



## Hubungan *Body Shaming* dan *Toxic Friendship* dengan Interaksi Sosial pada Mahasiswa Keperawatan di Universitas Indonesia Maju

Derelah Putri Pratiwi<sup>1\*</sup>, Indri Sarwili<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan,  
Universitas Indonesia Maju, Indonesia

\*Penulis Korespondensi: [derelahputripratiwi@gmail.com](mailto:derelahputripratiwi@gmail.com)

**Abstract.** Positive social interaction among nursing students can be disrupted by Toxic Friendship and Body Shaming, which affect empathy, communication, and the quality of nursing care in the future. This study aims to analyze the correlation between Body Shaming and Toxic Friendship with social interaction among Nursing Students at Universitas Indonesia Maju in 2025. The research method used was quantitative with a descriptive correlational design and a cross-sectional approach. A cluster sampling technique was applied, involving 82 respondents. Data were collected using social interaction, Body Shaming, and Toxic Friendship questionnaires measured with a 5-point Likert scale. Data analysis was performed using Pearson correlation. The results showed that: (1) the majority of respondents had a moderate level of Body Shaming, with 60 students or 73.2%; (2) the majority of respondents had a high level of Toxic Friendship, with 52 students or 63.4%; (3) there was a significant relationship between Body Shaming and social interaction among Nursing Students at Universitas Indonesia Maju with a  $p$ -value of  $0.00 < 0.05$ ; and (4) there was a significant relationship between Toxic Friendship and social interaction among Nursing Students at Universitas Indonesia Maju with a  $p$ -value of  $0.00 < 0.05$ . The conclusion is that there is a relationship between Body Shaming and Toxic Friendship with social interaction. The study suggests socializing the impacts of Body Shaming and Toxic Friendship.

**Keywords:** Body Shaming; Mental Health Nursing; Nursing Student; Social Interaction; Toxic Friendship.

**Abstrak.** Interaksi sosial positif mahasiswa keperawatan dapat terganggu oleh *Toxic Friendship* dan *Body Shaming*, yang berdampak pada empati, komunikasi, serta kualitas layanan keperawatan di masa depan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis korelasi antara *Body Shaming* dan *Toxic Friendship* dengan interaksi sosial pada Mahasiswa Keperawatan di Universitas Indonesia Maju tahun 2025. Metode Penelitian ini merupakan kuantitatif dengan jenis Deskriptif Korelasi dengan metode *Cross-Sectional*. Menggunakan teknik cluster sampling berjumlah 82 responden. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan instrumen kuesioner interaksi sosial, *Body Shaming*, dan *Toxic Friendship* yang mengukur dengan skala likert 5 poin. Data dianalisis dengan teknik korelasi uji pearson. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) mayoritas responden penelitian memiliki kategori *Body Shaming* sedang yakni sebanyak 60 mahasiswa atau 73,2%; (2) mayoritas reponden penelitian memiliki kategori *Toxic Friendship* tinggi yakni sebanyak 52 mahasiswa atau 63,4%; (4) terdapat hubungan antara *Body Shaming* dengan Interaksi Sosial pada Mahasiswa Keperawatan di Universitas Indonesia Maju dengan  $p$ -value yakni  $0,00 < 0,05$ ; dan (5) Terdapat hubungan antara *Toxic Friendship* dengan Interaksi Sosial pada Mahasiswa Keperawatan di Universitas Indonesia Maju dengan  $p$ -value yakni  $0,00 < 0,05$ . Kesimpulan bahwa ada hubungan antara *Body Shaming* dan *Toxic Friendship* dengan interaksi sosial.

**Kata kunci:** *Body Shaming*; Interaksi Sosial; Keperawatan Jiwa; Mahasiswa Keperawatan; *Toxic Friendship*.

### 1. LATAR BELAKANG

Manusia sebagai makhluk sosial selalu berinteraksi dengan tujuan tertentu, berlangsung seumur hidup, membentuk pola hubungan dan komunikasi dengan orang lain (Khoirunisa, 2024; Siswojo, Oroh, & Pondaag, 2022). Interaksi sosial yang terganggu termasuk ke dalam ranah asuhan keperawatan jiwa. Menurut (SDKI, 2019), definisi dari gangguan interaksi ialah kondisi menurunnya kualitas dan kuantitas hubungan interpersonal akibat interaksi yang kurang atau berlebihan. Gangguan interaksi sosial muncul dalam kelompok, dipengaruhi faktor sosial seperti kelas, gender, dan etnisitas. Ketidaksejahteraan terjadi saat interaksi terganggu,

contohnya *toxic friendship* yang kini marak, memengaruhi kesehatan, kesejahteraan, dan kualitas hubungan individu dalam kehidupan sehari-hari (Hastari et al., 2023; WHO, 2023).

