

PENGARUH CYBERBULLYING BODY SHAMING TERHADAP MENTAL REMAJA

The effect of cyberbullying body shaming on adolescent mental

Kholifatun Naziro¹, Maulidiyah Junnatul Azizah Heru², Mellya Puspitasari³, Lina Audyna⁴, Helin⁵

Fakultas Kesehatan Universitas Nurul Jadid

Kholifatunnaziro90@gmail.com / 082264472662

ABSTRACT

Background: Cyberbullying Body Shaming is a form of bullying or bullying behaviour through cyberspace communication technology that is used by someone to insult and harass others, where the victim cannot defend himself easily. **Objective:** to find out the relationship between cyberbullying body shaming and adolescent mentality. **Methods:** The sources of the articles used were obtained from searches through the Science Direct database, Google Cindekia and Google Scholar. Article search is restricted from 2016-to 2021. After the is obtained, then the article is reviewed until the stage of making a literature review. The keywords used in the article search were Body-Shaming, Cyberbullying, Teen Mental is literature review uses 15 articles that meet the inclusion criteria. **Results:** The relationship between Cyberbullying Body-Shaming from the research reviewed is strongly related to adolescent mental health, especially depression. **Conclusion:** Based on the results of a review of 15 journals on the Relationship of Cyberbullying Body-Shaming to Mental Adolescents, there is a relationship that Cyberbullying or body-shaming bullying is very influential on adolescent mentality, namely depression. Other influences also occur in teenager self-esteem, adolescent self-image, and social interaction in adolescents. There is even social anxiety and social withdrawal in adolescents who experience Cyberbullying Body shaming.

Keywords: Body shaming, cyberbullying, adolescent mentality.

a

ABSTRAK

Latar Belakang: Cyberbullying Body Shaming merupakan perilaku penindasan atau perundungan bentuk tubuh melalui teknologi komunikasi dunia maya yang digunakan oleh seseorang untuk menghina dan melecehkan orang lain, dimana korban tidak dapat membela dirinya dengan mudah. **Tujuan:** untuk mengetahui Hubungan Cyberbullying Body Shaming terhadap Mental Remaja. **Metode:** Sumber artikel yang digunakan didapat dari pencarian melalui database Science Direct, google scholar. Pencarian artikel dibatasi mulai tahun 2016-2021. Setelah artikel didapatkan, kemudian dilakukan telaah artikel sampai tahap pembuatan literatur review. Kata kunci yang digunakan pada pencarian artikel adalah "Body Shaming" "Cyberbullying" "Mental Remaja". Literatur review ini menggunakan 15 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi. **Hasil:** Hubungan Cyberbullying Body Shaming dari penelitian yang direview sangat berhubungan terhadap kesehatan mental remaja terutama depresi. **Kesimpulan:** Berdasarkan hasil telaah 15 jurnal tentang Hubungan Cyberbullying Body Shaming terhadap Mental Remaja, terdapat hubungan bahwa Cyberbullying atau perundungan bentuk tubuh (Body Shaming) ini sangat berpengaruh terhadap mental remaja yaitu terjadi depresi. Pengaruh lainnya juga terjadi pada harga diri remaja, citra diri remaja, dan interaksi sosial pada remaja. Bahkan terjadi kecemasan sosial dan penarikan sosial pada remaja yang mengalami Cyberbullying Body shaming..

Kata kunci : Body shaming, cyberbullying, mental remaja

PENDAHULUAN

Perkembangan jejaring sosial saat ini sangat pesat, dan paling banyak pengguna jejaring sosial adalah remaja dalam hal ini adalah mahasiswa. Jejaring sosial juga dijadikan sebagai tempat mengeluarkan segala bentuk luapan emosi, dan sering juga mengungkapkan kemarahan dalam bentuk caci maki dan hinaan pada orang lain yang disebut dengan *cyberbullying* (Aryani Farida, 2018).

Menurut survei yang dilakukan oleh hootsuite, bahwa pada Januari 2021, jumlah orang yang menggunakan internet di seluruh dunia mencapai angka 4,66 miliar jiwa dari total populasi dunia yakni 7,83 miliar jiwa. Jumlah ini meningkat 316 juta jiwa (7,3 persen) dibandingkan periode yang sama pada tahun 2020. Indonesia menempati urutan ke empat di dunia dengan presentase penggunaan internet

64,80%. Hasil survey terhadap perilaku pengguna internet di Indonesia yang dilakukan oleh APJII 2017 jumlah pengguna internet mengalami peningkatan menjadi 132,7 juta (51,8%) dari total penduduk Indonesia 256,2 juta (Sherlyanita & Rakhmawati, 2016).

Media sosial memiliki andil besar dalam mempermudah manusia untuk bersosialisasi dan berinteraksi. Hal ini kemudian juga berdampak pada penyebaran nilai-nilai yang dengan mudah dapat memengaruhi perspektif dan sikap manusia terhadap sesuatu, termasuk standarisasi tubuh ideal. Adanya citra tubuh memungkinkan seseorang untuk membandingkan keadaan dirinya dengan orang lain dan menimbulkan rasa malu terhadap tubuh, yang sering disebut dengan istilah *body shame*.

