

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Body shaming kini sedang marak di Indonesia. Pengertian mengenai *body shaming* adalah suatu tindakan yang bertujuan untuk mengomentari atau mengungkapkan pendapat tentang orang lain atau bentuk tubuh seseorang. Kritik ini tidak dimaksudkan untuk memuji, melainkan untuk mengalahkan orang lain dengan mempermalukan kondisi fisik orang lain tersebut. *Body shaming* juga merupakan tindakan mengomentari diri sendiri dengan tujuan menjadi rendah diri dan tidak bersyukur dengan apa yang sudah dimiliki.

Berdasarkan data ZAP Beauty Index 2020, sekitar 62,2% perempuan di Indonesia selama hidupnya pernah menjadi korban *body shaming*. Sekitar 47% responden dari jumlah tersebut mengalami *body shaming* karena tubuhnya dianggap terlalu berisi. Sebanyak 36,4% responden mengalami *body shaming* karena memiliki kulit yang berjerawat. Kemudian, 28,1% responden yang menjadi korban *body shaming* karena memiliki bentuk wajah yang tembem. Terdapat pula 23,3% responden terkena *body shaming* karena warna kulit yang gelap. Sementara, 19,6% responden terkena *body shaming* karena dianggap memiliki tubuh yang terlalu kurus.

Berdasarkan data diatas diketahui bahwa *body shaming* seringkali berdampak pada perempuan dan banyak dijumpai dalam kehidupan sehari-hari. Perlakuan *body shaming* lebih merujuk pada suatu bentuk komentar terkait kondisi fisik yang tidak ideal. Pelaku berkomentar tanpa sedikitpun memikirkan kondisi perasaan seseorang yang menjadi sasarannya. Banyak diantaranya mati-matian merubah kondisi tubuhnya setelah mendapat cibiran dari pelaku *body shaming*. Salah satu dampak yang terasa adalah tekanan batin, dikarenakan merasa tidak ideal sehingga mengganggu psikologis korban. Dari berbagai

penelitian juga menjelaskan bahwa *body shaming* memang lebih banyak dialami oleh perempuan dibanding laki-laki. Hal ini tentu berpengaruh pada kehidupan sehari-harinya, yang mulai tidak percaya diri lagi dihadapan orang-orang dan memilih untuk mengasingkan diri.

Adrew berpendapat bahwa masalah *body shaming* membuat sebagian besar wanita dirampas dari jenis dan citra tubuh mereka berdasarkan pada bagaimana masyarakat sekitar menggambarkan tubuh ideal dan wanita sempurna. Korban *body shaming* bahwasannya akan mengalami keadaan tubuh yang mereka miliki. Dampak dari *body shaming* sendiri yaitu korban akan mengalami *insecure, low self esteem*, banyak menyendiri, mengalami gangguan makan, membuat diri tidak berkembang, merasa tidak bahagia, dan tidak dihargai, serta bisa melakukan hal ekstrem terhadap dirinya sendiri, bahkan sampai bunuh diri.

Body shaming sangat erat kaitannya dengan citra tubuh. Citra tubuh yaitu pembentukan persepsi mengenai tubuh ideal menurut masyarakat, sehingga muncul standart ukuran kecantikan yang membuat seseorang merasa minder apabila tidak mencapai ukuran standart tersebut. Salah satunya ada di Indonesia, seseorang akan dianggap cantik apabila memiliki kulit yang bersih dan putih, padahal warna kulit asli orang Indonesia kuning langsung cenderung coklat. Dengan adanya ukuran standart seperti ini seringkali perempuan yang dianggap tidak memenuhi standart akan mendapatkan perlakuan yang kurang baik dan akan cenderung dibeda-bedakan.

Banyak perempuan melakukan segala cara sampai menghabiskan uang hanya karena komentar yang diberikan orang lain mengenai keadaan fisiknya. Belum lagi merusak tubuh mereka karena ingin mendapatkan perubahan yang instan untuk mendapatkan pujian cantik sesuai standart yang ada pada masyarakat disekitarnya. Meskipun *body shaming* bukan kontak fisik yang merugikan, akan tetapi *body shaming* sudah termasuk jenis perundungan secara verbal maupun bentuk perkataan yang menyinggung dan menyakitkan. Bahkan dalam

komunikasi sehari-hari tanpa disadari ada beberapa kalimat yang terselip di dalam candaan yang berujung dengan *body shaming*.

Fenomena *body shaming* sendiri telah merajalela dan menjadi hal yang biasa di Desa Karang Pakis ini. Disebutkan bahwa mayoritas yang menjadi korban merupakan remaja perempuan. Dimana pada usia ini dikatakan sangat rentan terhadap siklus perubahan yang drastis dan berefek luar biasa untuk jenjang kedepannya.

Beberapa kasus yang sering terjadi, yaitu ada beberapa remaja putri yang menarik diri dari lingkungan sosialnya. Dimana apabila anak tersebut tetap menarik diri dari lingkungan sosial ditakutkan nantinya akan berdampak buruk pada masa depannya, yang menjadikan anak tersebut tidak mampu berkembang dan berdiam saja dirumah.

Merujuk pada usia remaja, dimana penjelasan mengenai remaja menurut Stanley Hall, bahwa masa remaja merupakan masa tekanan dan badai (*stress and storm*). Masa remaja berlangsung pada usia 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita. Sedangkan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi laki-laki, rentang usia remaja ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun adalah remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir. Masa remaja adalah masa peralihan diantara masa anak-anak dan dewasa yang seharusnya mendapatkan perhatian lebih dikarenakan keadaan fisik yang masih belum stabil, diharapkan masyarakat sekitar tidak melakukan kritikan atau mencela dengan membandingkan kondisi fisik yang telah menjadi ukuran kesempurnaan setiap remaja putri dilingkungannya.

Candaan atau basi-basi yang lebih kearah *body shaming* merupakan suatu kekerasan secara verbal yang dapat berpengaruh buruk, baik secara fisik maupun psikis yang ada pada diri remaja putri tersebut. Fenomena tersebut biasa terjadi di Desa Karang Pakis Kecamatan Purwoasri Kabupaten Kediri.

Pada pra-penelitian yang dilakukan oleh peneliti melalui observasi dan wawancara terhadap remaja, serta pihak terkait di Desa Karang Pakis Kecamatan Purwoasri Kabupaten Kediri, dapat dikatakan bahwa kondisi remaja disana terbilang cukup memprihatinkan, banyak diantaranya terdampak pengaruh buruk perilaku *body shaming* seperti mengasingkan diri dari lingkungan sosialnya.¹ Remaja Desa Karang Pakis Kecamatan Purwoasri Kabupaten Kediri yang memiliki sudut pandang tersebut akan selalu memandang dirinya dengan persepsi negatif karena mempunyai standar dan penilaian yang tinggi. Citra tubuh cenderung terbentuk apabila tidak ada bentuk tubuh ideal yang diharapkan. Sehingga memungkinkan untuk seseorang melakukan perbandingan dirinya dengan orang lain yang dapat menyebabkan memiliki rasa ketidakpuasan dan rasa malu, yang biasanya sering disebut *body shaming*.

Fenomena *body shaming* yang terjadi di Desa Karang Pakis Kecamatan Purwoasri Kabupaten Kediri ditemukan adanya kasus *body shaming* di desa ini salah satunya dialami oleh PA, dimana PA tidak jarang mendapatkan komentar negatif mengenai kondisi fisiknya, seperti “kok kamu pendek banget sih, gak enak liat cewek pendek tuh”, “ngapain anak SD di SMA?”, “kok gendut banget, kebanyakan makan?”. Komentar negatif dari teman seperti ini pada akhirnya membuat PA merasa tidak percaya diri, malu bahkan marah terhadap teman-temannya. Akan tetapi PA tidak bisa berbuat apa-apa karena ia merasa semua komentar negatif tersebut ada pada dirinya. PA hanya bisa diam ketika mendapat komentar-komentar yang kurang enak didengar dan sebisa mungkin ia menghindari bertemu dengan teman-teman untuk meminimalisir komentar-komentar negatif terhadap dirinya.

Alasan peneliti memilih lokasi ini adalah pertama, di Desa Karang Pakis tersebut dikenal dengan kebiasaan perilaku *body shaming* seperti yang dipaparkan oleh Kepala Desa dan Ketua RT Desa Karang Pakis. Pada masa remaja seharusnya mengalami masa dimana

¹ Observasi ketua RT Desa Karang Pakis Kecamatan Purwoasri Kabupaten Kediri, pada 12 September 2022.

seseorang mulai mampu menerima kondisi fisiknya sendiri, mulai masuk pada proses pencapaian kemandirian emosional dari orang tua atau figur-figur yang mempunyai otoritas, mampu mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain, baik secara individual maupun kelompok, serta mampu menerima diri sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri sebagai tugas perkembangan yang terjadi di masa peralihan anak-anak menuju usia dewasa yang sangat rentan. Namun hal tersebut sulit terjadi di Desa Karang Pakis yang mana para remaja khususnya remaja putri terhambat untuk mengembangkan masa perkembangannya sebagai remaja dikarenakan pengaruh *body shaming* yang kerap terjadi.

Seperti hasil wawancara yang dituturkan oleh subjek (DN) pada pra penelitian:

“Saya merasa malu ketika berinteraksi dengan warga disini, seringkali saya diejek mengenai keadaan fisik saya yang gendut ini. Misalnya saja ketika saya ke warung sebelah ibu warungnya bilang kalo badan saya ini gendut dan buat usia saya yang masih segini itu tidak pantas. Disitu banyak orang yang sedang berbelanja dan menertawakan sambil memandangi saya.”

Subjek dengan inisial (AP) juga mengatakan bahwa dia sering mendapatkan ejekan mengenai keadaan fisiknya. Banyak orang yang selalu mengomentari keadaan wajahnya yang sedang berjerawat dikarenakan wajahnya memang sensitif, dikarenakan dia malu dengan keadaan wajahnya yang seperti itu, subjek jarang berinteraksi dengan lingkungan dan memilih untuk tetap berada didalam rumah. Tindakan yang dilakukan subjek setelah mendapatkan ejekan mengenai keadaan wajahnya adalah mencoba segala macam skincare tanpa melihat bpom atau tidak, hasilnya keadaan wajahnya menjadi semakin parah.

Peneliti jugamelakukan wawancara kepadaKepala Desa Karang Pakis, beliau menceritakan kondisi yang terjadi di Desa Karang Pakis, begini penuturannya:

“di DesaKarang Pakis ini memangorangnya banyak bicara mbak. Apa-apa suka dikomentari. Yang sering saya dengar itu mereka sering mengejekanak-anak yang terlihat berbeda bentuk fisiknya atau biasanya kan ada yang memiliki berat badan berlebih atau warna kulit yang cenderung coklat, itu selalu menjadi bahan olok-olok mbak. Ini kebetulan saya kan punya tempat foto kopi,nah depannya sering menjadi

tempat perkumpulan beberapa ibu-ibu yang sering menghibahkan beberapa remaja disini.”

Body shaming kerap dialami oleh remaja putri yang bertempat tinggal di Desa Karang Pakis. Beberapa remaja terdengar seringkali dipanggil dengan sebutan yang tidak lazim terkait kondisi fisik paling menonjol yang dimilikinya. Berdasarkan hasil pengamatan, para remaja putri yang mengalami tindakan *body shaming* adalah remaja putri yang memiliki bentuk tubuh yang kurang ideal bagi penilaian masyarakat dilingkungannya. Para remaja putri yang mengalami tindakan *body shaming* memiliki pengalaman yang bermacam-macam.

Tidak hanya dalam bentuk panggilan, berdasarkan hasil pengamatan pra-penelitian, dalam interaksi dengan sesama teman atau orang tua, pembicaraan basa-basi juga sering kali mengarah kepada perilaku *body shaming* baik dengan maksud sengaja maupun tidak disengaja. Salah satu subjek yang pernah berinteraksi dengan tetangganya mendapatkan omongan basa-basi “kamu kelamaan *daring* badanmu tambah gemuk loh, gak malu ?”

