

BAB I

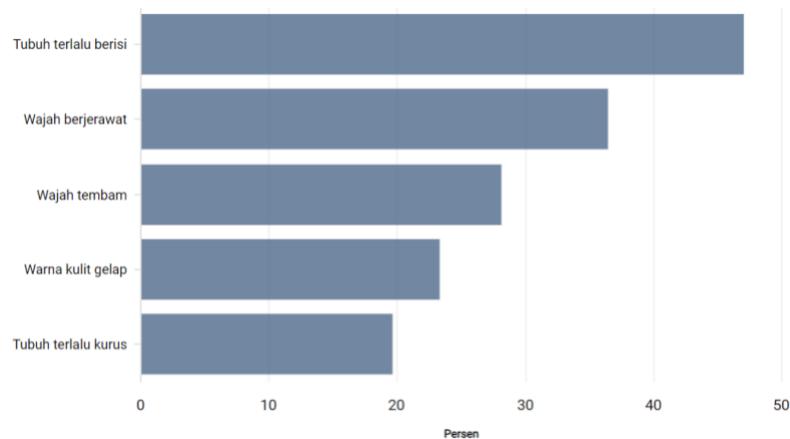
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada tahun 2018 kasus *body shaming* di Indonesia mencapai 966 tentang penghinaan fisik atau *body shaming* yang di tangani polisi dari seluruh Indonesia, sepanjang 2018 tercatat 374 kasus di antaranya selesai baik melalui penegakan hukum maupun pendekatan mediasi antara korban dan pelaku yang dimana kasus *body shaming* di Indonesia saat ini sangat marak dan juga menjadi acuan bagi masyarakat agar tidak terjadinya *body shaming* apalagi di kalangan pelajar saat ini juga sangat marak karena dengan adanya penghinaan membuat orang menjadi tidak percaya diri kembali. Santoso (2018).

Banyak korban terus mengalami penghinaan fisik atau *body shaming* dari 2018 hingga 2020. Laporan ZAP mencatat beberapa kasus *body shaming* di Indonesia sebagai berikut. Laporan ZAP Beauty Index tahun 2020 menyatakan bahwa sekitar 62,2% perempuan di Indonesia pernah menjadi korban *body shaming*. Dari jumlah yang disurvei, 47% mengalami *body shaming* karena tubuhnya dianggap terlalu berisi; 36,4% mengalami kulit berjerawat; 28,1% mengalami wajah tembam; 23,3% mengalami *body shaming* karena warna kulit yang gelap; dan 19,6% mengalami *body shaming* karena dianggap terlalu kurus.

Korban *body shaming* dapat mengalami dampak psikologis dan psikologis. Tekanan psikologis, risiko gangguan makan dan mental, dan kualitas hidup yang buruk adalah efek yang paling umum. Namun, ZAP Clinic dan Markplus, Inc melakukan survei online terhadap 6.460 perempuan di Indonesia untuk menghasilkan laporan tersebut. Survei ini dilakukan dari Juli hingga September 2019 di 35 kabupaten/kota, Rizaty (2021).



Gambar 1 tentang data korban *body shaming* yang ada di Indonesia dari tahun 2018-2020.

Sumber : databoks.co.id

Data tersebut yang di riset oleh McKinley & Hyde (2003) bahwa gambar 1 menunjukkan bahwa korban *body shaming* biasanya perempuan yang memiliki fisik yang tidak sempurna. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa perempuan sering menjadi korban *body shaming* karena mereka tidak percaya diri sendiri dan sering mendengarkan apa yang dikatakan orang lain. Akibatnya, pandangan atau pikiran konvensional yang muncul setelah kolonialisme menghasilkan standar kecantikan dengan bentuk tubuh ideal, seperti kulit putih, tinggi, data korban di atas juga mempunyai rentang usia 13-65 tahun, tidak hanya di kalangan remaja tetapi sampai di kalangan lanjut usia.

Seperti yang di sampaikan Syahrudin (2018) yang mengatakan bahwa di Indonesia saat ini masalah yang sangat sering terjadi di sekolah dan sudah masuk dalam kategori darurat. Menurut data KPAI yang di kutip Syarudin (2018) bahwa dari tahun 2011 sampai 2017, terdapat 26 ribu kasus yang diterima dan 34% diantaranya adalah kasus kekesaran, dua kasus sempat membuat masyarakat semakin khawatir terhadap adanya kasus *body shaming* saat ini, maka dari itu kami membuat hal itu membuat masyarakat untuk berhati-hati agar tidak merusak citra diri seseorang. Dengan tindakan tersebut juga membuat masyarakat semakin waspada.

