



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

**HUBUNGAN ANTARA PERLAKUAN *BODY SHAMING* DENGAN STRES
AKADEMIK PADA MAHASISWI AKTIF SEMESTER 4 PRODI SARJANA
KEPERAWATAN DI STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
TAHUN 2024**

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana
Keperawatan**

Fransiska Nelsi Wulandari

2002036

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA TAHUN 2024**

NASKAH PUBLIKASI

HUBUNGAN ANTARA PERLAKUAN *BODY SHAMING* DENGAN STRES
AKADEMIK PADA MAHASISWI AKTIF SEMESTER 4 PRODI SARJANA
KEPERAWATAN DI STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
TAHUN 2024

Disusun Oleh

Fransiska Nelsi Wulandari

2002036

Telah melalui sidang skripsi pada 7 Agustus 2024


Ketua Penguji

Penguji I

Penguji II


Ethic Palupi, S.Kep.,
Ns., MNS


Oktalia Damar P.,
S.Kep., Ns., MAN


I Wayan Sudarta,
S.Kep., Ns., M.Kep

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan
STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta



(Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep)

**HUBUNGAN ANTARA PERLAKUAN *BODY SHAMING* DENGAN STRES
AKADEMIK PADA MAHASISWI AKTIF SEMESTER 4 PRODI SARJANA
KEPERAWATAN DI STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
TAHUN 2024**

Fransiska Nelsi Wulandari¹, I Wayan Sudarta²

ABSTRAK

FRANSISKA NELSI WULANDARI. “Hubungan antara Perlakuan *Body shaming* dengan Stres Akademik pada Mahasiswi Aktif Semester 4 Prodi Sarjana Keperawatan di Stikes Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2024”

Latar Belakang : Peneliti di Amerika Serikat menyatakan terdapat 40% melaporkan mengalami *body shaming* dan di Indonesia pada tahun 2018 terdapat 966 kasus yang dilaporkan pada kepolisian. Studi pendahuluan dilakukan pada 10 responden, hasilnya pernah mengalami perlakuan *body shaming* dan terdapat 7 responden mengatakan tindakan *body shaming* berdampak stres saat perkuliahan. Dampaknya 2 responden jadi tidak percaya diri, 8 responden tidak konsentrasi saat perkuliahan

Tujuan Penelitian : Mengetahui hubungan antara perlakuan *body shaming* dengan stres akademik pada mahasiswi aktif semester 4 prodi sarjana keperawatan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2024.

Metode Penelitian : Desain kuantitatif korelasi, dengan pendekatan *cross sectional*, menggunakan *total populasi* dan totalnya 71 mahasiswi, menggunakan analisa univariat dan bivariat, ujiannya menggunakan *spearman rank*.

Hasil Penelitian : Sebagian besar 45 responden mendapatkan perlakuan *body shaming* sedang dan sebagian besar 41 responden mempunyai tingkat stres akademik sedang. Hasil diperoleh $p\text{ value} < \alpha$, yaitu $(0,02) < (0,05)$ dan nilai *correlation coefficient* 0,268.

Kesimpulan: Ada hubungan antara perlakuan *body shaming* dengan stres akademik pada mahasiswi aktif semester 4 prodi sarjana keperawatan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2024.

Saran: Bagi STIKES Bethesda yakkum diharapkan dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi untuk mengadakan *soft skill* tentang penanganan dampak *body shaming*.

Kata Kunci: *Body Shaming* - Stres Akademik

Vii + 80 halaman + 8 tabel + 2 skema + 13 lampiran

Daftar Pustaka: 29, 2012-2024

¹Mahasiswa Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

²Dosen Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

**THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY SHAMING AND ACADEMIC
STRESS AMONG ACTIVE 4TH SEMESTER STUDENTS OF BACHELOR
OF SCIENCE IN NURSING STUDY PROGRAM AT STIKES BETHESDA
YAKKUM YOGYAKARTA IN 2024**

Fransiska Nelsi Wulandari¹, I Wayan Sudarta²

ABSTRACT

FRANSISKA NELSI WULANDARI. “The Relationship between Body Shaming and Academic Stress among Active 4th Semester Students of Bachelor of Science in Nursing Study Program at STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta in 2024”

Background: In the United States, research shows that 40% of people report experiencing body shaming. In Indonesia, 966 cases were reported in 2018. A preliminary study of 10 respondents revealed that all had experienced body shaming and 7 respondents said that body shaming actions had an impact on stress during lectures. The impact was that two respondents became less confident, while eight struggled with concentration.

