



Artikel Penelitian

## HUBUNGAN *BODY SHAMING* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA MAHASISWA FK UISU YANG MENGALAMI OBESITAS

### *BODY SHAMING RELATIONSHIP WITH CONFIDENCE IN FACULTY OF MEDICINE UISU WHO HAVE OBESITY*

Sadewa Shandika Mukti,<sup>a</sup> Ira Aini Dania<sup>b</sup><sup>a</sup>Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara, Jl. STM No. 77, Medan, Indonesia<sup>b</sup>Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara, Jl. STM No. 77, Medan, Indonesia

#### Histori Artikel

Diterima:  
7 Oktober 2021Revisi:  
16 Januari 2022Terbit:  
1 Juni 2022

#### ABSTRAK

Kondisi fisik individu seperti tubuh gemuk, kurus serta cacat dapat mempengaruhi terhadap kualitas kepercayaan diri seseorang yang dikarenakan adanya perasaan malu terhadap diri sendiri sehingga menimbulkan penilaian buruk yang dilakukan oleh orang sekitarnya yang berdampak perasaan rendah diri. Berdasarkan survei awal yang dilakukan pada 471 mahasiswa FK UISU, terdapat 30 mahasiswa dengan obesitas dan *overweight* sering mengalami *body shaming* sehingga menyebabkan kepercayaan diri berkurang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *body shaming* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa FK UISU yang mengalami obesitas. Penelitian ini dilakukan menggunakan metode analitik, desain *cross sectional*, dengan jumlah sampel 30 orang dengan metode *Purposive Sampling* dan uji analisa *Chi Square*, instrument penelitian menggunakan kuesioner *body shaming*. Responden yang mengalami obesitas pada angkatan 2017 sebanyak 1 orang (3,3%), pada angkatan 2018 sebanyak 12 orang (40,0%), pada angkatan 2019 sebanyak 5 orang (16,7%) dan pada angkatan 2020 yaitu sebanyak 12 orang (40,0%). Hasil uji *Chi Square* diperoleh nilai  $p = 0,005$  ( $p < 0,005$ ). Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan *body shaming* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa FK UISU yang mengalami obesitas. Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa adanya hubungan *body shaming* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa FK UISU yang mengalami obesitas.

#### Kata Kunci

*Body Shaming*,  
Kepercayaan Diri,  
Obesitas

#### Korespondensi

Telp. 081275757223

Email:  
dewabarca17@gmail.com

#### ABSTRACT

*The physical condition of individuals such as fat, thin and disabled bodies can affect the quality of a person's confidence due to feeling embarrassed about themselves, causing bad judgment made by people around him that impact feelings of inferiority. Based on the initial survey conducted on 471 students of FK UISU, there are 30 students with obesity and overweight often experience body shaming that causes reduced confidence. This study aims to find out the relationship of body shaming with confidence in FK UISU students who are obese. The study was conducted using analytical methods, cross sectional design, with a sample number of 30 people with the Purposive Sampling method and chi square analysis test, research instruments using body shaming questionnaires. Respondents who were obese in the class of 2017 as many as 1 person (3.3%), in the class of 2018 as many as 12 people (40.0%), in the 2019 class as many as 5 people (16.7%) and in the class of 2020 which is as many as 12 people (40.0%). Chi Square test result obtained value  $p = 0.005$  ( $p < 0.005$ ). This shows that there is a relationship of body shaming with self-confidence in FK UISU students who are obese. Thus it can be concluded that there is a relationship of body shaming with confidence in students of FK UISU who are obese.*

## PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) berpendapat bahwa peningkatan obesitas anak khususnya remaja hampir sama dijumpai pada orang dewasa. Penelitian yang dilakukan oleh Health and Nutrition Examination Survey (NHANES) pada tahun 2007-2008 memperkirakan 16%-17% menderita obesitas. Obesitas pada orang dewasa yang berusia 18-20 tahun sebesar 2,5% dan pada usia 20-23 tahun sebesar 1,4% pada Provinsi Sulawesi Utara sehingga menduduki urutan ke-5 dari 33 Provinsi.<sup>1</sup>