Fenomena yang muncul saat ini yaitu munculnya tindakan *body shaming*. Dimana *body shaming* adalah bentuk dari tindakan mengomentari fisik, penampilan, atau citra diri seseorang (Sakinah, 2018).

Seiring perkembangan teknologi yang maju, menandakan bahwa perkembangan globalisasi sudah menjadi kebutuhan sehari-hari masyarakat. Perkembangan teknologi saat ini tidak hanya ditandai dengan berkembang pesatnya teknologi industri, kecanggihan dan kemajuan internet (dunia maya) saat ini ikut serta dalam perkembangan teknologi (Aryani Farida, 2018). Dari sinilah kemudian timbul *cyberbullying* yaitu perilaku mencela, memberikan *negative judgement* melalui media sosial. menjelaskan *cyberbullying* adalah bentuk atau jenis intimidasi yang dilakukan pelaku dengan tujuan melecehkan atau mempermalukan korban melalui perangkat teknologi. Serangan *cyberbullying* kepada korban dapat berupa pesan atau gambar yang mengganggu dan kemudian disebar dengan mempermalukan korban bagi orang lain yang melihatnya (Geofani, 2019). Tindakan mengomentari fisik (komentar negatif) ini menjadikan fisik orang lain sebagai bahan ledakan atau guyonan. Dalam beberapa kasus efek dari *body shaming* banyak wanita yang mengalami depresi dan melakukan hal *ekstrem* untuk memperbaiki fisiknya. Pada saat ini berkomunikasi banyak menggunakan layar, tanpa melihat bahasa tubuh, tanpa melihat ekspresi wajah, tanpa mendengar intonasi bicara, di mana hal-hal tersebut merupakan faktor-faktor yang mengikis kepekaan-kepekaan untuk memahami emosional lawan bicara (Geofani, 2019). Hal ini disebabkan karena remaja merupakan salah satu pengguna aktif terbesar yang menggunakan sosial media (internet) sebagai sarana komunikasi yang utama (Ratu Nadya W, 2020).

Teknologi berkembang pesat saat ini sangat membantu memudahkan remaja berkomunikasi melalui sosial media tidak hanya digunakan hal positif, namun juga hal-hal negatif seperti perundungan. Perundungan maya atau lebih dikenal *cyberbullying* sudah sering terjadi pada kalangan remaja dimana mereka sangat aktif menggunakan sosial media. *Cyberbullying* berdampak terhadap emosional dan psikologi korban. Hal itu berpengaruh terhadap perilaku remaja, terhadap bagaimana

mereka menilai diri dan bagaimana berinteraksi dengan orang lain, bahkan jika seseorang sudah tidak mengalami *cyberbullying*. *Cyberbullying* dapat merusak rasa aman dan berharga, membuat seseorang merasa takut dan menghindari interaksi sosial secara langsung maupun secara online (Chindy Maria Orizani, 2020).

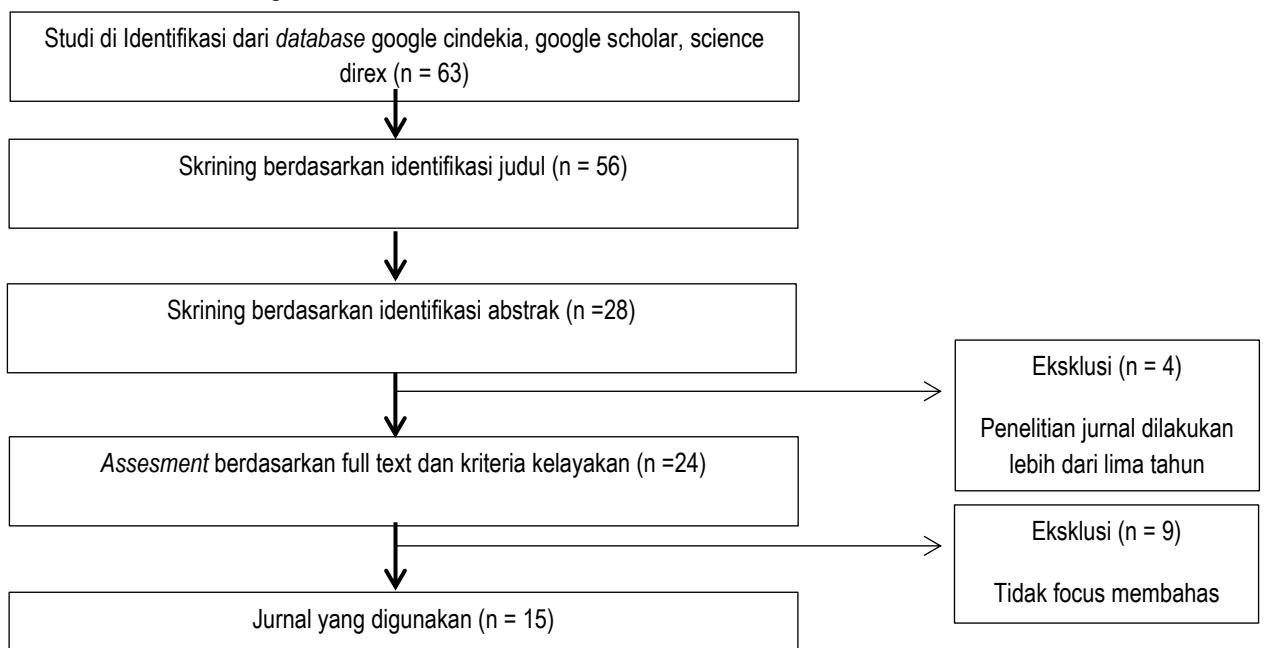
Upaya dalam mengatasi dampak *cyberbullying* adalah dengan mengembangkan sikap saling menghormati, menciptakan komunitas - komunitas anti *cyberbullying*, dan menyediakan sarana konseling atau pendukung untuk korban - korban *cyberbullying*. Keluarga juga harus mendorong remaja untuk menceritakan tentang tindakan *cyberbullying* yang dialami. Keluarga, khususnya orang tua, harus bisa menjadi tempat yang aman dimana remaja dapat menceritakan masalah apapun (Chindy Maria Orizani, 2020). Sedangkan untuk mengatasi *body shaming* dapat dilakukan, yakni dengan cara mengubah gaya hidup, membuktikan kualitas diri, berusaha menerima kelebihan dan kekurangan diri, berpikir positif, dan menjauhi orang-orang yang sering melakukan *body shaming* (Sakinah, 2018).

METODE

Metode penelitian yang kami gunakan disini adalah Literatur Review dengan menggunakan basis data elektronik melalui jurnal Nasional maupun Internasional seperti Science direct google cindekia dan google scholar dengan kata kunci *Body Shaming*, *Cyberbullying* dan Mental Remaja. Kriteria inklusi yang digunakan oleh penulis adalah (1) Membatasi artikel atau jurnal yang diterbitkan lima tahun terakhir mulai dari tahun 2016 sampai 2021, (2) Jurnal mempunyai judul dan isi sesuai dengan tujuan penelitian, (3) Desain studi yang sama yaitu Kuantitatif *Korelasi*, (4) Full teks, dan keterkaitan dengan keperawatan.

Pencarian artikel dimulai pada tanggal 06 - 09 September 2021 dengan kata kunci yang telah di tentukan oleh peneliti artikel yang di temukan oleh peneliti dipilih sesuai dengan kriteria inklusi. Peneliti menghapus artikel yang telah di keluarkan, menelaah artikel yang memenuhi kriteria dan mengelompokkan sesuai dengan hasil penelitian untuk di lanjut kepada pembahasan.

Gambar 1. Proses Skringing Jurnal



HASIL

Pencarian literatur awal didapatkan 63 artikel yang sesuai dengan kata kunci. Peneliti melakukan skringing berdasarkan judul kemudian dilakukan penyesuaian dengan tema dari literatur review,

didapatkan sebanyak 56 artikel. Seleksi berdasarkan abstrak telah diekskusi dan didapatkan 28 artikel. Dari 28 artikel kemudian dipilih yang sesuai dengan kriteria kelayakan dan didapatkan 15 artikel yang selanjutnya dipergunakan dalam literatur review

Tabel 1. Rangkuman hasil pencarian literatur

No	Penulis	Tahun	Judul	Metode	Hasil
1.	Fathul Khoir, Tuter Kardiatur, Cici Ultari, Parliani Lidia Hastuti	2020	Body Shaming dengan Harga Diri dan Mekanisme Koping Remaja	Penelitian deskriptif dengan pendekatan <i>Korelasi cross sectional</i> , teknik total sampling berjumlah 50 siswa. Instrumen menggunakan lembar Checklist Body Shaming, Rosenberg Self Esteem Scale, dan Ways Of Coping.	Tidak ada hubungan antara body shaming dengan harga diri remaja di SMAN 2 Mempawah Hilir ($p = 0,596$), dan tidak ada hubungan antara body shaming dengan mekanisme koping remaja di SMAN 2 Mempawah Hilir ($p = 0,456$) (Khoir, 2021).
2.	Khusnul Aini, Rista Apriana	2018	Dampak Cyberbullying terhadap Depresi Mahasiswa Prodi Ners STIKES Widya Husada Semarang.	Penelitian ini menggunakan desain studi <i>cross sectional</i> , kuantitatif <i>Korelasi</i> dengan menggunakan instrument penelitian berupa kuisioner tentang pengalaman cyberbullying dan pengukuran kejadian depresi berdasarkan Becks Depression Scale. Teknik dalam pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dan sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat I dan II yang berjumlah 70 mahasiswa.	Menunjukkan hasil p-value 0,02 ($<0,05$) dan $r = 0,273$. Kesimpulan yang dapat diambil dalam penelitian ini adalah cyberbullying berdampak pada kejadian depresi pada mahasiswa. Dari hasil tersebut diharapkan upaya pencegahan cyberbullying pada mahasiswa serta penanganan kasus depresi yang diakibatkan karena kejadian cyberbullying (Khusnul Aini, 2018).
3.	Rahmat Hidayat, Eka Malfasari, Rina Haryanti	2018	Hubungan Perilaku Body Shaming dengan Citra Diri Mahasiswa	Jenis penelitian ini kuantitatif dengan desain penelitian <i>Korelasi</i> dengan menggunakan pendekatan <i>Cross-Sectional</i> . Sampel penelitian terdiri dari 103 Mahasiswa. Metode pengambilan sample adalah purposive sampling.	Hasil uji statistik didapatkan nilai pvalue = 0,036, hal ini berarti berarti nilai $p < 0,05$ sehingga H_0 ditolak, artinya terdapat hubungan signifikan antara perlakuan body shaming dengan citra diri pada mahasiswa STIKes Payung Negeri Pekanbaru, dan nilai OR (Odds Ratio) sebesar 0,343 dengan CI (Confidence Interval) 0,136-0,865 (Rahmad Hidayat, 2019).
4.	Chindy Maria	2020	Cyberbullying dan	Penelitian menggunakan desain studi	Hasil penelitian menunjukkan