Objective: This study aims to examine the relationship between body shaming and academic stress among active 4th-semester students of Bachelor of Science in Nursing Study Program at STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta in 2024.

Method: It was a quantitative correlational study with a cross-sectional approach, using the total population and a total of 71 female students, using univariate and bivariate analysis with the Spearman rank test.

Results: Most respondents, 45 respondents, experienced moderate body shaming, and many, 41 had moderate academic stress. The results indicated a $p\text{-value} < \alpha$ ($0.02 < 0.05$) with a correlation coefficient of 0.268.

Conclusion: There is a significant relationship between body shaming and academic stress among active 4th-semester students of Bachelor of Science in Nursing Study Program at STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta in 2024.

Suggestion: For STIKES Bethesda Yakkum, it is hoped that this research can be used as a reference to hold soft skills training on handling the impact of body shaming.

Keywords: Body Shaming - Academic Stress

Vii + 80 pages + 8 tables + 2 schemas + 13 appendices

Bibliography: 29, 2012-2024

¹Student of Bachelor of Nursing, Bethesda Institute for Health Sciences

²Lecturer at Nursing Program, Bethesda Institute for Health Sciences

PENDAHULUAN

Gaya hidup pada remaja seperti kesehatan, kecantikan dan perawatan diri merupakan trend. Trend tersebut salah satunya yaitu kecantikan, tidak jauh dari pengaruh kecantikan budaya luar negeri terutama negara bagian barat, sehingga saat ini trend tersebut sudah meluas hingga pada bagian Asia¹. Faktanya trend gaya hidup memberikan dampak bagi seseorang yang ingin memiliki tubuh ideal dan hal ini tidak dapat terpenuhi atau tidak tercapai karena beberapa faktor salah satunya adalah faktor genetik. Ketidakmampuan tersebut mendapatkan perilaku yang tidak menyenangkan salah satunya adalah perundungan dalam hal ini perundungan yang dimaksud yaitu yang berhubungan dengan tampilan tubuh salah satu individu atau dikenal juga dengan *body shaming*². Dampak yang ditimbulkan dari tindakan *body shaming* tersebut bermula dari perasaan tidak nyaman dan menimbulkan rasa gelisah lalu terus berkembang menjadi stres. Stres dapat dialami oleh mahasiswa akibat beberapa tekanan yang dialami oleh mahasiswa hal ini disebut juga dengan stres akademik. Beberapa hal yang menyebabkan mahasiswa perawat mengalami stres yaitu merasa dirinya tidak bisa merawat pasien yang tergolong sakit berat, sulit dalam bersosialisasi dengan fakultas, waktu belajar yang panjang dan lama, banyaknya tugas dan waktu libur singkat, menjalankan ujian, laporan selama di rumah sakit, dan penugasan-penugasan lainnya³

Studi awal dilakukan di Stikes Bethesda Yakkum Yogyakarta pada tanggal 1 Desember 2023 melalui wawancara kepada 10 mahasiswi semester 4 sarjana keperawatan, dari hasil yang di temukan 10 mahasiswa tersebut pernah mengalami *body shaming*. Dampak yang muncul akibat *body shaming* adalah 2 di antaranya mengatakan jadi tidak percaya diri, 3 diantaranya mengatakan menjadi tidak konsentrasi saat perkuliahan dan 5 diantaranya mengatakan dampak yang terjadi yaitu menjadi tidak nyaman dan tidak fokus terhadap pelajaran, trauma, menyalahkan diri sendiri, merasa tidak layak, merasa tidak ingin datang untuk perkuliahan, cenderung menyendiri dan menyebabkan stres. Terdapat 7 mahasiswi mengatakan bahwa tindakan *body shaming* tersebut membuat stres pada saat perkuliahan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilaksanakan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta dengan menggunakan metode daring yaitu google formulir pada tanggal 8-15 Juli 2024. Uji statistik yang digunakan adalah uji *spearman rank*. Populasi dalam penelitian ini adalah 71 orang dengan metode pengambilan sampel total populasi, jumlah sampel 71 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Karakteristik responden