Mengheboakan masyarakat belum lama ini kasus beberapa siswi terhadap temannya di Thamrin City dan yang dilakukan terhadap seorang mahasiswa di Universitas Gunadarma, Depok. Selain itu Menurut Menteri Sosial seperti yang di kutip Syaruddin (2018), mengatakan bahwa salah satu survei yang dia sebutkan bahwa anak usia berusia 12-17 tahun atau siswa SMP dan SMA, 84% telah mengalami kasus *body shaming*. Oleh karena itu, beliau menghimbau kepada orang tua melihat perubahan sikap yang terjadi pada anak.

Praktek yang terjadi di sekolah sangat disayangkan oleh Seto Mulyadi, tragedi ini menjadi gambaran kekerasan terhadap anak dapat mengurangi kepercayaan masyarakat akan terciptanya sekolah yang aman dan nyaman sehingga perlu digalakkan gerakan anti *body shaming* di sekolah-sekolah lebih lanjut, menurut ketua Lembaga Perlindungan Anak Indonesia (LPAI) bahwa ancaman bisa terjadi disekolah manapun oleh karena itu harus ada keseriusan dari penyelenggara pendidikan untuk memproteksi seliuruh anak didiknya terhadap (Metro,2018). Meskipun perhatian terhadap di Asia belum lama mendapat perhatian khusus, tetapi penelitian dan lama mendapat perhatian khusus, tetapi penelitian dan intervensi terhadap terus mengayuh oleh berbagai lembaga pendidikan di Negara-Negara Asia.

Salah satu jenis *body shaming* yaitu verbal menurut Syahrudin (2018:20) jenis verbal oleh berbagai banyak penelitian disebut sebagai tipe yang paling banyak dilakukan baik oleh siswa laki-laki maupun perempuan. Beberapa kajian menuliskan bahwa verbal terjadi sampai diatas 50% dan perlakuan dengan menggunakan kata atau ucapan dapat menjatuhkan semangat anak yang mendapatkan perlakuan *body shaming*.

Dampak verbal sangat tergantung pada perbedaan “nilai rasa” terhadap korban sebab terdapat kasus dimana siswa diganggu secara verbal tapi dilakukan untuk bersenang-senang tanpa tujuan untuk menyakiti atau menghuna korban. Selain hal di atas, verbal juga sering dilakukan secara

langsung kepada korban pada kelompok atau individu yang lemah seperti siswa yang mempunyai kesulitan belajar dan etnik minoritas.

Beberapa kasus yang kerap kali terjadi dikalangan remaja saat ini adalah terjadinya kekerasan dibagi menjadi dua yaitu kekerasan fisik kekerasan psikis, yang terjadinya kasus *body shaming* yang secara langsung, tidak sedikit remaja juga kehilangan rasa percaya diri karena perubahan bentuk tubuhnya (Chaplin, 2005).

Menurut Vargas (2015), perilaku yang dimaksud dengan *body shaming* antara lain: Mengkritik penampilan diri sendiri dengan menilai atau memandingkannya dengan orang lain dan mengkritik penampilan dari yang lain. Sedangkan menurut Sienty (2020), mengungkapkan bahwa dalam perilaku *body shaming* seringkali, pelaku *body shaming* tidak sadar bahwa mereka sudah melakukan perilaku tersebut. Berikut ini adalah tanda-tanda seseorang berpotensi melakukan *body shaming* (Sienty,2020) antara lain:

1. Merasa lebih baik dari orang-orang yang obesitas atau memiliki kelebihan berat badan.
2. Sering mencela dan mengomentari bentuk tubuh orang gemuk dan berlindung dibalik kata “bercanda” untuk menetralkan perilaku negatifnya.
3. Menggunakan bentuk tubuh orang lain sebagai usaha untuk terlihat lucu di depan orang lain.
4. Membiarkan orang lain memberikan celaan atau komentar negatif seputar bentuk tubuh seseorang.
5. Melihat badan langsing atau ideal sebagai bukti kesuksesan, keberhasilan mengontrol diri, dan ukuran kebahagiaan.
6. Menghakimi keputusan orang lain soal pilihan yang diambil untuk tubuhnya.
7. Menilai orang lain berdasarkan ukuran tubuhnya.
8. Memandang rendah orang lain yang bentuk atau ukuran tubuhnya tidak sesuai dengan standar diri sendiri.

Berdasarkan pendapat Mckinley & Hyde (2002), faktor yang menyebabkan *body shaming* adalah faktor-faktor yang dimana masyarakat Indonesia sesuai deskriptif mereka mempunyai wajah cantik, berkulit putih, dan postur tubuh yang langsing, sedangkan pria mempunyai wajah yang tampan, dan seseorang perempuan ataupun pria yang mempunyai tubuh gemuk, kilit hitam, postur tubuhnya pendek, dengan kategori tersebut tidak bisa dikatakan bahwa dia tidak sempurna.