	Orizani, Monica Ganadhi		Interaksi Sosial Pada Remaja Kelas XI SMA di Surabaya	Korelasi dan pendekatan <i>cross sectional</i> . Populasi penelitian yaitu siswa-siswi kelas XI SMA berjumlah 142 orang, sampel diambil sebanyak 105 orang secara simple random sampling.	kejadian cyberbullying rendah dengan interaksi sosial sedang sebanyak 42 responden (40%). Hasil uji Spearman Rank Test didapatkan tidak ada hubungan cyberbullying dan interaksi sosial, nilai $p=0,516$ dan $r=-0,064$ (Chindy Maria Orizani, 2020).
5.	Febrianti	2020	Hubungan Perlakuan <i>Body Shaming</i> terhadap Harga Diri pada Remaja di SMA Negeri 1 Babat Supat	Penelitian ini menggunakan <i>cross sectional</i> dengan desain <i>Korelasi</i> . Sampel pada penelitian ini sebanyak 69 orang remaja putri di SMA Negeri 1 Babat Supat yang diambil dengan menggunakan tehnik purposive sampling.	Hasil analisis uji spearman rank menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perlakuan body shaming terhadap harga diri pada remaja di SMA Negeri 1 Babat Supat dengan p -value 0,000 ($p<0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa body shaming mempunyai hubungan yang positif terhadap harga diri pada remaja yang berarti semakin rendah kesadaran tubuh seseorang maka semakin rendah juga harga diri seseorang tersebut (Febrianti, 2020).
6.	Eka Suci Nur Laili	2020	Pengaruh <i>Body Shaming</i> terhadap Self Blaming pada Remaja di Karang taruna Perumnas Ngembat Asri Gemolong.	Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif jenis <i>Korelasional</i> . Populasi dalam penelitian ini adalah remaja karang taruna berjumlah 79 orang. Pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik purposive sampling.	Hasil penelitian dan perhitungan dalam pengujian hipotesis dengan menggunakan teknik analisis Simple Linier Regression didapatkan nilai korelasi / hubungan yaitu sebesar 0,498. Koefisien determinasi sebesar 0,248 yang berarti bahwa pengaruh variabel bebas (<i>Body Shaming</i>) terhadap variabel terikat (<i>Self Blaming</i>) adalah sebesar 24,8%. Maka dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan H_0 ditolak, artinya ada pengaruh antara body shaming terhadap self blaming pada remaja di Karang Taruna Perumnas Ngembat Asri Gemolong (Laili, 2020).
7.	Restu Yogi Fahlevi, Ah Yusuf, Ilya Krisnama	2020	Hubungan <i>Cyberbullying</i> dengan Kecemasan Sosial dan Penarikan Sosial pada Remaja	Penelitian ini merupakan penelitian jenis analisis <i>Korelasional</i> dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Sampel sejumlah 262 siswa siswi kelas XI dan didapatkandengan menggunakan teknik simple random sampling. Data diperoleh dari kuesioner <i>Cyberbullying and Online Aggression Survey Instrument</i> dan <i>The Social and Emotional Competences Evaluation Questionnaire (QACSE)</i> kemudian dianalisis dengan uji statistic korelasi Spearman Rho.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan <i>Cyberbullying</i> dengan kecemasan sosial pada remaja didapatkan bahwa semakin tinggi <i>Cyberbullying</i> yang diperoleh maka semakin tinggi kecemasan sosial yang dialami oleh remaja dengan nilai $p = 0,000$; $r = 0,225$ nilai normal $p = 0,05$, $r = 1$. Ada hubungan antara <i>cyberbullying</i> dengan penarikan sosial pada remaja dengan nilai $p = 0,009$; $r = 0,161$ dengan nilai normal $p = 0,05$ dan $r = 1$ (Restu Yogi Fahlevi, 2020).
8.	Febriani Azmatun Azizah	2020	Pengaruh <i>Body Shaming</i> terhadap Kesehatan Mental Remaja di SMA N 11 Semarang.	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh body shaming terhadap kesehatan mental remaja dengan rancangan penelitian <i>Korelasional</i> dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> . Sampel dalam penelitian ini adalah pelajar laki-laki dan perempuan SMA Negeri 11 Semarang tahun ajaran 2019/2020 sebanyak 200 pelajar dengan teknik pengambilan sampel purposive sampling.	Didapatkan hasil uji statistik berdasarkan rank spearman untuk pengaruh body shaming terhadap kesehatan mental remaja didapatkan nilai p value sebesar 0,019 ($p<0,05$) yang berarti adanya pengaruh body shaming terhadap kesehatan mental remaja. Dapat disimpulkan dari penelitian ini bahwa body shaming memiliki pengaruh terhadap kesehatan mental pada remaja di SMA Negeri 11 Semarang (Azizah, 2020).
9.	Lufi Zufira	2021	Hubungan Kesepian dengan Perilaku <i>Cyberbullying</i> di Media Sosial pada Mahasiswa	Penelitian ini merupakan bentuk penelitian kuantitatif yang menggunakan teknik <i>Korelasional</i> yang bertujuan untuk mencari ada atau tidaknya hubungan antara kesepian (X) dengan perilaku <i>cyberbullying</i> (Y). Pengambilan	Berdasarkan hasil penelitian, maka kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara kesepian dengan perilaku <i>cyberbullying</i> di media sosial pada mahasiswa, artinya semakin tinggi kesepian yang dimiliki seorang