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia
Mahasiswi Semester 4 Di Stikes Bethesda Yakuum Yogyakarta
Tahun 2024

No	Usia	Frekuensi	Presentase
1	< 20 Tahun	17	23,9%
2	20 Tahun	35	49,3%
3	> 20Tahun	19	26,8%
	Total	71	100%

Sumber: Data Primer Terolah (2024)

Analisis:

Tabel 5 menunjukkan bahwa dari 71 responden paling banyak berusia 20 tahun yaitu sebanyak 35 responden (49,3%) dan paling sedikit yaitu < 20 tahun sebanyak 17 responden (23,9%).

a. Variabel Penelitian

1) *Body Shaming*

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Perlakuan *Body Shaming*
Mahasiswi Semester 4 Di Stikes Bethesda Yakuum Yogyakarta
Tahun 2024

No	<i>Body Shaming</i>	Frekuensi	Presentase
1	Tinggi	1	1,4%
2	Sedang	45	63,4%
3	Rendah	25	35,2%
	Total	71	100%

Sumber: Data Primer Terolah (2024)

Analisis:

Tabel 6 menunjukan bahwa dari 71 responden tingkat *body shaming* yang paling banyak yaitu pada kategori sedang berjumlah 45 responden (63.3%) dan paling sedikit yaitu kategori tinggi sebanyak 1 responden (1,4%).

2) Stres Akademik

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Stres Akademik Mahasiswi
Semester 4 Di Stikes Bethesda Yakuum Yogyakarta
Tahun2024

No	Stres Akademik	Frekuensi	Presentase
1	Sangat Tinggi	3	4,2%
2	Tinggi	7	9,9%
3	Sedang	41	57,7%
4	Rendah	17	23,9%
5	Sangat Rendah	3	4,2%
	Total	71	100%

Sumber: Data Primer Terolah (2024)

Analisis:

Tabel 7 menunjukan bahwa dari 71 responden tingkat stres akademik paling banyak pada kategori sedang yaitu 41 responden (57,7%) dan stres akademik paling sedikit pada kategori sangat tinggi dan sangat rendah yaitu masing-masing 3 responden (4,2%).

2. Bivariat

Tabel 4
Hubungan Antara Perlakuan Body Shaming Dengan Stres Akademik Mahasiswi Aktif Semester 4 Prodi Sarjana Keperawatan Di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta 2024.

<i>Body Shaming</i> Stres Akademik	Tinggi	Sedang	Rendah	Σ	<i>Sperman Rank</i>		
					ρ	α	c
Sangat Tinggi	0	2	1	3	0,02	0,05	0,268
Tinggi	1	5	1	7			
Sedang	0	29	12	41			
Rendah	0	7	10	17			
Sangat rendah	0	2	1	3			
Total	1	45	25	71			

Sumber: Data Primer Terolah (2024)

- Tabel 8 menunjukan bahwa dari 71 mahasiswi semester 4 yang memiliki tingkat *body shaming* tinggi dengan stres akademik tinggi sebanyak 1 responden
- Tabel 8 menunjukan bahwa dari 71 mahasiswi semester 4 yang memiliki tingkat *body shaming* sedang sebanyak 45 responden, diantaranya paling banyak stres akademik kategori sedang sebanyak 29 responden, dan paling sedikit kategori sangat tinggi yaitu 2 responden, sangat rendah 2 responden.
- Tabel 8 menunjukan bahwa dari 71 mahasiswi semester 4 yang memiliki tingkat *body shaming* rendah sebanyak 25 responden, diantaranya paling banyak stres akademik kategori sedang sebanyak 12 responden dan paling sedikit stres akademik sangat tinggi 1 responden, tinggi 1 responden dan sangat rendah 1 responden
- Hasil uji statistik yang telah dilakukan secara komputerisasi dengan menggunakan *software* komputer dengan uji *Sperman rank* didapat nilai p -value $(0,02) < \alpha (0,05)$ yang berarti ada hubungan antara perlakuan *body shaming* dengan stres akademik mahasiswi aktif semester 4 prodi sarjana keperawatan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta 2024,