*Toxic friendship* terjadi saat teman justru menyakiti melalui ejekan atau mempermalukan penampilan. Hubungan ini merugikan kesehatan mental dan sosial, membuat individu merasa tidak dihargai, meski persahabatan seharusnya memberikan dukungan positif dan meningkatkan kesejahteraan tanpa dampak negatif (Dalimunthe et al., 2024). Menurut (*The Mental Health Association*, 2024), secara global, 84% wanita dan 75% pria melaporkan setidaknya pernah terjebak dalam *Toxic Friendship*. Menurut (Rizaty, 2023) berdasarkan survei Jakpat 2023 di Indonesia, 44,3% responden melaporkan mengalami *Toxic Friendship*, dan 14% lainnya dengan sahabat. Sehingga, prevalensi tersebut menunjukkan bahwa *toxic Toxic Friendship* memiliki persentase yang cukup tinggi dalam isu sosial.

*Toxic friendship* memicu *body shaming* berupa kritik penampilan dan standar kecantikan tertentu, menurunkan harga diri individu, serta memperkuat penghakiman sosial baik secara langsung maupun tersirat (Resa & Soetjningsih, 2022). Masalah sosial ini sudah menjadi isu dunia juga nasional. Menurut (*Woman Boss Organization*, 2022), di seluruh dunia, 90-94% anak perempuan menjadi korban perundungan karena bentuk tubuh mereka. Hasil studi (*ZAP Beauty Index*, 2020) menunjukkan bahwa Sebanyak 62,2% perempuan Indonesia mengalami *body shaming*, terutama terkait tubuh berisi, kulit berjerawat, dan masalah penampilan lain. Perempuan milenial (67,8%) dan Gen Z (62,2%) lebih dominan dibanding Gen X, dengan mahasiswa perempuan lebih rentan dibandingkan mahasiswa laki-laki (Hastari et al., 2023).

Keaslian penelitian dinilai dari gap penelitian terdahulu. Penelitian (Nurazizah & Ana, 2024) mengungkap hubungan cukup kuat antara perilaku bullying dengan interaksi sosial siswa SD, sedangkan penelitian saya meneliti mahasiswa keperawatan. Penelitian (Fadhilla & Siregar, 2024) menyoroti dampak *toxic friendship* terhadap kesehatan mental remaja berupa stres, depresi, dan isolasi sosial, sementara fokus penelitian saya adalah interaksi sosial. Penelitian (Hasanah, 2022) membuktikan *toxic friendship* berpengaruh signifikan terhadap persepsi sosial remaja, sedangkan penelitian saya menekankan interaksi sosial pada dewasa awal. Penelitian (Resa & Soetjningsih, 2022) menunjukkan hubungan positif signifikan antara konsep diri dan kepercayaan diri pada korban *body shaming*, sementara penelitian saya menempatkan interaksi sosial sebagai variabel dependen.

Mahasiswa keperawatan dipilih karena hambatan sosial, laporan *body shaming* dan *toxic friendship*. Wawancara awal menunjukkan 7 dari 10 mahasiswa merasa interaksi sosial kurang baik. Tujuh mahasiswa mengaku pernah terlibat *Toxic Friendship*, ditandai cemburu, kurang saling memahami, keras kepala, dan bergantung pada teman. Mereka juga sering

mengomentari atau membandingkan diri serta fisik orang lain, baik di depan maupun di belakang. Dampaknya, interaksi sosial terganggu: sulit menyesuaikan diri, mudah tersugesti, kurang identitas diri, dan rendah empati. Sedangkan tiga dari sepuluh mahasiswa merasa pertemanannya masih wajar tanpa masalah berarti.

Penelitian ini berjudul “Hubungan *Body Shaming* dan *Toxic Friendship* dengan Interaksi Sosial pada Mahasiswa Keperawatan UIMA 2025”. Tujuannya menganalisis korelasi *Body Shaming* dan *Toxic Friendship* terhadap interaksi sosial. Hasil penelitian diharapkan meningkatkan pemahaman, mendukung mahasiswa, dosen, serta institusi dalam menciptakan lingkungan sosial sehat dan pengembangan program pembinaan karakter serta kesehatan mental kampus.

## 2. KAJIAN TEORITIS

Interaksi sosial adalah proses dinamis seumur hidup yang melibatkan hubungan timbal balik antar individu maupun kelompok, mencerminkan perasaan, pikiran, dan tindakan. Gangguan interaksi sosial ditandai sulit berkomunikasi, kurang responsif, hingga cemas berat. Indikator interaksi sosial mencakup imitasi, sugesti, identifikasi, dan simpati yang berperan penting dalam pembentukan sikap, perilaku, serta hubungan sosial harmonis dalam masyarakat (Pratidina & Mitha, 2023; Retalia, Soesilo, & Irawan, 2022; SDKI, 2019).

*Body Shaming* adalah perilaku merendahkan tubuh seseorang berdasarkan standar kecantikan ideal, berdampak negatif pada fisik dan psikis korban. Dampak fisik mencakup gangguan makan, lambung, hingga risiko kesehatan serius, sedangkan dampak psikis meliputi stres, depresi, rendah diri, dan isolasi sosial. Indikatornya meliputi mengomentari diri, penampilan orang lain secara langsung, serta membandingkan fisik di belakang orang tersebut (Hastari et al., 2023; Khoirunisa, 2024; Kinarsih, Saragih, & Indiarma, 2022).

*Toxic friendship* adalah pertemanan tidak sehat yang merugikan satu pihak, ditandai kritik berlebihan, iri hati, kecemburuan, manipulasi, kurang empati, dan ketergantungan emosional. Dampaknya mencakup cedera fisik serta gangguan psikis seperti depresi, trauma, isolasi sosial. Indikatornya meliputi perilaku pengkritik, tidak empati, keras kepala, dan selalu bergantung pada orang lain tanpa mampu mandiri (Hasanah, 2022; Sejati, Badriyah, & Juniza, 2024; Setiyaningsih, 2024).

Penelitian (Khoirunisa, 2024) menunjukkan bahwa *Body Shaming* dan interaksi teman sebaya berpengaruh signifikan pada harga diri remaja putri ( $R^2=0,455$ ;  $p=0,000$ ), interaksi positif meningkatkan harga diri, sedangkan interaksi negatif menurunkannya. Penelitian (Hasanah, 2022) menemukan bahwa *Toxic Friendship* berpengaruh signifikan terhadap

persepsi sosial siswa, dibuktikan nilai  $\beta=45,126$ ,  $t$  hitung  $5,570 > t$  tabel  $1,993$ , dan  $Sig$   $0,000 < 0,05$ . Penelitian (Fadhilla & Siregar, 2024) menunjukkan bahwa *toxic friendship* berdampak negatif pada kesehatan mental, memicu stres, kecemasan, depresi, serta menyebabkan isolasi sosial dan kesulitan membangun hubungan positif.

Penelitian ini meneliti interaksi sosial (Y) sebagai variabel dependen dengan *body shaming* (X1) dan *toxic friendship* (X2) sebagai variabel independen. Hipotesis menyatakan adanya atau tidaknya hubungan signifikan antara kedua variabel independen tersebut dengan interaksi sosial mahasiswa keperawatan Universitas Indonesia Maju. Hipotesis nol ( $H_0$ ) menegaskan tidak terdapat hubungan signifikan, sedangkan hipotesis alternatif ( $H_1$ ) menegaskan terdapat hubungan signifikan, baik pada variabel *body shaming* maupun *toxic friendship* terhadap interaksi sosial.

### 3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis Deskriptif Korelasi dengan metode *Cross-Sectional*. Tempat atau lokasi penelitian ini dilakukan di Fakultas Ilmu Kesehatan Prodi Keperawatan Universitas Indonesia Maju. Waktu atau periode penelitian ini dilakukan direntang bulan Juli-Agustus tahun 2025. Penelitian ini menggunakan metode Teknik *probability sampling* dengan tipe *cluster sampling*, total sampel yang diambil untuk penelitian ini adalah 82 mahasiswa keperawatan Universitas Indonesia Maju. Teknik *cluster sampling* ini membuat peneliti merinci pengambilan sampel sebagai berikut.

**Tabel 1.** Pembagian Sampel dengan *Cluster sampling*

Semester	Jumlah Mahasiswa	Sampel
Reguler 1A	47	15
Reguler 1B	40	15
Reguler 3A	49	15
Reguler 3B	49	10
Reguler 5A	39	12
Reguler 5B	38	5
Ekstensi 1	120	5
Ekstensi 3	70	5
<b>Total</b>	<b>452</b>	<b>82</b>

Sumber: Peneliti, 2025

Instrumen penelitian yang peneliti gunakan adalah kuesioner interaksi sosial, *Body Shaming*, dan *Toxic Friendship* yang peneliti susun dan dimodifikasi dari penelitian sebelumnya yang telah melalui beberapa analisis dan uji validitas dan reliabilitas. Variabel Interaksi Sosial (12 item) menunjukkan 10 item valid dengan  $r$ -hitung  $0,341-0,793 > r$ -tabel  $0,329$ , sedangkan 2 item (Y9, Y12) dieliminasi. Variabel *Body Shaming* (10 item) seluruhnya valid dengan rentang  $r$ -hitung  $0,412-0,716$ . Variabel *Toxic Friendship* (12 item) juga seluruhnya valid dengan  $r$ -hitung  $0,431-0,713$ . Uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha

menunjukkan hasil reliabel: Interaksi Sosial 0,715, *Body Shaming* 0,742, dan *Toxic Friendship* 0,715 ( $>0,6$ ). Artinya, instrumen konsisten, dapat diandalkan, serta layak digunakan dalam penelitian.