				sampel penelitian menggunakan teknik sample random sampling dengan jumlah sampel sebanyak 187 responden.	mahasiswa, maka semakin tinggi pula prilaku cyberbullying di media sosial pada mahasiswa yang dimilikinya. Begitupun sebaliknya semakin rendah kesepian yang dimiliki seorang siswa maka semakin rendah pula prilaku cyberbullying di media sosial pada mahasiswa (Zufira, 2021).
10.	Zahro Malihah Alfiasari	2018	Perilaku <i>Cyberbullying</i> pada Remaja dan Kaitannya dengan Kontrol diri dan Komunikasi Orang Tua	Metode penelitian kuantitatif <i>Korelasi</i> , menggunakan desain <i>cross sectional study</i> . Penelitian ini dilaksanakan di salah satu SMP di Kota Bogor. Contoh pada penelitian ini berjumlah 81 remaja yang dipilih dengan menggunakan <i>convenience sampling</i> .	Hasil penelitian menunjukkan rata-rata \pm SD indeks (0-100) untuk variabel komunikasi orang tua-remaja adalah 67,29 \pm 12,32; kontrol diri remaja adalah 58,96 \pm 9,93; dan perilaku cyberbullying remaja adalah 22,32 \pm 9,72. Hasil uji korelasi menunjukkan terdapat hubungan yang negatif signifikan antara komunikasi orang tua-remaja dan kontrol diri remaja dengan perilaku cyberbullying remaja Hasil penelitian ini menunjukkan adanya faktor keluarga dan individu yang berperan dalam menurunkan perilaku cyberbullying pada remaja siswa SMP (Zahro Malihah, 2018).
11.	Petrus Dosi Goran, Askardiya Mirza Gayatri, Fajar Kurniadi	2020	Pengaruh <i>Cyberbullying</i> terhadap Prestasi Belajar Siswa SMA PGRI 4 Cipayung	Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey dengan pendekatan <i>Korelasional</i> yaitu untuk mengetahui pengaruh antara variabel bebas yaitu (<i>Cyber Bullying</i>) terhadap variabel terikat (<i>Prestasi Belajar</i>). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA PGRI 4 Cipayung yang berjumlah 200 orang sampel ditemukan 67 orang.	Melalui perhitungan diperoleh rxy sebesar 0,376 yang berarti terdapat pengaruh yang rendah antara <i>Cyber Bullying</i> terhadap <i>Prestasi Belajar</i> . Analisis koefisien determinasi diperoleh 14,1% dan sisanya 85,9% dikontribusikan oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Pengaruh tersebut telah diuji menggunakan pengujian hipotesis statistik sehingga diperoleh hasil thitung 3,267 > tabel 1,99714. Ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara variabel x (<i>Cyber Bullying</i>) dan variabel y (<i>Prestasi Belajar</i>) (Goran, 2020).
12.	Fellianti Muzdalifah	2019	Pengaruh Keterlibatan Ayah terhadap <i>Cyberbullying</i> Remaja Pengguna Instagram	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan desain non eksperimental <i>korelasional</i> . Partisipan dalam penelitian ini adalah 58 remaja yang menjadi pelaku cyberbullying dan 98 remaja yang menjadi korban cyberbullying. Keterlibatan ayah diukur dengan menggunakan <i>Nurturant Fathering Scale</i> dan <i>Father Involvement Scale</i> (<i>Reported Father Involvement</i> dan <i>Desired Father Involvement</i>). Sementara, cyberbullying diukur dengan menggunakan <i>Revised Cyberbullying InventoryII</i> .	Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan ayah yang ditinjau dari domain afektif maupun dari domain perilaku tidak memberikan pengaruh terhadap cyberbullying pada remaja pengguna Instagram yang menjadi pelaku atau korban cyberbullying. Implikasi hasil penelitian ini bahwa terjadinya cyberbullying pada remaja pengguna Instagram bukan dipengaruhi oleh variabel keterlibatan ayah terhadap remaja, tetapi dapat dipengaruhi oleh variabel lainnya, baik yang bersifat dari dalam diri maupun dari luar diri remaja pengguna Instagram (Muzdalifah, 2019).
13.	M. Cairul Fakhri	2017	Pengaruh Hate Speech pada Media Sosial Instagram terhadap Perilaku <i>Cyberbullying</i> Mahasiswa Universitas Sumatra Utara	Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode <i>korelasional</i> . Populasi dalam penelitian ini berjumlah 13.280 orang dengan menggunakan rumus Taro Yamane sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 99 orang. Teknik penarikan sampel menggunakan <i>Propotional Stratified Random Sampling</i> , <i>Purposive Sampling</i> dan <i>Accidental Sampling</i> .	Dari hasil penelitian ini diperoleh r sebesar 0,381 yang menunjukkan Ho memiliki nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 maka Ho ditolak, menunjukkan bahwa hubungan rendah tapi pasti antara Pengaruh Hate Speech pada Media Sosial Instagram terhadap Perilaku <i>Cyber Bullying</i> Mahasiswa Universitas Sumatera Utara (Fakhri, 2018).
14.	Noorharsy	2021	Pengaruh	Penelitian ini menggunakan metode	Hasil penelitian pengaruh