dengan tingkat keeratan rendah yaitu nilai *contingency coefficient* (c): 0,268 dan arah hubungan antar variabel yaitu positif.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden

a. Usia

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden (49,3%) berusia 20 tahun. Mahasiswa umumnya berada dalam rentang usia 18-25 tahun. Beberapa perguruan tinggi di Indonesia menerapkan batas usia maksimal 3 tahun setelah lulus SMA atau maksimal 21 tahun, di Indonesia, mahasiswa S1 rata-rata memulai kuliah pada usia 18 tahun⁴. Responden yang berusia remaja akhir berkaitan dengan usia masuk perguruan tinggi. Peneliti berasumsi bahwa usia responden sesuai dengan rata-rata usia masuk perkuliahan S1, sehingga banyak yang berusia 20 tahun saat memasuki semester 4.

2. Deskripsi Variabel

a. *Body Shaming*

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden (63,4%) mengalami *body shaming* tingkat sedang. Faktor-faktor seperti jenis kelamin dan hubungan interpersonal memainkan peran penting dalam fenomena ini. Ketidakpuasan tubuh lebih sering terjadi pada perempuan, yang kerap menjadi sasaran kritik sosial. Hubungan interpersonal, komentar atau kritik negatif dari orang-orang terdekat, baik secara langsung maupun dalam bentuk candaan, dapat berdampak besar pada persepsi diri⁵. Beberapa responden melaporkan pengalaman menerima komentar yang menyinggung bentuk tubuh, cara berpakaian, atau penampilan, yang sering kali berasal dari teman, keluarga, atau pasangan. Peneliti berasumsi bahwa *body shaming* pada seseorang dipengaruhi oleh faktor-faktor ini, di mana kritik negatif yang konsisten dan didukung oleh standar sosial dapat memperburuk situasi dan berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis individu.

b. Stres Akademik

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden (57,7%) mengalami tingkat stres akademik sedang. Stres akademik tingkat sedang ditandai oleh gejala emosional seperti perasaan sedih, mudah marah, dan perubahan mood yang cepat; gejala intelektual seperti kesulitan konsentrasi dan daya ingat menurun; serta gejala interpersonal seperti kesulitan bersosialisasi dan hilangnya kepercayaan diri⁶. Stres akademik dapat disebabkan oleh tekanan seperti beban tugas kuliah yang berat, tenggat waktu ketat, dan ekspektasi akademik tinggi. Usia dan tahap perkembangan juga memengaruhi cara mahasiswa mengelola stres. Dukungan sosial yang baik dapat membantu mengatasi stres, sementara kurangnya dukungan atau tekanan sosial dapat meningkatkan stres.

3. Analisis Bivariat

Jenis body shaming yang paling banyak dialami mahasiswi adalah tingkat sedang, yang dipengaruhi oleh usia remaja yang sering fokus pada penampilan fisik dan perbandingan diri, sehingga berdampak pada psikologis⁷. Analisis data menunjukkan bahwa tingkat stres akademik yang paling banyak dialami mahasiswi juga adalah tingkat sedang. Stres akademik sering disebabkan oleh masalah dengan orang terdekat, kesulitan bersosialisasi, serta gejala emosional seperti merasa sedih dan mudah marah⁸. Penelitian ini menemukan satu responden dengan body shaming dan stres akademik tinggi, serta 26 responden dengan body shaming dan stres akademik sedang. Body shaming berhubungan positif dengan tingkat stres, karena korban sering mengalami gangguan psikologis seperti penurunan kepercayaan diri⁹. Responden dengan body shaming rendah namun stres akademik sedang mungkin mengalami stres karena faktor lain, seperti pola pikir, kepribadian, dan tekanan akademik¹⁰. Perbedaan tingkat stres akademik pada responden dipengaruhi oleh perlakuan body shaming, di mana kepercayaan diri yang menurun dapat menyebabkan kesulitan

mengendalikan emosi dan gelisah. Dukungan dari lingkungan sekitar, terutama teman sebaya, sangat penting untuk membantu mengatasi stres ini.

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Karakteristik usia responden pada mahasiswi aktif semester 4 sarjana keperawatan didapatkan paling banyak berusia 20 tahun berjumlah 35 responden (49,3%). Tingkat perlakuan *body shaming* pada mahasiswi aktif semester 4 sarjana keperawatan didapatkan paling banyak ditemukan perlakuan *body shaming* dengan kategori sedang yaitu 45 responden (63,4%). Tingkat stres akademik pada mahasiswi aktif semester 4 sarjana keperawatan didapatkan paling banyak ditemukan stres akademik dengan kategori sedang yaitu 41 responden (57,7%). Tingkat keeratan hubungan didapatkan hasil 0,268 yang artinya memiliki tingkat keeratan yang rendah dan arah hubungan antar variabel yaitu positif. Hasil penelitian menggunakan uji *spearman rank* dibantu menggunakan computer didapatkan hasil $p\text{-value}$ $(0,02) < \alpha$ $(0,05)$ yang berarti ada hubungan antara perlakuan *body shaming* dengan stres akademik mahasiswi aktif semester 4 prodi sarjana keperawatan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta 2024.

2. Saran

a. Bagi institusi STIKES Bethesda Yakkum

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi untuk mengadakan *soft skill* tentang penanganan dampak *body shaming*

b. Bagi peneliti

Peneliti dapat meningkatkan pemahaman dan menambah ilmu yang berguna dibidang keperawatan.

c. Bagi peneliti lainnya

Mampu mengembangkan penelitian dengan faktor lain yang berhubungan dengan stres akademik pada mahasiswa keperawatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D., NS. selaku Ketua STIKES BETHESDA YAKKUM Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta
2. Ibu Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Ketua Prodi Sarjana keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
3. Ibu Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Koordinator Riset STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS. selaku Ketua Penguji karena telah memberikan masukan untuk perbaikan skripsi.
5. Oktalia Damar P., S.Kep., Ns., MAN. selaku Penguji I karena telah memberikan masukan untuk perbaikan skripsi.
6. Bapak I Wayan Sudarta, S.Kep., Ns., MAN. selaku Dosen Pembimbing dan Penguji II yang telah bersedia meluangkan waktu dan tenaga dalam membimbing pembuatan skripsi serta memberikan masukan dan dukungan untuk perbaikan skripsi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Diannur. (2019). Fenomena Body Shaming Di Masyarakat. *Jurnal Sosiatri Sosiologi*, 7(5), 37–49.
2. Atsila, R. I., Satriani, T., & Adinugraha, Y. (2021). Perilaku Body Shaming dan Dampak Psikologis pada Mahasiswa Kota Bogor. *Jurnal Komunikatif*, 10(1), 84–101. <https://doi.org/10.33508/jk.v10i1.2771>
3. Agustiningsih, N. (2019). Gambaran Stress Akademik dan Strategi Koping Pada Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 6(2), 241–250. <https://doi.org/10.26699/jnk.v6i2.art.p241-250>
4. Seovista. (2024). *Berapa Batasan Usia Untuk Kuliah S1?* <https://www.vistaeducation.com/article/berapa-batasan-usia-untuk-kuliah-s1>
5. Ramlan, T. (2022). Pengaruh Body Shaming Terhadap Self Blaming Pada Remaja Dikota Makassar. *Universitas Bosowa Makassar*, 1–101.

6. Ramadhani, I. R. (2022). Hubungan antara Stres Akademik dengan Emotional Eating pada Mahasiswa. In *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)* (Vol. 2, Issue 1). <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.36545>
7. Rizkyta, D. P., & N., N. A. F. (2017). Hubungan Antara Persepsi Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan Dan Kematangan Emosi Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 6, 1–13.
8. Ajisti, F. (2022). Hubungan Body Shaming dengan Tingkat Stres pada Remaja di SMPN 1 Parungponteng. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 10(2), 88–97. <https://doi.org/10.12345/jpp.v10i2.12345>
9. Puspitasari, W. (2013). Hubungan antara Manajemen Waktu dan Dukungan Sosial dengan Prestasi Akademik Mahasiswa yang Bekerja. *EMPATHY: Jurnal Fakultas Psikologi*, 2(1), 1–17.
10. Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143–148. <https://doi.org/10.29210/119800>

STIKES BETHESDA YAKKUM