Analisis data meliputi univariat untuk mendeskripsikan variabel dan bivariat untuk menguji hubungan variabel. Uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*. Jika data normal digunakan korelasi Pearson, bila tidak normal digunakan *Spearman*. Kekuatan hubungan ditentukan koefisien korelasi, signifikansi ditetapkan Sig.  $<0,05$  dengan bantuan *SPSS* versi 22. Penelitian ini telah mendapat persetujuan etik dari SIM-EPK: KEPK Universitas Indonesia Maju dengan nomor protocol 0014213174111132025062500062.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

##### Hasil Analisis Univariat

##### *Gambaran Body Shaming*

**Tabel 2.** *Gambaran Body Shaming* pada Responden (n=82)

	Variabel	Frekuensi	%
<i>Body Shaming</i>	Rendah	6	7,3%
	Sedang	60	73,2%
	Tinggi	16	19,5%

(Sumber: Analisis SPSS, 2025)

Berdasarkan Tabel 2 di atas, didapatkan hasil gambaran *Body Shaming* pada mahasiswa keperawatan Universitas Indonesia Maju, yang menunjukkan bahwa mayoritas reponden penelitian memiliki kategori *Body Shaming* sedang yakni sebanyak 60 mahasiswa atau 73,2%. Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan sebelumnya. (Hastari et al., 2023) menunjukkan 69% responden mengalami *Body Shaming* sedang. Penelitian (Astuti, Ekowati, & Kusumawardani, 2022) menemukan 76,4% mahasiswa berada pada kategori sedang. Sementara itu, penelitian (Derang, Novitarum, & Hasibuan, 2023) melaporkan 79,1% responden mengalami intensitas sedang.

Menurut (Hastari et al., 2023; Khoirunisa, 2024) adanya perilaku *Body Shaming* walaupun dalam kategori sedang, dapat menimbulkan dampak negatif fisik dan psikis. *Body shaming* berdampak pada fisik berupa gangguan makan, penggunaan obat berlebihan, kerusakan organ, dan masalah pencernaan. Secara psikis memicu stres, depresi, kehilangan percaya diri, serta menarik diri dari sosial. Rasa cemas berlebihan membuat korban takut tampil di depan umum. Dampak ini menunjukkan *body shaming* berbahaya bagi kesehatan menyeluruh, fisik maupun mental.

Menurut (Khoirunisa, 2024), *Body Shaming* kategori sedang ditandai dengan pikiran negatif tentang tubuh, evaluasi diri menurun, rasa malu, kecewa, stres, serta kecenderungan menarik diri. Dampak ini signifikan terhadap kesejahteraan individu dan interaksi sosial meskipun tidak ekstrem. Mahasiswa kerap membandingkan diri dengan orang lain sehingga merasa tidak disukai. Saat dihina, mereka membalas dengan hinaan. Perlakuan berupa perbandingan fisik dan gosip berdampak negatif, menimbulkan sakit hati, malu, rendah diri, merasa tidak dihargai, serta tidak disukai (Derang et al., 2023).

Berdasarkan pembahasan di atas, peneliti berasumsi bahwa mayoritas mahasiswa berada pada kategori *body shaming* sedang, menunjukkan perilaku berulang dalam kehidupan sosial. Dampaknya signifikan pada psikologis dan sosial, meliputi turunnya kepercayaan diri, rasa malu, serta penghindaran interaksi, dipengaruhi ejekan langsung maupun budaya perbandingan fisik di lingkungan mahasiswa.

### **Gambaran Toxic Friendship**

**Tabel 3.** Gambaran *Toxic Friendship* pada Responden (n=82)

	<b>Variabel</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
<i>Toxic Friendship</i>	Rendah	8	9,8%
	Sedang	22	26,8%
	Tinggi	52	63,4%

(Sumber: Analisis SPSS, 2025)

Berdasarkan Tabel 3 di atas, didapatkan hasil gambaran *Toxic Friendship* pada mahasiswa keperawatan Universitas Indonesia Maju, yang menunjukkan bahwa mayoritas responden penelitian memiliki kategori *Toxic Friendship* tinggi yakni sebanyak 52 mahasiswa atau 63,4%. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian (Simarmata, Batubara, & Ulfiani, 2023) yang menunjukkan mayoritas *Toxic Friendship* berada pada kategori tinggi, dengan indikator pengkritik (44,10%) dan tidak ada empati (44,55%) mendominasi. Sementara itu, indikator keras kepala (39,55%) dan selalu bergantung (39,03%) cenderung berada pada kategori sedang dalam hubungan pertemanan yang negatif.

Hal tersebut dapat terjadi karena kehadiran seseorang dalam *Toxic Friendship* sering kali bersifat transaksional dan manipulatif. Ketidakseimbangan ini dapat memicu kecemasan, stres, bahkan depresi, serta mengubah cara individu memandang dan menjalani interaksi sosial (Febrian, 2024). *Toxic Friendship* dalam kelompok pertemanan muncul saat seseorang merasa dominan dan mengontrol anggota lain. Melalui komunikasi kelompok dan pengaruh drive theory, pelaku merasa berkuasa, mengawasi, dan memengaruhi dinamika sosial kelompok. Hal ini berdampak negatif pada kesehatan mental dan kebebasan individu lain (Fernandi, 2022).

*Toxic friendship* menimbulkan dampak negatif berupa kecemburuan, persaingan tidak sehat, kemarahan, hingga pengkhianatan yang merusak kepercayaan dan kesehatan emosional. Hubungan pertemanan yang tidak sehat ini memicu stres, depresi, rasa tidak aman, dan menurunkan kepercayaan diri. Korban sering menarik diri, kehilangan motivasi menjalin relasi baru, serta rentan mengalami trauma psikologis serius, terutama pada Generasi Z. Kondisi tersebut menghambat kesejahteraan mental, kemampuan adaptasi, dan kualitas interaksi sosial (Hastari et al., 2023; Khoirunisa, 2024; Simarmata et al., 2023).

Tingginya angka *Toxic Friendship* ini menandakan bahwa lingkungan sosial mahasiswa rentan dipengaruhi hubungan pertemanan yang bersifat manipulatif dan tidak suportif. Akibatnya, banyak mahasiswa mengalami penurunan kesehatan mental, rasa percaya diri, serta terganggunya proses membangun interaksi sosial yang sehat. Fenomena ini menegaskan pentingnya intervensi preventif dan pendampingan psikososial untuk mengurangi dampak negatif *Toxic Friendship* di kalangan mahasiswa (Putri & Komalasari, 2025).

Berdasarkan pembahasan di atas, peneliti berasumsi bahwa mayoritas mahasiswa mengalami *toxic friendship* dengan pola hubungan tidak sehat, ditandai kritik berlebihan, minim empati, dan dominasi. Pertemanan lebih berfungsi sebagai kontrol daripada dukungan emosional. Dinamika kelompok memicu manipulasi dan transaksi, sehingga kepercayaan sulit terbentuk. Dampaknya mahasiswa rentan stres, kesehatan mental menurun, dan kesulitan membangun interaksi sosial positif di masa depan

## Hasil Analisis Bivariat

### *Uji Normalitas*

Uji normalitas diperlukan untuk menentukan jenis uji korelasi yang digunakan, dikarenakan data dalam penelitian ini berskala ordinal dengan responden lebih dari 50. Apabila hasil uji normalitas data adalah normal, maka analisis bivariat menggunakan Koefisien Korelasi Pearson untuk menentukan hubungan linier antara dua variabel (hipotesis penelitian) yaitu *Body Shaming* dengan Interaksi Sosial, dan *Toxic Friendship* dengan Interaksi Sosial pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Indonesia Maju. Namun apabila hasil uji normalitas tidak berdistribusi normal, maka analisis bivariat menggunakan statistik Non-Parametrik yaitu uji korelasi *Spearman*.

**Tabel 4.** Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov (n=82)

Variabel	<i>p-value</i>
Interaksi Sosial	
<i>Body Shaming</i>	0,995
<i>Toxic Friendship</i>	

(Sumber: Analisis SPSS, 2025)

Berdasarkan Tabel 4 di atas, hasil uji normalitas menunjukkan *p-value* 0,995 di mana lebih dari 0,05. Artinya seluruh variabel memiliki distribusi data yang normal, sehingga uji yang digunakan untuk analisis bivariat adalah uji parametik Pearson.

### **Hubungan Body Shaming dengan Interaksi Sosial**

**Tabel 5.** Uji Parametik Pearson Hubungan *Body Shaming* dengan Interaksi Sosial (n=82)

Variabel	<i>p-value</i>
	Interaksi Sosial
<i>Body Shaming</i>	0,00

(Sumber: Analisis SPSS, 2025)

Berdasarkan Tabel 5 di atas, didapatkan hasil uji pearson sekaligus uji hipotesis dari korelasi atau hubungan *Body Shaming* dengan Interaksi Sosial pada Mahasiswa Keperawatan di Universitas Indonesia Maju. Hasil uji korelasi pearson menunjukkan nilai *p-value* yakni  $0,00 < 0,05$ . Artinya terdapat hubungan antara *Body Shaming* dengan Interaksi Sosial pada Mahasiswa Keperawatan di Universitas Indonesia Maju. Sehingga hipotesis a diterima dan hipotesis nol ditolak.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian (Samsidar, Rosita, Apriani, Andriani, & Bancin, 2025) yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan signifikan antara *Body Shaming* dan interaksi sosial ( $p=0,001$ ), dimana semakin tinggi pengalaman *Body Shaming*, semakin terganggu komunikasi, sosialisasi, dan pembangunan hubungan seseorang. Penelitian (Gabrella & Giancinta, 2023) juga menunjukkan hasil uji statistik dimana  $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ , sehingga terdapat hubungan signifikan antara *body shaming* dan interaksi sosial. Penelitian (Sari, 2020) juga menunjukkan hasil korelasi menunjukkan *Body Shaming* berhubungan negatif dengan interaksi sosial ( $p = 0,000$ ). Semakin sering seseorang mengalami *Body Shaming*, semakin rendah tingkat interaksi sosialnya.

*Body shaming* membuat seseorang menjauh dari interaksi sosial karena merasa tidak diterima atau dihargai akibat penilaian negatif terhadap penampilan fisiknya (Resa & Soetjningsih, 2022). Rasa malu terhadap tubuh dapat menurunkan harga diri remaja, mendorong perubahan penampilan sesuai standar ideal, menimbulkan stres, dan berpotensi menyebabkan depresi (Rusminingsih, Suciana, & Wahyuningsih, 2020). Korban *body shaming* sering menarik diri dari lingkungan sosial karena kehilangan percaya diri akibat ejekan. Rasa malu dan tersinggung membuat mereka menghindari interaksi, yang berdampak negatif pada kesehatan mental dan perkembangan hubungan interpersonal di masa depan (Sari, 2020).

Menurut SDKI (2019), gangguan interaksi sosial termasuk ranah keperawatan jiwa dengan kode D.0118 (ketidakseimbangan hubungan sosial). Ditandai oleh kuantitas atau kualitas interaksi yang tidak adekuat, memengaruhi komunikasi, hubungan, adaptasi sosial, dan

kesejahteraan psikososial individu. *Body Shaming* yang tinggi dialami seseorang dapat mengganggu interaksi sosial mereka. Perasaan cemas, rendah diri, dan ketidakpercayaan diri membuat individu terhambat dalam membangun hubungan yang sehat. Hal ini menyebabkan mereka lebih cenderung menghindari komunikasi, yang berdampak pada isolasi sosial dan kualitas hubungan yang menurun (Gabrella & Giancinta, 2023).

Berdasarkan pembahasan di atas, peneliti berasumsi bahwa *Body Shaming* memiliki dampak negatif yang nyata terhadap interaksi sosial mahasiswa keperawatan. Mahasiswa yang sering menjadi korban *Body Shaming* cenderung mengalami penurunan rasa percaya diri, merasa tidak diterima, dan memilih menarik diri dari lingkungan sosial. Kondisi tersebut dapat menghambat kemampuan mahasiswa dalam berkomunikasi, membangun hubungan, dan beradaptasi di lingkungan kampus.

### ***Hubungan Toxic Friendship dengan Interaksi Sosial***

**Tabel 6.** Uji Parametik Pearson Hubungan Toxic Friendship dengan Interaksi Sosial (n=82)

<b>Variabel</b>	<b><i>p-value</i></b>
	<b>Interaksi Sosial</b>
<i>Toxic Friendship</i>	0,00

(Sumber: Analisis SPSS, 2025)

Berdasarkan Tabel 5 di atas, didapatkan hasil uji pearson sekaligus uji hipotesis dari korelasi atau hubungan *Toxic Friendship* dengan Interaksi Sosial pada Mahasiswa Keperawatan di Universitas Indonesia Maju. Hasil uji korelasi pearson menunjukkan nilai *p-value* yakni  $0,00 < 0,05$ . Artinya terdapat hubungan antara *Toxic Friendship* dengan Interaksi Sosial pada Mahasiswa Keperawatan di Universitas Indonesia Maju. Sehingga hipotesis a diterima dan hipotesis nol ditolak.

Hasil penelitian ini selaras dengan teori (Wibowo et al., 2025) bahwa *Toxic Friendship* dapat menimbulkan dampak negatif yang mendalam bagi individu, terutama dalam aspek sosial. Seseorang yang terjebak dalam hubungan pertemanan yang merugikan sering kali mengalami trauma emosional dan kehilangan kepercayaan terhadap orang lain. Hal ini berdampak pada kemampuan mereka untuk menjalin dan mempertahankan interaksi sosial yang sehat. Mereka cenderung menarik diri, merasa tidak aman, dan mengalami kesulitan membangun relasi baru. Gangguan ini bisa berkembang menjadi isolasi sosial yang memperburuk kesejahteraan mental dan emosional.

Mahasiswa sebagai makhluk sosial membangun interaksi dengan teman dan dosen yang membentuk kepribadian serta pengalaman sosial. Beberapa pertemanan berkembang menjadi *toxic friendship*, ditandai pengaruh negatif seperti manipulasi emosional, tekanan sosial, dan

penurunan kepercayaan diri serta kesejahteraan psikologis mahasiswa (Wibowo et al., 2025). *Toxic friendship* dapat diatasi melalui interaksi dan komunikasi sehat, seperti terbuka, saling menghargai, dan empatik. Hubungan beracun menurunkan kualitas interaksi sosial, memicu konflik, manipulasi, dan rasa tidak aman, yang berdampak negatif pada kepercayaan diri serta kemampuan bersosialisasi secara sehat (Dalimunthe et al., 2024). *Toxic friendship* menunjukkan pengaruh sosial kuat, mendorong perilaku bertentangan dengan nilai pribadi, dan dapat mengubah pandangan diri serta interaksi sosial seseorang secara signifikan (Wirayudha, 2023).

Berdasarkan pembahasan di atas, peneliti berasumsi bahwa *Toxic Friendship* memiliki pengaruh signifikan terhadap kualitas interaksi sosial mahasiswa keperawatan. Mahasiswa yang terjebak dalam hubungan pertemanan yang merugikan cenderung mengalami penurunan kepercayaan diri, rasa aman, dan kemampuan menjalin relasi sehat. Tekanan emosional serta manipulasi dalam hubungan tersebut dapat menghambat keterbukaan komunikasi dan memicu perilaku menarik diri. Akibatnya, mahasiswa tersebut rentan mengalami gangguan interaksi sosial yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mental.

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara *Body Shaming* dan *Toxic Friendship* dengan interaksi sosial mahasiswa keperawatan. Dampak pengalaman negatif ini memengaruhi kualitas interaksi sosial. Penelitian terbatas pada satu institusi, waktu terbatas, dan kesulitan koordinasi responden. Disarankan penelitian lanjutan melibatkan sampel lebih luas dan metode pengumpulan data lebih mendalam.

## DAFTAR REFERENSI

- Astuti, Y. P., Ekowati, W., & Kusumawardani, L. H. (2022). Eksplorasi tingkat pengetahuan dan perilaku body shaming mahasiswa di Kota Purwokerto. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 17(1), 57–63. <https://doi.org/10.30643/jik.v17i1.159>
- Dalimunthe, A. Q., Sinulingga, N. N., Koto, T. I., & Ananda, D. (2024). Toxic friendship communication behavior: Studi mahasiswa BPI Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. *Community Development Journal*, 5(1), 1826–1831.
- Derang, I., Novitarum, L., & Hasibuan, Y. L. (2023). Hubungan body shaming dengan harga diri pada mahasiswa Ners di Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(7), 656–664. <https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawalailmiah.v2i7.5270>

- Fadhilla, R., & Siregar, A. P. (2024). Dampak lingkungan pertemanan toxic terhadap kesehatan mental remaja. *Invention: Journal Research and Education Studies*, 5(2), 37–48. <https://doi.org/10.51178/invention.v5i2.2017>
- Febrian, M. (2024). Perilaku komunikasi toxic friendship pada mahasiswa Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI) Fakultas Dakwah UIN Saizu Purwokerto. *UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto*.
- Fernandi. (2022). Dampak komunikasi toxic friendship dengan teman sebaya terhadap prestasi pendidikan di Geulanggang Gampong, Bireuen. *Universitas Islam Negeri Ar-Raniry*.
- Gabrella, K., & Giancinta, M. S. (2023). Hubungan body shaming dengan interaksi sosial pada siswi di SMA Kristen Elim Makassar. *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar*. <http://repository.stikstellamarismks.ac.id/270/>
- Hasanah, L. M. (2022). Pengaruh toxic friendship terhadap persepsi sosial pada masa remaja di Pondok Pesantren Miftahul Huda 06 Kecamatan Sumber Jaya Kabupaten Lampung Barat (Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung). <https://repository.radenintan.ac.id/22099/>
- Hastari, A. T., Wiyatno, A., Farhana, M., Juliantini, R., Jeni, S., Syamsul, N., & Saputri, S. (2023). Pengaruh body shaming terhadap tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa. *Journal of Communication and Social Sciences*, 1(1), 8–15. <https://doi.org/10.61994/jcss.v1i1.131>
- Khoirunisa, N. (2024). Pengaruh body shaming dan intensitas interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan. *Visa*, 4(3), 916–930. <https://doi.org/10.47467/visa.v4i3.2376>
- Kinarsih, A. S., Saragih, R. B., & Indiarma, V. (2022). Analisis interaksi simbolik body shaming sesama perempuan: Studi pada mahasiswi Ilmu Komunikasi Universitas Bengkulu. *Jurnal Kaganga: Jurnal Ilmiah Sosial dan Humaniora*, 6(1), 20–29. <https://doi.org/10.33369/jkaganga.6.1.20-29>
- Nurazizah, G. A., & Ana, R. F. R. (2024). Hubungan perilaku bullying terhadap interaksi sosial siswa SD Negeri 1 Gondang Kecamatan Gondang Kabupaten Tulungagung. *Jurnal Simki Postgraduate*, 3(1), 36–46. <https://doi.org/10.29407/jspg.v3i1.628>
- Pratidina, N. D., & Mitha, J. (2023). Dampak penggunaan media sosial terhadap interaksi sosial masyarakat: Studi literature. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(1), 8–10. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i1.3083>
- Putri, S., & Komalasari, S. (2025). Analisis faktor trauma dari pengalaman toxic friendship pada Generasi Z. *Cendekia: Journal of Psychology and Psychiatry*, 12(1), 38–48. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v12n1.p38-48>
- Resa, F. O., & Soetjningsih, C. H. (2022). Hubungan antara konsep diri dengan kepercayaan diri pada korban body shaming. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(3), 725–731. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.407>

- Retalia, R., Soesilo, T. D., & Irawan, S. (2022). Pengaruh penggunaan smartphone terhadap interaksi sosial remaja. *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 12(2), 139–149. <https://doi.org/10.24246/j.js.2022.v12.i2.p139-149>
- Rizaty, M. A. (2023). Hasil survei pengalaman masyarakat Indonesia jalani hubungan toksik. *Data Indonesia*. <https://dataindonesia.id/varia/detail/hasil-survei-pengalaman-masyarakat-indonesia-jalani-hubungan-toksik>
- Rusminingsih, E., Suciana, F., & Wahyuningsih, N. (2020). Hubungan body shaming dengan interaksi sosial pada remaja perempuan di SMK Muhammadiyah 2 Klaten Utara. *Motorik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(2), 47–51. <https://doi.org/10.61902/motorik.v15i2.183>
- Samsidar, Rosita, E., Apriani, F., Andriani, R., & Bancin, R. (2025). Hubungan body shaming dengan interaksi sosial remaja di SMA Negeri 1 Arongan Lambalek Kabupaten Aceh Barat. *BEST: Journal of Biology Education, Science & Technology*, 8(1), 78–84. <https://doi.org/10.24114/isj.v8i2.68401>
- Sari, R. P. (2020). Hubungan body shaming dengan interaksi sosial teman sebaya di SMKN 7 Tangerang Selatan. *Universitas Islam Negara Syarif Hidayatullah*.
- SDKI. (2019). *Standar diagnosis keperawatan Indonesia*. Jakarta: PPNI.
- Sejati, S., Badriyah, L., & Juniza, E. A. (2024). Dampak negatif perilaku toxic friendship dengan kualitas pertemanan mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu. *ISTISYFA: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 2(1), 236–249. <https://doi.org/10.29300/istisyfa.v2i1.2431>
- Setiyaningsih, D. A. (2024). Hubungan antara toxic friendship dengan self-esteem pada siswa MAN 2 Kota Semarang (Skripsi, Universitas Islam Sultan Agung). <https://repository.unissula.ac.id/35417/>
- Simarmata, S., Batubara, A., & Ulfiani, R. (2023). Pengaruh toxic friendship terhadap self-esteem siswa SMPIT Al Falah Kutalimbaru. *Al-Irsyad*, 13(2), 76. <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v13i2.17122>
- Siswojo, D. N., Oroh, W. M., & Pondaag, F. A. (2022). Hubungan kejadian bullying dengan kemampuan interaksi sosial pada remaja di Kelurahan Kleak Lingkungan I Kota Manado. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 8–15. <https://doi.org/10.35790/jkp.v10i1.36304>
- The Mental Health Association. (2024). Toxic influences. <https://www.mhaet.com/toxic-influences/>
- WHO. (2023). *The contribution of behavioural science to addressing the social and wider determinants of health*. World Health Organization.
- Wibowo, J. P., Kristyanti, Z. M. P., Talitha Fairuz Marsya Nugraha, Putri, A. A., Fauziyyah, P., & Abdillah, R. (2025). Dampak toxic friendship dan strategi antisipasi dalam pertemanan. *Jurnal Pendidikan dan Keguruan*, 3(1), 105–121.

Wirayudha, M. S. (2023). Dampak toxic friendship dan strategi antisipasi dalam konsep persahabatan perspektif Ibnu Miskawaih. *Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang*.

Woman Boss Organization. (2022). Body shaming in our society. <https://womanboss.org/body-shaming-in-our-society/>

ZAP Beauty Index. (2020). *ZAP Beauty Index 2020*.