	Taqillah		Cyberbullying terhadap Depresi pada Remaja di SMA Negeri 2 Lubuklinggau	kuantitatif <i>Korelasi</i> , dengan desain cross sectional (potong lintang) berupa kuisioner dampak cyberbullying terhadap depresi remaja. Penelitian ini menggunakan teknik sampling. Teknik sampling yang digunakan adalah random sampling, dengan teknik pengambilan sampel dari anggota populasi yang dilakukan secara acak.	cyberbullying terhadap depresi pada remaja menunjukkan korelasi Cyberbullying terhadap depresi pada remaja di SMA Negeri 2 Lubuklinggau. Hal tersebut berdasarkan dari perhitungan hasil pengujian korelasi diperoleh nilai correlation coefficient =0.463 dengan nilai P = 0.00<0.005, artinya Hasil pengujian secara statistik bahwa terdapat korelasi yang signifikan dari cyberbullying terhadap depresi pada remaja di SMA Negeri 2 Lubuklinggau dengan interpretasi sedang (Taqillah, 2020).
15.	Annisa Bella, Maris Pratama	2020	Hubungan Antara Empati dan Cyberbullying pada remaja di Jejaring Sosial	Metode analisis data menggunakan teknik uji <i>korelasi</i> Pearson product moment dengan bantuan SPSS 20 for windows. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 101 remaja di Sumatera yang berusia 13-24 tahun.	Hasil penelitian menunjukkan terdapat tidak hubungan antara empati dan cyberbullying pada remaja yang menggunakan jejaring social dengan diperoleh nilai sig. 0,103 (p < 0,05). Dari penelitian ini juga dapat disimpulkan bahwa remaja memiliki empati belum tentu tidak terlibat dalam perilaku cyberbullying (Anissa Bella, 2021).

Dari hasil telaah jurnal, 15 studi menggunakan design *Korelasi*. Studi yang termasuk artikel literatur review sebanyak 1 penelitian di Bogor yaitu di SMP, sebanyak 7 penelitian dilakukan di SMA dan SMK yaitu di Mempawah Hilir, Babat Supat, Surabaya,

Semarang, Cipayung dan Lubuk Linggau. 2 penelitian dilakukan di Universitas Negeri yaitu di Sumatera Utara dan Riau. 3 penelitian dilakukan di komunitas, serta terdapat 2 penelitian dilakukan di STIKes yaitu di Semarang dan Pekanbaru.

PEMBAHASAN

Bullying merupakan salah satu bentuk tindakan agresif dari seorang individu yang lebih berkuasa dapat berbentuk kekerasan fisik, verbal maupun sosial yang dilakukan dengan sengaja dan dalam periode tertentu (Agustanadea, 2019). Jenis – jenis dari bullying antara lain bullying fisik, bullying verbal, bullying relasional, dan cyber bullying. Menurut (Donegan, 2018), *cyberbullying* adalah perilaku kekerasan atau perundungan yang terjadi di dunia maya. Aktivitas tersebut dilakukan menggunakan media elektronik, seperti pesan instan, surat elektronik, *chat rooms*, *websites*, *game* online, situs jejaring sosial, atau pesan teks (Muzdalifah, 2019).

