

Nama : Afifah Surya Damayanti

NIM : 1032211002

Judul : Hubungan *Body shaming* Dengan Tingkat Kecemasan Pada Remaja Kelas VIII SMPN 12 DEPOK

ABSTRAK

Latar belakang: Remaja adalah usia peralihan yang relatif rentan, sering kali mereka menunjukkan perilaku – perilaku tertentu secara tidak langsung bermakna mereka bukan anak – anak lagi. Pertumbuhan dan perkembangan remaja pada tahap ini sangat dinamis, memungkinkan perubahan fisik, psikis, dan sosial, sehingga rentan terhadap dampak negatif *body shaming*. *Body shaming* merupakan tindakan mengkritik, mengomentari atau membandingkan fisik seseorang dengan dirinya sendiri. *Body shaming* juga dapat menimbulkan citra diri yang negatif dan bisa berdampak terhadap tingkat kecemasan. Kecemasan adalah kekhawatiran atau stress yang muncul terjadi karena adanya perasaan cemas yang tidak menyenangkan, sebagai perasaan seseorang dengan keadaan penuh emosi dan kecemasan dikaitkan dengan kondisi yang disebut kecemasan.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan *body shaming* dengan tingkat kecemasan

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode *cross sectional*, menggunakan rumus *Slovin* . Penelitian ini menggunakan metode pengambilan teknik random sampling yaitu metode pengambilan sampel secara acak dari suatu populasi. Populasi dan sampel yang digunakan berjumlah 250 responden di SMPN 12 Depok, instrumen penelitian menggunakan kuesioner yang telah di uji validitas, analisa data penelitian ini menggunakan uji *chi square*.

Hasil: Usia remaja rata-rata 13-14 tahun, dengan jenis kelamin Perempuan sebanyak 131 responden (52,4%), sedangkan laki-laki 119 responden (47,6%), *body shaming* sedang sebanyak 88 responden (88,9%), sedangkan tingkat kecemasan berat sebanyak 174 responden (69,4%). Uji *chi square* didapatkan *p-value* 0,000 (<0,05) terdapat hubungan antara *body shaming* dengan tingkat kecemasan pada remaja kelas VIII SMPN 12 Depok.

Kesimpulan: Remaja menjadi bagian dari perubahan dengan cara menciptakan lingkungan pertemanan yang saling mendukung dan menghargai perbedaan dan juga korban *body shaming* dengan mendengarkan dan memberikan empati. SMPN 12 Depok diharapkan untuk memberikan layanan konseling yang mudah dijangkau bagi remaja yang mengalami *body shaming*.

Kata Kunci: *Body shaming*, Remaja, Tingkat Kecemasan

Daftar Pustaka: 58 buah (2019-2024)