

# Hubungan Kedekatan Alam dan Kebahagiaan Hidup Dimediasi Apresiasi Tubuh pada Individu yang Memiliki Pengalaman Body Shaming = The Relationship Between Nature Relatedness and Happiness Mediated by Body Appreciation among Individuals Who Have Body Shaming Experience

Novalda Yogaswari, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20506591&lokasi=lokal>

---

Abstrak

**ABSTRAK**

Korban body shaming kadang memerlukan terapi khusus untuk mengurangi dampak negatif body shaming yang disebabkan menurunnya apresiasi terhadap tubuh sehingga korban merasa depresi atau menurun kebahagiaan hidupnya. Penelitian sebelumnya telah membuktikan bahwa kedekatan alam dapat meningkatkan apresiasi tubuh dan juga kebahagiaan hidup. Oleh karena itu, penulis menduga apresiasi tubuh memediasi hubungan kedekatan alam dan kebahagiaan hidup korban body shaming. Penelitian ini dilakukan secara online, dan melibatkan 314 partisipan dewasa muda pengguna Instagram yang pernah mengalami body shaming. Temuan utama penelitian adalah hubungan kedekatan alam dan kebahagiaan hidup korban body shaming dimediasi sebagian apresiasi tubuh. Dengan demikian, kedekatan dengan alam dapat menjadi alternatif terapi untuk mengurangi dampak negatif body shaming.

<hr>

**ABSTRACT**

The victims of body shaming need special therapies to reduce its negative impact due to declining body appreciation that makes them feel depressed or that decrease their happiness. Previous research has proved that nature relatedness can increase body appreciation and happiness. Thus, the author suspects that body appreciation mediates the relationship between nature relatedness and happiness of body shaming victims. The present research is conducted online and involves 314 young adults who have experienced body shaming and are Instagram users. The main finding is that relationship between nature relatedness and happiness partially mediated by body appreciation. Therefore, nature relatedness can be an alternative therapy to reduce the negative impact of body shaming.