Body Shaming adalah bentuk menyakiti seseorang dengan menjelek - jelekkan atau memberikan komentar buruk mengenai bentuk tubuhnya (Hayuputri, 2018). Penampilan fisik seringkali dijadikan sebagai bahan ejekan terhadap individu didalam kelompoknya. Perilaku body shaming disebut juga dengan bullying verbal yang sering terjadi di kalangan masyarakat pada semua status sosial terutama pada remaja, melalui media sosial (*cyberbullying*). Tindakan ini akan berpengaruh terhadap kesehatan mental para korban dari body shaming, apalagi pada masa remaja yang masih memiliki kecenderungan labil.

Pesatnya perkembangan jejaring sosial sebagai alat komunikasi yang mudah digunakan oleh siapa saja dan dapat diakses dimana saja membuat fenomena besar terhadap arus informasi, tidak hanya itu pertumbuhan jejaring sosial membawa *trend* baru dalam masyarakat

sebagai ajang untuk melakukan tindakan penindasan secara *online* atau yang lebih dikenal dengan sebutan *cyberbullying*. *Cyberbullying* yang merupakan bentuk hal-hal negatif yang menyertai penggunaan teknologi informasi. *Cyberbullying* atau kekerasan dunia maya ternyata lebih menyakitkan jika dibandingkan dengan kekerasan secara fisik. Korban *cyberbullying* sering kali depresi, merasa terisolasi, dan tidak berdaya ketika diserang. Adanya citra tubuh memungkinkan seseorang untuk membandingkan keadaan dirinya dengan orang lain dan menimbulkan rasa malu terhadap tubuh, yang sering disebut dengan istilah *body shame* (Rahayu, 2019).

Hasil *Review* dari 15 jurnal diatas ditemukan bahwa penggunaan internet memiliki dampak positif dan negatif, Salah satu dampak negatif penggunaan internet adalah *cyberbullying*, *body shaming*. *Bullying* merupakan Bentuk perilaku kekerasan yang terjadi karena pemaksaan secara psikologis ataupun fisik terhadap seseorang atau sekelompok orang yang lebih lemah oleh seseorang atau sekelompok orang yang mempersepsikan dirinya memiliki kekuasaan untuk melakukan apa saja terhadap korbannya (Goran, 2020). *Body shaming* menjadi stressor bagi korban dan menstimulus pembentukan mekanisme koping negatif bagi remaja (Khoir, 2021).

Upaya dalam mengatasi dampak *cyberbullying* adalah dengan mengembangkan sikap saling menghormati, menciptakan komunitas — komunitas anti *cyberbullying*, dan menyediakan sarana konseling atau pendukung untuk korban — korban *cyberbullying*.

Keluarga juga harus mendorong remaja untuk menceritakan tentang tindakan *cyberbullying* yang dialami. Keluarga, khususnya orang tua, harus bisa menjadi tempat yang aman dimana remaja dapat menceritakan masalah apapun (Chindy Maria Orizani, 2020). Sedangkan untuk mengatasi *body shaming* dapat dilakukan, yakni dengan cara mengubah gaya hidup, membuktikan kualitas diri, berusaha menerima kelebihan dan kekurangan diri, berpikir positif, dan menjauhi orang-orang yang sering melakukan *body shaming* (Sakinah, 2018).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil telaah 15 jurnal tentang Hubungan *Cyberbullying Body Shaming* terhadap Mental Remaja, didapatkan hasil bahwa *Cyberbullying* atau perundungan bentuk tubuh (*Body Shaming*) ini sangat berhubungan dengan mental remaja yaitu terjadi depresi. Pengaruh lainnya juga terjadi pada harga diri remaja, citra diri remaja, dan interaksi sosial pada remaja. Bahkan terjadi kecemasan sosial dan penarikan sosial pada remaja yang mengalami *Cyberbullying Body shaming*.

SARAN

Penegakkan kasus bullying atau *body shaming* juga

perlu dilakukan oleh pihak yang berwenang untuk memberikan efek jera sesuai aturan perundang - undangan yang berlaku di Indonesia. Untuk remaja dan mahasiswa dapat menggunakan media sosial yang dimilikinya secara bijak dan memperhatikan sopan santun dalam melakukan komunikasi melalui media sosial, sehingga menjaga dari kejadian *Cyberbullying Body Shaming*.