Obesitas biasanya terjadi pada usia dewasa tertentu akibat kebiasaan makan yang kurang baik dan kurang melakukan aktivitas fisik. Akibatnya akan terjadi akumulasi lemak di daerah subkutan dan jaringan lainnya. Prevalensi obesitas di Sumatera Utara pada tahun 2007 yaitu sebanyak 20,9%, pada usia 15 tahun ke atas. Namun pada tahun 2010 Prevalensi obesitas menunjukkan angka sebesar 25,4%, berarti terjadi peningkatan obesitas di Sumatera Utara yaitu sebesar 4,5%. Bila dipaparkan sebesar 48,97% terjadi pada pria dan 40,65 % terjadi pada wanita. Prevalensi overweight dan obesitas di kota Medan sebesar 24,6%. Masalah overweight dan obesitas lebih banyak pada responden yang tinggal di daerah kota daripada pedesaan. Kondisi fisik individu seperti tubuh gemuk, kurus serta cacat dapat mempengaruhi terhadap kualitas kepercayaan diri atau self confidence seseorang dikarenakan adanya perasaan malu terhadap diri sendiri sehingga menimbulkan penilaian buruk yang dilakukan oleh orang sekitarnya yang berdampak perasaan rendah diri.<sup>2</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Rupang, Opod dan Sinalungan menyebutkan bahwa faktor yang dapat berpengaruh terhadap kepercayaan diri salah satunya adalah body shaming. Berdasarkan survey awal yang peneliti lakukan terhadap 471 mahasiswa UISU dengan melakukan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan menemukan 20,1% (30 orang) mahasiswa menderita overweight dan obesitas ( $IMT \geq 25$ ) sehingga sering mengalami body shaming dimana akan menyebabkan rasa kepercayaannya diri berkurang, maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang “Hubungan Body Shaming dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa FK UISU yang mengalami Obesitas.”<sup>3</sup>

## METODE

Penelitian ini bersifat analitik dengan desain *cross sectional*. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa dan mahasiswi tahun ajaran 2020/2021 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara dengan jumlah 471 orang. Sampel pada penelitian ini berdasarkan teknik *purposive sampling*, dimana sampel diambil dari kriteria inklusi dan eksklusi dengan jumlah 30 orang.

Kriteria inklusi penelitian ini adalah mahasiswa dan mahasiswi FK UISU angkatan 2017, 2018, 2019 dan 2020 Tahun Ajaran 2020/2021, mahasiswa dan mahasiswi FK UISU yang mengalami obesitas, mahasiswa dan mahasiswi FK UISU yang bersedia berpartisipasi menjadi responden penelitian. Kriteria eksklusi penelitian ini adalah mahasiswa dan mahasiswi FK UISU angkatan

2017, 2018, 2019 dan 2020 Tahun Ajaran 2020/2021 yang sedang dalam masa medis umum, mahasiswa dan mahasiswi FK UISU yang berat badannya ideal, mahasiswa dan mahasiswi tidak bersedia berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian.

Jenis data yang digunakan dalam penelitian adalah data primer. Prosedur pengambilan data dalam penelitian ini adalah peneliti mengukur berat badan dan tinggi badan pada masing-masing responden dengan menggunakan timbangan injak berat badan dan meteran tinggi badan, tanpa menggunakan sepatu, peneliti membagikan lembar pernyataan persetujuan (*informed consent*) beserta identitas dari responden. Analisis data dilakukan dengan analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji *Chi Square*.

Penelitian ini dilakukan setelah mendapatkan kelayakan etik dari Komite Etik Penelitian Fakultas Kedokteran UISU (KEPK FK UISU).

## HASIL

Dari tabel 1 didapatkan responden yang mengalami obesitas pada angkatan 2017 yaitu sebanyak 1 orang (3,3%), pada angkatan 2018 yaitu sebanyak 12 orang (40,0%), pada angkatan 2019 yaitu sebanyak 5 orang (16,7%) dan pada angkatan 2020 yaitu sebanyak 12 orang (40,0%). Pada tabel 1 dapat dilihat obesitas terbanyak pada tingkat obesitas I yaitu terdapat 15 orang (50,0%), pada tingkat obesitas II terdapat 6 orang (20,0%), dan pada tingkat sangat obesitas terdapat 9 orang (30,0%). Terdapat 22 orang (73,3%) yang memiliki kepercayaan diri rendah dan terdapat

8 orang (26,7%) yang memiliki kepercayaan diri tinggi. Terdapat 12 orang (40,0%) yang selalu mengalami *body shaming*. Terdapat 16 orang (53,3%) yang jarang mengalami *body shaming*. Dan hanya 2 orang (6,7%) yang tidak pernah mengalami *body shaming* seperti terlihat pada tabel 1.

**Tabel 1. Distribusi Responden Mahasiswa FK UISU Berdasarkan Angkatan, Tingkat Obesitas, Kepercayaan Diri dan *Body Shaming***

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
<b>Angkatan</b>		
2017	1	3,3%
2018	12	40,0%
2019	5	16,7%
2020	12	40,0%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>
<b>Obesitas</b>		
Obesitas I	15	50,0%
Obesitas II	6	20,0%
Sangat Obesitas	9	30,0%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>
<b>Kepercayaan Diri</b>		
Rendah	22	73,3%
Tinggi	8	26,7%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>
<b>Body Shaming</b>		
Selalu	12	40,0%
Jarang	16	53,3%
Tidak Pernah	2	6,7%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan hasil uji *Chi Square* pada tabel 2 didapati *p value* = 0,005 ( $p \leq 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa adanya hubungan *body shaming* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa FK UISU yang mengalami obesitas.

**Tabel 2. Hubungan *Body Shaming* dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa FK UISU**

<i>Body Shaming</i>	Kepercayaan Diri				<i>p value</i>
	Rendah		Tinggi		
	n	%	n	%	
Selalu	8	26,6	4	13,3	0,005
Jarang	13	43,3	3	10,0	
Tidak Pernah	1	3,3	1	3,3	
<b>Total</b>	<b>22</b>	<b>72,6</b>	<b>8</b>	<b>26,6</b>	

## **DISKUSI**

Hasil penelitian ini bertentangan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dianita (2016) di Manado, bahwa pada penelitian tersebut dijumpai obesitas I sebanyak 20 (32,0%) orang sedangkan obesitas II sebanyak 42 (68,0%) orang. Sementara hasil penelitian ini yang dilakukan pada mahasiswa FK UISU 2018 dan 2020 dijumpai tingkat obesitas I sebanyak 15 Orang (50%) disebabkan obesitas terjadi karena peningkatan berat badan melebihi batas kebutuhan fisik sebagai akibat akumulasi lemak berlebihan dalam tubuh.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2016) di Tidore, dimana didapatkan dalam penelitian tersebut tingkat obesitas yaitu sebanyak 25 responden mengalami obesitas I dan 10 responden mengalami obesitas II.<sup>4</sup>Lima penelitian sebelumnya yang terangkum dalam jurnal yang dipublikasikan oleh Griffith (2010) menunjukkan bahwa setelah melakukan program penurunan berat badan selama 4 sampai 6 minggu meningkatkan hubungan sosial dari individu tersebut sehingga rasa percaya diri meningkat.<sup>5</sup>Penelitian mengenai hubungan antara penurunan berat badan atau penurunan IMT dengan tingkat kepercayaan diri, yang dilakukan oleh Nowicka dan Brehm (2018) menunjukkan hubungan yang signifikan antara obesitas dan tingkat kepercayaan diri. Dengan kata lain perubahan pada IMT dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang.<sup>6</sup>

Berdasarkan hasil uji *chi square* diperoleh nilai  $p = 0,005$  ( $p\text{-value} < 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan *body*

*shaming* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa FK UISU yang mengalami obesitas. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Febrianti dan Hartana (2014) yang menyatakan bahwa adanya pengaruh *body shaming* pada mahasiswa UI sebanyak 77%. Begitu juga hasil penelitian Sary (2016) yang menyatakan bahwa pengaruh positif terhadap kepercayaan diri penuh berasal dari siswi yang memiliki *body shaming* positif sebanyak 24 (77,4%). Kemudian hasil penelitian Fakhry (2018) yang menyatakan bahwa adanya hubungan rendah tapi pasti antara pengaruh *hate speech* pada media sosial Instagram terhadap perilaku *body shaming* mahasiswa Universitas Sumatera Utara. Lalu hasil penelitian Nurjanah (2014) menyatakan bahwa ada pengaruh media sosial menggunakan facebook terhadap perilaku *body shaming* sebanyak 2,3%. Pada orang dewasa yang mengalami obesitas yang dijauhi oleh teman-temannya memiliki kecenderungan untuk mengalami kepercayaan diri yang rendah dan rasa putus asa yang besar.<sup>7</sup>Perasaan merasa dirinya berbeda atau dibedakan dari kelompoknya akan membuat individu dengan obesitas rentan terhadap berbagai masalah psikologik (Alsa, 2010).<sup>8</sup>

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, mengenai tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa FK UISU yang mengalami obesitas tergolong rendah. Tingkatan obesitas pada mahasiswa FK UISU adalah tingkat obesitas I. Terdapat hubungan *body shaming* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa FK UISU yang mengalami obesitas.

## REFERENSI

1. World Health Organization. preventing and managing the global epidemic. *WHO Obes Tech Rep Ser 894*. Published online 2017.
2. RI KK. Riset Kesehatan Dasar. Published online 2010.
3. Doleza, I. L. The Body and Shame, Phenomology, Feminism, and The Socially Shame Body. In: *Lexington Book.* ; 2015.
4. Griffith, L J. Self-esteem and Quality of Life in Obese Children and Adolescence. *International Journal of Pediatric Obesity*. Published online 2010.
5. Lisy C. Body Shame .dan Gangguan Makan Kajian Metaanalisis. *Yogyakarta J Ilm Bul*. Published online 2018.
6. Nurjannah S. Pengaruh Penggunaan Media Facebook terhadap Perilaku Cyberbullying pada Siswa SMAN 2 Pekanbaru. *E J UNRI*. Published online 2014.
7. Alsa A. Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Cacat Fisik.. *Semarang J Psikologi*. Published online 2006.