Body shaming menurut Hoel dan Cooper (2006), dapat disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain yaitu sebagai berikut:

a. *Body Shaming*

Body shaming adalah sebuah istilah pengganggu yang artinya tindakan atau perlakuan penindasan oleh seseorang yang sifatnya agresif dan menjadi sebuah ancaman untuk mendominasi orang lain. Peristiwa *bodyshaming* sering dijumpai berlangsung bersamaan dengan tindakan *body shaming*. Dikarenakan adalah tindakan menindas kemerdekaan atau hak orang lain, *body shaming* tidak lain sering digunakan sebagai alat atau suatu perlakuan intimidasi. Ketidakterampilan seseorang menjadi fokus utama yang dilihat oleh pengganggu dan menjadikannya kanvas yang sempurna untuk melukis segala cacat dan makian, kepuasan seorang pengganggu akan terpenuhi apabila korban tersebut telah jatuh terpuruk dan tidak berdaya yang menjadikannya seorang superior.

b. Standar Kecantikan

Body shaming sering terjadi karena korban dirasa tidak memenuhi standar kecantikan yang ada pada masyarakat, dimana yang beredar adalah kurus merupakan hal mutlak dimana seseorang dapat dikatakan cantik. Standar kecantikan yang telah terkonstruksi di pikiran masyarakat Indonesia adalah kulit cerah berupa putih pucat, hidung mancung, rambut lurus panjang, tubuh ideal yang tinggi, berat badan ideal adalah ramping berlekuk gitar Spanyol dan masih banyak lagi.

c. Peran Media

Media adalah sebuah wadah untuk menyalurkan sebuah komunikasi yang dikonstruksi sedemikian rupa isinya dengan berbagai hal berupa seni, kreativitas, berita, wacana, audio serta visual dimana tujuannya agar dapat dipahami dan dinikmati oleh audiens. Media merupakan komunikasi yang dibuat dengan memiliki fokus-fokus tujuan tertentu serta pembuatannya dibentuk melalui pengamatan secara sosial dengan batasan kelangsungan yang ada atau sedang terjadi pada masyarakat. Hal apapun yang ingin disampaikan atau ditunjukkan oleh media haruslah memiliki citra yang baik tanpa tercela agar dapat diterima oleh khalayak, sehingga terciptalah standar-standar pada masyarakat yang tanpa disadari terkadang tidak begitu relevan dengan fenomena yang ada.

Tanpa disadari *body shaming* berdampak pada kesehatan mental, sehingga perlu adanya program yang berfokus pada individu, kelompok orang, atau komunitas untuk membantu mereka mengembangkan pemahaman mereka tentang masalah sosial yang penting dan membantu mereka mengembangkan keterampilan yang diperlukan untuk mengenai masalah tersebut. Kasus *body shaming* yang berdampak pada korban *body shaming* juga menyebabkan kesehatan mental, kurang rasa percaya diri, dan korban merasakan terancam di lingkungan sekitar Walsh (2010),

Efek psikologis yang dialami korban *body shaming* sangatlah luas dan berbahaya, menurut Pratiwi (2019). Efek psikologis termasuk pandangan negatif tentang tubuh korban terhadap orang baru atau asing, masalah dengan kecemasan dan kepercayaan diri, risiko gangguan makan yang tinggi, kecenderungan untuk depresi dan bunuh diri. *Body shaming* umumnya dipandang sebagai hal yang tidak penting karena orang percaya bahwa komentar tidak bertanggung jawab tidak penting bagi orang yang dibicarakan. Namun, kenyataannya adalah bahwa tidak semua orang dapat memahami perasaan seseorang.

Penelitian mengenai topik maupun *body shaming* sudah beberapa kali dilakukan antara lain:

Penelitian yang dilakukan Serni (2010) dengan judul Dampak *Body Shaming* siswa SMPN 17 Kendari Terhadap Perilaku Komunikasi. Dampak *body shaming* terhadap siswa SMPTN 17 Kendari terhadap perilaku komunikasi, sangat mempengaruhi pola pergaulan, perilaku komunikasi terhadap perkembangan anak di sekolah, fisik dan psikologi anak. Teori yang digunakan yaitu Lasswel oleh Harold D Lasswel. Metode yang digunakan penelitian adalah kualitatif. Bahwa pelaku melakukan *body shaming* untuk balas dendam dan benci pada korban karena perilaku korban yang nakal dan tidak sopan terhadap teman-teman lainnya

Topik penelitian terkait *body shaming* juga dilakukan oleh Rizka & Dianur (2019), dengan judul Fenomena *Body Shaming* Dikalangan Mahasiswa hasil penelitian ini memaparkan bahwa fenomena *body shaming* kerap terjadi di kehidupan masa lalu, yang merupakan tindakan/penilaian individu tentang tubuh maupun penampilan yang berkembang di lingkungan masyarakat dan memberikan suggesti yang diinternalisasi individu sebagai paradigma. Teori yang digunakan peneliti yaitu Fenomenologi Edmund Husserl. Metode penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Fenomena *body shaming* yang dialami korban menyebabkan mereka mengalami ada beberapa dampak hal yang positif yaitu lebih ke segi kesehatan dan memperbaiki diri. Dari segi negatif yaitu partisipan mengalami kecemasan dan kurang percaya diri.

Varadilla Nur Latifah (2021), melakukan penelitian dengan judul Dalam Membentuk Citra Diri Perempuan pada penelitian ini, disampaikan bahwa *body shaming* telah menjadi topik hangat, dengan adanya *body shaming* korban menjadi lebih sensitif terhadap penolakan yang terjadi. Karena korban lebih sering memperhatikan tubuhnya karena tidak sesuai dengan standar ideal masyarakat. Teori yang digunakan peneliti adalah Teori konstruksi identitas Chris Barker. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Dampak yang dialami oleh korban *body shaming* meliputi rasa insecure, tidak percaya diri, menutup diri, dan melakukan hal ekstrim untuk memperbaiki fisiknya depresi dan dampak bagi kesehatan.

Berbeda dengan tiga penelitian sebelumnya, pada penelitian ini peneliti melihat bagaimana dampak *body shaming* terhadap kepercayaan diri di kalangan

pelajar SMP Cahaya Sakti Jakarta Timur. Berdasarkan data yang dimiliki oleh Bapak/Ibu Guru BP SMP Cahaya Sakti bahwa dalam kurun waktu 3 tahun terakhir (2019-2022) terdapat 3-5 siswa yang mengalami kasus *body shaming*. Terkait hal tersebut peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana dampak *body shaming* dikalangan siswa/i SMP Cahaya Sakti.

1.2 Rumusan Masalah

Body shaming di Indonesia sangat marak terutama pada tahun 2019- 2020 dimana *body shaming* menjadi salah satu yang banyak dialami di kalangan pelajar, lingkungan, ataupun keluarga dan yang menjadi sasaran *body shaming* adalah perempuan, dan *body shaming* juga mempunyai dampak terhadap kesehatan mental, adanya kurang percaya diri dan depresi. *Body shaming* bisamenimpa siapa saja termasuk siswi di SMP Cahaya Sakti. Berdasarkan hal tersebut rumusan masalah dalam penelitian adalah:

1. Bagaimana fenomena *body shaming* secara verbal terjadi dikalangan pelajar SMP Cahaya Sakti Jakarta Timu ?
2. Apa dampak *body shaming* secara verbal terhadap kepercayaan diri di kalangan pelajar SMP Cahaya Sakti Jakarta Timur?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui *body shaming* secara verbal yang terjadi di kalangan pelajar SMP Cahaya Sakti
2. Untuk mengetahui dampak *body shaming* secara verbal terhadap kepercayaan diri pelajar SMP Cahaya Sakti

1.4 Manfaat Penelitian

Dari penelitian yang dilakukan terdapat beberapa manfaat antara lain:

1. Manfaat Akademik

Penelitian diharapkan dapat menjadi acuan penelitian selanjutnya mengenai manfaat *body shaming* adalah agar kita bisa mengetahui bagaimana cara kita mengatasinya hal tersebut, dan mempelajari penyebab dari *body shaming* itu bagaimana agar kita bisa memahami lebih baik lagi.

2. Manfaat Praktis

Peneliti mengharapkan bisa meningkatkan sifat percaya diri pada masing-masing pelajar agar terhindar dari semua bentuk *body shaming*, yang berhubungan dengan *Body Shaming* sehingga semua pelajar dapat mengatasi masalah tersebut, dan mengetahui apa dampak yang ditimbulkan dari *Body Shaming* tersebut.

3. Manfaat Sosial

Melalui penelitian ini masyarakat pada umumnya bisa mengetahui bahwa tindakan *body shaming* berdampak negatif terhadap kesehatan mental, depresi dan mencegah tindakan *body shaming*, menghimbau juga kepada masyarakat agar tidak melakukan *body shaming*.