Yogyakarta

Berdasarkan hasil analisis univariat tingkat *body shaming* di SMP Negeri 2 Ngaglik banyak yang mengalami *body shaming* dengan kategori tinggi yaitu 43 siswa-siswi dengan persentase 51,2% sedangkan dengan kategori rendah yaitu 41 siswa-siswi dengan persentase 48,8%.

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya yang dilakukan di SMP Negeri 2 Ngaglik pada tahun 2020 yaitu terdapat 10%-20% mengalami pengalaman *body shaming* yaitu dengan mengalami perlakuan yang tidak menyenangkan seperti di ejek, menghina bentuk fisiknya, mengejek dan mengkritik.

Penelitian dari Studi Fit Rated kepada 1.000 orang laki-laki dan perempuan menyatakan bahwa 92,7% perempuan pernah mengalami objek olok-olok dikarenakan tampilannya. Adapun yang dialami oleh kaum pria sebanyak 86,5%. Selain itu berdasarkan survei yang dilakukan *body peace resolution* yang dilaksanakan Yahoo! Health juga membuktikan bahwa perempuan lebih rentan dan banyak mendapat *body shaming* dibandingkan dengan laki-laki. Dari 2.000 orang dengan rentang usia 13-64 tahun ditemukan bahwa 94% remaja perempuan pernah mengalami *body shaming*, sementara remaja laki-laki sekitar 64% (Hestianingsih, 2018). *Body shaming* di dunia Pendidikan terjadi di SMPN 17 Kendari. Sejak 2018 hingga 2019 terjadi *body shaming* dengan berbagai motif seperti hanya guyonan, dendam, dan ketika melihat teman yang tidak mempunyai tubuh tidak ideal serta pendiam (Serni et al., 2020).

Peneliti dari Lestari pada tahun 2019 pada Remaja di kota Malang menjelaskan bahwa prevalensi *body shaming* sebesar 79% yang meliputi bagian wajah dengan sebesar 47%, postur tubuh 27%, bagian hidung 16%, bagian kulit 15% dan berat badan 12%. Hal tersebut menunjukkan bahwa

body shaming cukup banyak terjadi pada Remaja. *Body shaming* pada Remaja beresiko mengurangi kesehatan mental pada individu, seperti rentan melakukan perilaku diet yang salah, menyebabkan harga diri rendah, beresiko mengalami gangguan makan dan sebagainya. (Garofano dan Marin, 2019).

Body shaming yang sering terjadi di SMP Negeri 2 Ngaglik adalah mengejek, saling mengkritik satu sama lain, berkomentar kata-kata yang tidak mengenakan seperti gendut, kurus, hitam dan lain-lain.

3. Kesehatan mental di SMP Negeri 2 Ngaglik Yogyakarta

Berdasarkan tingkat kesehatan mental di SMP Negeri 2 Ngaglik siswi yang mengalami gangguan mental dengan kategori tinggi sebanyak 46 siswa-siswi dengan persentase 54,8% dan jumlah siswa-siswi yang mengalami gangguan mental dengan kategori rendah sebanyak 38 siswa-siswi dengan persentase 45,2%.

Kesehatan mental di sekolah menjadi isu baru di Negara maju seperti Amerika Serikat diperkirakan pertahunnya 20-25% anak dan remaja mengalami masalah Kesehatan mental, dan 40% diantaranya memenuhi kriteria diagnostik untuk berbagai jenis gangguan mental (Kessier, 2012).

Berdasarkan hasil literature review dari 10 jurnal yang didapatkan kurang dari setengahnya ada 4 persentase (40%) artikel jurnal yang meneliti mengenai kesehatan mental dan psikologi menurut (Nurul aisah, yusi riska dan ipah 2021), (Resqia, Imani dan Yogaprasta 2021), (Naziro 2021), (Evelianti dan sukamti 2020) hasil literature review ini menunjukkan bahwa remaja yang menjadi korban lebih beresiko mengalami beberapa masalah kesehatan, Kesehatan mental sangat memiliki dampak negatif bagi perundungan diantaranya adalah gangguan psikologis. Dalam hal ini kondisi ini lingkungan sangat berpengaruh pada kesejahteraan psikologis remaja, kesejahteraan psikologis remaja dapat dipengaruhi karena perlakuan *body shaming* menjadi suatu masalah yang ada dalam diri remaja sebagai proses hidup yang akan dijalani, dalam hal ini remaja harus berusaha agar tetap optimis dalam menghadapi masalah. (Aisah 2021)

4. Hubungan *body shaming* dengan kesehatan mental di SMP Negeri 2 Ngaglik Yogyakarta

Berdasarkan hasil penelitian dapat di ketahui bahwa tingkat *body shaming* tinggi memiliki tingkat kesehatan mental yang rendah dengan persentase 65,1%. Jika *body shaming* rendah maka Kesehatan mental tinggi dengan persentase 75,6%.

Dari hasil analisis statistik menggunakan uji korelasi Somers'd menunjukkan p-value 0,00 yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *body shaming* dengan kesehatan mental. Nilai keeratan hubungan memiliki arah yang negatif dengan nilai $r = -0,409$. Hal ini dapat diartikan semakin tinggi persepsi *body shaming* pada siswa SMP Negeri 2 Ngaglik Yogyakarta maka tingkat kesehatan mental semakin rendah.

Sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Yulianti (2019) hasil penelitian menunjukkan bahwa *body shaming* dapat mempengaruhi tingkat kesehatan mental seseorang. Sebagian besar korban *body shaming* mengalami perubahan mental dalam kehidupannya.

Body shaming sangat mempengaruhi kesehatan mental dan psikologis bagi remaja dengan rental usia 12-17 tahun yang sulit beradaptasi dengan lingkungan memilih untuk menarik diri. Untuk kehidupan yang akan datang seseorang dapat mencegah terjadinya keadaan tersebut dengan cara menyesuaikan diri dilingkungan dapat menyelesaikan masalah-masalah yang ada dalam dirinya, tidak merasa rendah diri lebih percaya pada kemampuan dirinya dan yakin bisa bermanfaat untuk lingkungan sekitar dan juga orang lain.

Hal ini selaras dengan mengatakan definisi bahwa kesejahteraan emosional adalah ilmu yang berkonsentrasi pada masalah kesejahteraan emosional, yang berarti mencegah masalah kesejahteraan psikologis mental dan memperbaiki perilaku disfungsional dan memajukan kesejahteraan psikologis secara lokal. Berdasarkan hipotesis ini, cenderung dianggap bahwa kesehatan psikologis dapat dijauhkan dari masalah atau penyakit mental dengan mengubah, memiliki pilihan untuk menangani masalah dan

mendapatkan kemampuan jiwa yang menyenangkan, seseorang harus merasa dirinya penting, bahagia dan berharga dan juga dapat membantu orang lain (Magfiroh, 2022).

Hasil penelitian ini juga menunjukkan adanya responden yang mengalami *body shaming* rendah tetapi ternyata tingkat kesehatan mentalnya rendah (24,4%).

C. Keterbatasan Penelitian

1. Penelitian ini dibatasi dengan susahnyanya mendapatkan informasi awal mengenai *body shaming* di SMP Negeri 2 Ngaglik
2. Pengambilan data *body shaming* hanya dari persepsi responden tentang gejala yang dirasakan dalam Kesehatan mental remaja dan tidak dilakukan pengukuran objektif terkait *body shaming* dan kesehatan mental.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA