

**PENGARUH *ASSERTIVE TRAINING* TERHADAP
KEMAMPUAN ASERTIF REMAJA PADA
TINDAKAN *BODY SHAMING***

SKRIPSI



**Oleh :
Fiqriyah Azizah
NIM. 21102080**

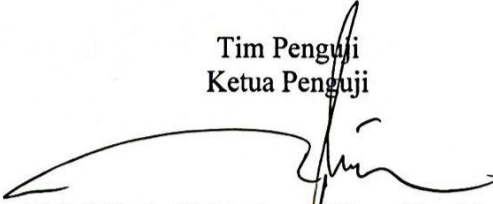
**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul ***“PENGARUH ASSERTIVE TRAINING TERHADAP KEMAMPUAN ASERTIF REMAJA PADA TINDAKAN BODY SHAMING”*** telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Fiqriyah Azizah
NIM : 21102080
Hari, Tanggal : Senin, 16 Juni 2025
Program Studi : Ilmu Keperawatan

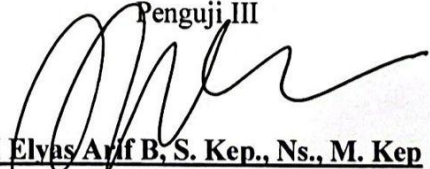
Tim Penguji
Ketua Penguji

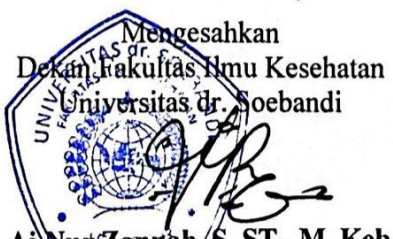

Zidni Nuris Yuhbaba, S. Kep., Ns., M. Kep
NIDN. 0728049001

Penguji II


Rida Darotin, S. Kep., Ns., M. Kep
NIDN. 0713078604

Penguji III


M Elvas Arif B, S. Kep., Ns., M. Kep
NIDN. 070029203

Mengesahkan
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas dr. Soebandi

Ai Nur Zannah, S. ST., M. Keb
NIDN. 0719128902

ASSERTIVE TRAINING TERHADAP KEMAMPUAN ASERTIF REMAJA PADATINDAKAN BODY SHAMING

ASSERTIVE TRAINING ON THE ASERTIVE ABILITY OF ADOLESCENTS BODY SHAMING ACTS

Fiqriyah Azizha¹, M. Elyas Arif Budiman²

¹Ilmu Keperawatan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi

²Ilmu Keperawatan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi

Email: fiqriyahazizahcantik@gmail.com

Received:

Accepted:

Published:

Abstrak

Latar Belakang: Masa remaja merupakan fase pencarian jati diri yang rentan terhadap ketidakpuasan fisik, sehingga mendorong munculnya *body shaming*. Perilaku ini berdampak negatif secara psikologis dan sosial, namun masih banyak yang belum menyadarinya. *Assertive training* menjadi solusi efektif untuk membantu remaja mengelola emosi dan mencegah perilaku *body shaming*. **Tujuan:** Menganalisis *assertive training* terhadap tindakan *body shaming* pada remaja. **Metode:** Desain penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan *pre-experimental* berbentuk *control group pre-post test design*. Responden dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMP dengan jumlah sampel sebanyak 66 responden yang dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Kuesioner penelitian yang digunakan adalah kuesioner perilaku asertif yang disusun sendiri oleh peneliti dan telah melalui uji validitas serta reliabilitas. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji Wilcoxon untuk melihat perbedaan skor sebelum dan sesudah intervensi dalam kelompok yang sama, serta uji Mann-Whitney untuk menguji hipotesis perbedaan antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. **Hasil :** Berdasarkan hasil uji statistik *Wilcoxon*, diperoleh nilai $p = 0,000 < 0,05$, yang menandakan adanya perbedaan skor kemampuan asertif sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kelompok perlakuan. Sedangkan kelompok kontrol nilai $p = 0,282 > 0,05$, artinya tidak ada perbedaan skor kemampuan asertif remaja pada tindakan *body shaming*. Uji *Mann-Whitney* pada skor hasil posttest, nilai $p = 0,000 (< 0,05)$, menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik antara kedua kelompok setelah diberikan *Assertive Training*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, yang berarti terdapat pengaruh signifikan dari *Assertive Training* terhadap kemampuan asertif remaja dalam menghadapi tindakan *body shaming*. **Kesimpulan:** Implikasi dari penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan asertif efektif diterapkan sebagai salah satu strategi intervensi untuk meningkatkan kemampuan asertif remaja dalam menghadapi tindakan *body shaming*. Peningkatan kemampuan asertif diharapkan dapat membantu remaja dalam membangun kepercayaan diri, mempertahankan harga diri, dan mengembangkan keterampilan komunikasi yang sehat dalam menghadapi *body shaming*.

Kata Kunci: Kemampuan Asertif, *Assertive Training*, *Body Shaming*, Remaja