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan lebih Mengembangkan penelitian melalui dengan menelaah lebih banyak Jurnal lagi dan intervensi terhadap pencegahan *Cyberbullying* dan penanganan terhadap masalah yang diakibatkan oleh kejadian *Cyberbullying Body Shaming*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada rekan 1 kelompok pembuatan literatur review ini, dimana tugas ini tidak akan tersusun tanpa semangat, bantuan dan kerja sama rekan-rekan sekalian. Dan terimakasih kepada dosen kami Maulidiyah Junnatul Azizah Heru, S.Kep.,Ns.,M.Kep atas bimbingan dan arahan selama pembuatan tugas Stase Keperawatan Jiwa, khususnya dalam pembuatan literatur review ini, dimana arahan serta bimbingan Beliau sangat bermanfaat bagi kami.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustanadea, C. C. (2019). Hubungan antara Tingkat Stress dan Kecerdasan Emosi Dengan Perilaku Bullying pada Remaja di Kota Pontianak. *Tanjungpura Journal of Nursing Practice and Education*, 1(1), 1–13.
- Anissa Bella, M. P. (2021). Hubungan Antara Empati Dan Cyberbullying Pada Remaja Di Jejaring Sosial. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, Vol 8 No 2 Tahun 2021 , 221-228 .
- Aryani Farida, M. I. (2018). Effect of Assertive Training on Cyberbullying Behavior for Student. *KONSELOR*, 7(2): 40.
- Azizah, F. A. (2020). Pengaruh *Body Shaming* Terhadap Kesehatan Mental Remaja Di SMA Negeri 11 Semarang. Semarang: Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang .
- Chindy Maria Orizani, M. G. (2020). *Cyberbullying Dan Interaksi Sosial Pada Remaja Kelas XI SMA Di Surabaya*. *Adi Husada Nursing Journal*, 6(1): 19.
- Donegan. (2018). *Bullying and Cyberbullying : History, statistic, law, prevention and analysis*. *The Elon Journal of Undergraduate Research in Communication*, 3(1): 33-42.
- Fakhri, M. C. (2018). Pengaruh Hate Speech pada Media Sosial Instagram terhadap Perilaku Cyber Bullying Mahasiswa Univesitas Sumatera Utara. Medan: Departemen Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sumatera Utara.
- Febrianti. (2020). Hubungan Perilaku *Body Shaming* terhadap Harga Diri pada Remaja di SMAN 1 Babat Supat . *Indralaya: Rogram Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya*.
- Geofani, D. (2019). Pengaruh *Cyberbullying Body Shaming* Pada Media Sosial Instagram Terhadap Kepercayaan Diri Wanita Karir di Pekanbaru. *Jom Fisip*, 6: 2-6.
- Goran, P. D. (2020). Pengaruh *Cyberbullying* terhadap Prestasi Belajar Siswa SMA PGRI 4 Cipayung. *Jurnal Pendidikan Dompét Dhuafa*, 10(2): 37-42.
- Hayuputri, M. F. (2018). Stop *Body Shaming!* Indonesia Baik.Id . <http://indonesiabaik.id/infografis/stopbody-shaming>, 4(20), 4–6.

- Khoir, F. T. (2021). *Body Shaming dengan Harga Diri dan Mekanisme Koping Remaja*. *Journal Keperawatan dan Kesehatan*, 12(1): 13-23.
- Khusnul Aini, R. A. (2018). *Dampak Cyberbullying terhadap Depresi pada Mahasiswa Prodi Ners*. *Jurnal Keperawatan*, Volume 6 No. 2, 91-97.
- Laili, E. S. (2020). *Pengaruh Body Shaming Terhadap Self Blaming Padaremaja Di Karang Taruna Perumnas Ngembat Asrigemolong*. Surakarta: Program Studi Bimbingan Konseling Islam fakultas Ushuluddin Dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Surakarta.
- Muzdalifah, F. T. (2019). *Pengaruh Keterlibatan Ayah Terhadap Cyberbullying Remaja Pengguna Instagram*. *Journal Psikogenesis*, 7(1): 1-12.
- Rahayu, F. (2019). *Cyberbullying Sebagai Dampak Negatif Penggunaan Teknologi Informasi*. Yogyakarta: Universitas Atma Jaya.
- Rahmad Hidayat, E. M. (2019). *Hubungan Perilaku Body Shaming dengan Citra Diri Mahasiswa*. *Journal Keperawatan Jiwa*, Volume 7 No. 1, 79-86.
- Ratu Nadya W, R. L. (2020). "Penggunaan Media Sosial Sehat Untuk Mencegah Gangguan Mental Menjadi Penyakit Dengan Angka Menyepelkan Penting Dalam Beberapa Dekade Hanya Bebas Dari Penyakit Fisik , Sebuah Studi Dari The Global Burden of Disease yang dilakukan oleh IMHE (The Institute. Ikhrat Abdimas, 3(3): 97-189.
- Restu Yogi Fahlevi, A. Y. (2020). *Hubungan Cyberbullying dengan Kecemasan Sosial dan Penarikan Sosial pada Remaja*. *Fundamental And Management Nursing Journal*, Vol. 3, No. 2, Oktober 2020.
- Sakinah. (2018). "Ini Bukan Lelucon: Body Shaming, Citra Tubuh, Dampak Dan Cara Mengatasinya". *Jurnal Emik* , 1: 53—67.
- Taqillah, o. (2020). *Pengaruh Cyberbullying Terhadap Depresi Pada Remaja Di Sman 2 Lubuklinggau*. Palembang: Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
- Zahro Malihah, A. (2018). *Perilaku Cyberbullying pada Remaja dan Kaitannya dengan Kontrol Diri dan Komunikasi Orang Tua*. *Jur. Ilm. Kel. & Kons.* , 145-156.
- Zufira, L. (2021). *Hubungan Kesepian dengan Perilaku Cyberbullying di Media Sosial pada Mahasiswa*. Pekanbaru: Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau.