

**PENGARUH *BODY SHAMING* DAN RESILIENSI TERHADAP
KUALITAS HIDUP PADA REMAJA *OVERWEIGHT***

***THE INFLUENCE OF BODY SHAMING AND RESILIENCE ON
THE QUALITY OF LIFE AMONG OVERWEIGHT
ADOLESCENTS***



TESIS

Program Studi Magister Keperawatan

Iin Utami Yasrianti Lamukara

22020124410013

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG**

2026

**PENGARUH *BODY SHAMING* DAN RESILIENSI TERHADAP
KUALITAS HIDUP PADA REMAJA *OVERWEIGHT***

***THE INFLUENCE OF BODY SHAMING AND RESILIENCE ON
THE QUALITY OF LIFE AMONG OVERWEIGHT
ADOLESCENTS***



TESIS

Untuk memenuhi sebagian persyaratan

Mata Kuliah Pengembangan Tesis

Program Studi Magister Keperawatan

Iin Utami Yasrianti Lamukara

22020124410013

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG**

2026

TESIS

**PENGARUH *BODY SHAMING* DAN RESILIENSI TERHADAP
KUALITAS HIDUP PADA REMAJA *OVERWEIGHT***

***THE INFLUENCE OF BODY SHAMING AND RESILIENCE ON THE
QUALITY OF LIFE AMONG OVERWEIGHT ADOLESCENTS***

Disusun oleh

Iin Utami Yasrianti Lamukara

22020124410013

Telah memenuhi syarat untuk dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal 23 Januari 2026
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Menyetujui

Pembimbing I



Nur Setiawati Dewi, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom., Ph.D.
NIP. 19761230 200112 2 002

Pembimbing II



Dr. Rita Hadi Widyastuti, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom.
NIP. 19791018 200312 2 001

Penguji I



Megah Andriany, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom., Ph.D.
NIP. 19790507 200212 2 001

Penguji II



Ns. Sri Padma Sari, S.Kep., MNS., Ph.D.
NIP. 19840506 200812 2 003

Mengetahui,
Ketua Departemen Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat
NIP. 19770830 200112 2 001

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Dengan ini, saya menyatakan bahwa tesis ini adalah hasil karya saya sendiri, Iin Utami Yasrianti Lamukara NIM 22020124410013. Saya dengan sungguh-sungguh menyatakan bahwa penelitian saya yang berjudul “Pengaruh *Body shaming* dan Resiliensi Terhadap Kualitas Hidup Pada Remaja *Overweight*” bebas dari plagiarisme dan memenuhi persyaratan seminar tesis dengan nilai *similarity index* <20%, serta bukan merupakan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah ini mengandung unsur plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku. Demikian pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran tanpa adanya unsur paksaan dari pihak mana pun.

Semarang, 23 Januari 2026



Iin Utami Yasrianti Lamukara

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	iv
PRAKATA.....	v
PERSANTUNAN	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1. Latar Belakang	1
2. Rumusan Masalah	5
3. Tujuan Penelitian.....	5
4. Manfaat Penelitian	6
5. State Of The Art	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
1. <i>Body shaming</i> Pada Remaja Awal	9
1.1 Remaja Awal	9
1.2 Defenisi <i>Body shaming</i>	12
1.3 <i>Bullying</i> Disekolah Pada Remaja Awal	13
1.4 Faktor Penyebab <i>Body shaming</i> Pada Remaja Awal	14
1.5 Dampak <i>Body shaming</i> Pada Remaja Awal	16
2. Resiliensi	20
2.1 Defenisi Resiliensi	20
2.2 Aspek Resiliensi Pada Remaja Awal	21
2.3 Faktor-faktor Resiliensi Pada Remaja Awal	24
3. Kualitas Hidup Pada Remaja Awal	27
3.1 Defenisi Kualitas Hidup	27
3.2 Aspek Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pada Remaja Awal	28
3.3 Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pada Remaja Awal	32

4.	Teori Ecological Resiliensi Model	35
4.1	Penurunan Kerangka Teori Dalam Penelitian	35
5.	Kerangka Konsep	36
6.	Hipotesis.....	36
BAB III METODE PENELITIAN		38
1.	Desain Penelitian.....	38
2.	Populasi Dan Sampel Penelitian	38
3.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	40
4.	Variabel Penelitian	40
5.	Defenisi Operasional	41
6.	Instrumen Penelitian.....	42
7.	Uji Validitas Dan Reliabilitas	44
8.	Proses Pengumpulan Data.....	45
9.	Teknik Analisis Data	47
10.	Etika Penelitian	50
BAB IV HASIL PENELITIAN		52
1.	Analisis Univariat.....	52
2.	Analisis Bivariat.....	54
3.	Analisis Multivariat.....	55
BAB V PEMBAHASAN		58
1.	Hubungan <i>Body Shaming</i> dan Kualitas Hidup Pada Remaja <i>Overweight</i>	58
2.	Hubungan Resiliensi dan Kualitas Hidup Pada Remaja <i>Oveweight</i>	60
3.	Pengaruh <i>Body Shaming</i> dan Resiliensi Terhadap Kualitas Hidup Pada Remaja <i>Overweight</i>	63
4.	Keterbatasan Penelitian	65
5.	Implikasi Penelitian.....	66
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....		67
1.	Kesimpulan	67
2.	Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

No	Judul Tabel	Halaman
1.1	Keaslian Penelitian	8
3.1	Defenisi Operasional dan Skala Pengukuran	41
3.2	Tabel Kuesioner PBSS-R	42
3.3	Tabel Kuesioner ARS	43
3.4	Tabel Kuesioner YQOL-W	44
3.5	Tabel Analisis Univariat	47
3.6	Tabel Analisis Bivariat	49
3.7	Tabel Analisis Multivariat	50
3.8	Distribusi Analisis Frekuensi Karakteristik Responden	52
3.9	Distribusi Analisis Frekuensi Variabel <i>Body Shaming</i>	53
4.0	Distribusi Analisis Frekuensi Variabel Resiliensi	53
4.1	Distribusi Analisis Frekuensi Variabel Kualitas Hidup	54
4.2	Uji Bivariat Variabel <i>Body Shaming</i> dan Resiliensi dengan Kualitas Hidup Remaja <i>Overweight</i>	54
4.3	Hasil Seleksi Analisis Bivariat Variabel Kadidat Multivariat dengan Kualitas Hidup	55
4.4	Analisis Hasil Uji Regresi Logistik Berganda	56
4.5	Koefisien Determinasi	57

DAFTAR GAMBAR

No	Judul Gambar	Halaman
2.1	<i>The ecological resilience model</i>	35
2.2	Kerangka Teori	36
2.3	Kerangka Konsep Penelitian	37

Abstrak

Latar Belakang: Remaja *overweight* berisiko mengalami *body shaming* yang berdampak pada kesejahteraan psikologis dan kualitas hidup. Resiliensi dipandang sebagai faktor protektif yang dapat mengurangi dampak negatif tersebut. **Tujuan:** Menganalisis hubungan *body shaming* dan resiliensi terhadap kualitas hidup remaja *overweight* serta mengidentifikasi variabel yang paling berpengaruh. **Metode:** Penelitian menggunakan desain *cross-sectional* pada 144 remaja *overweight* usia 12-15 tahun dari dua SMP di Kota Semarang. Instrumen termasuk PBSS-R untuk *body shaming*, ARS untuk resiliensi, dan YQOL-W untuk kualitas hidup. Analisis menggunakan regresi logistik berganda. **Hasil:** Mayoritas remaja mengalami *body shaming* tinggi (93,1%), resiliensi rendah (95,1%), dan kualitas hidup rendah (95,1%). *Body shaming* dan Resiliensi berhubungan positif dan signifikan terhadap kualitas hidup ($p < 0,001$). Dalam analisis multivariat, resiliensi merupakan variabel yang berpengaruh signifikan terhadap kualitas hidup, sementara *body shaming* tidak lagi berpengaruh signifikan. **Kesimpulan:** Resiliensi berperan sebagai faktor protektif penting dalam mempertahankan kualitas hidup remaja *overweight* meskipun menghadapi *body shaming*.

Kata kunci: *body shaming*; resiliensi; kualitas hidup; remaja; *overweight*

Abstract

Background: Overweight adolescents are at increased risk of experiencing body shaming, which can negatively affect psychological well-being and overall quality of life. Resilience is considered a protective factor that may mitigate these adverse effects.

Objective: This study aimed to examine the relationship between body shaming and resilience with quality of life among overweight adolescents and to identify the most influential variable.

Methods: A cross-sectional study was conducted involving 144 overweight adolescents aged 12–15 years from two junior high schools in Semarang City, Indonesia. Body shaming was measured using the Perceived Body Shaming Scale–Revised (PBSS-R), resilience using the Adolescent Resilience Scale (ARS), and quality of life using the Youth Quality of Life–Weight (YQOL-W) instrument. Data were analyzed using multiple logistic regression.

Results: Most adolescents reported high levels of body shaming (93.1%), low resilience (95.1%), and low quality of life (95.1%). Both body shaming and resilience were significantly associated with quality of life ($p < 0.001$). In multivariate analysis, resilience remained a significant predictor of quality of life, whereas body shaming was no longer statistically significant.

Conclusion: Resilience plays an important protective role in maintaining the quality of life of overweight adolescents despite exposure to body shaming.

Keywords: *body shaming*; resilience; quality of life; adolescents; *overweight*