Berdasarkan hasil wawancara pra-penelitian yang dilakukan oleh peneliti, korban yang banyak mengalami tindakan *body shaming* adalah remaja wanita, hal ini dikuatkan oleh keterangan Bapak RT setempat, berikut penuturannya: “Kebanyakan para remaja putri mbak yang sering menjadi bahan olo-olokan orang disini, karenakan tau sendiri orang didesa sini suka sekali membandingkan keadaan fisik antara anak yang satu dengan satunya lagi”. Lalu Bapak RT melanjutkan:

“Disini sempat ada kejadian salah satu orang tua merasa tidak terima jika anaknya selalu menjadi bahan perbandingan mengenai fisiknya oleh warga didesa ini, sampai-sampai lapor kesini meminta dipertemukan dengan orang yang mem-*body shaming* anaknya itu dan ingin membawanya keranah hukum, dikarenakan masih bisa dibicarakan baik-baik akhirnya selesai dengan kekeluargaan”

Dalam Islam terdapat larangan memanggil dengan gelar atau julukanyang buruk, saling mengolok-olok atau saling mencela, sebagaimana firmanAllahSWT berikut:

تَلْمِزُوا وَلَا مِنْهُنَّ خَيْرًا يَكُنَّ أَنْ عَسَى نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ وَلَا مِنْهُنَّ خَيْرًا يَكُونُوا أَنْ عَسَى قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ يَسْحَرُونَ لَا آمَنُوا الَّذِينَ يَأْتِيهَا
الظُّلْمُونَ هُمْ فَأَوْلِيكَ يَتَّبِعُونَ وَمَنْ الْإِيمَانَ بَعْدَ الْفُسُوقِ إِلَّا سُمُّ بِنُسِّ بِالْأَلْقَابِ تَنَابَرُوا وَلَا أَنْفُسَكُمْ

“Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain, (karena) boleh jadi mereka (yang diperolok-olokkan) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok), dan jangan pula perempuan-perempuan (memperolok-olok) perempuan lain, (karena) boleh jadi perempuan (yang diperolok-olokkan) lebih baik dari perempuan (yang mengolok-olok). Janganlah kamu saling mencela satu sama lain, dan janganlah saling memanggil dengan gelar-gelar yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk (fasik) setelah beriman. Dan barang siapa tidak bertobat, maka merekaitulah orang-orang yang zalim. (QS. Al-Hujarat (49):11)”

Dalam ayat di atas, Allah SWT melarang perbuatan saling mengolok-olok satu sama lain, dan yang menarik dari adalah mencela atau mengolok-olok sama halnya dengan mencela diri sendiri. *Pertama* setiap mukmin adalah bagaikan satu tubuh, sehingga ketika mencela orang lain pada hakikatnya mencela diri sendiri. “Seorang Mukmin dengan Mukmin lainnya seperti satu bangunan yang tersusun rapi, sebagiannya menguatkan sebagian yang lain.”

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang peneliti temukan di lapangan diketahui banyak remaja mengalami perilaku *body shaming* dari berbagai pihak. Berdasarkan data yang ada maka peneliti ingin meneliti lebih lanjut tentang bentuk dan dampak psikologis *body shaming* terhadap remaja di Desa Karang Pakis. Sehingga peneliti tertarik untuk mengangkat judul “*Body Shaming Terhadap Remaja Putri (Studi Fenomenologi di Desa Karang Pakis Kecamatan Purwoasri Kabupaten Kediri)*”

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan uraian konteks penelitian di atas, maka penulis dapat memfokuskan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana bentuk *body shaming* terhadap remaja putri di Desa Karang Pakis?
2. Bagaimana dampak psikologis *body shaming* terhadap remaja putri di Desa Karang Pakis?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan fokus penelitian, maka tujuan penelitian yang dikehendaki dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui bentuk *body shaming* terhadap remaja putri di Desa Karang Pakis.
2. Untuk mengetahui dampak psikologis *body shaming* terhadap remaja putridi Desa Karang Pakis.

D. Kegunaan Penelitian

Secara umum, penelitian ini diharapkan agar memberi manfaat kepada kalangan akademisi khususnya mahasiswa dan masyarakat umum. Adapun manfaat-manfaat tersebut adalah:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini, diharapkan dapat memperluas wawasan penelitian pada bidang Ilmu Psikologi, terutama Ilmu Psikologi Klinis, Psikologi Sosial, dan Psikologi Perkembangan, serta menjadi acuan penelitian selanjutnya mengenai variabel *body shaming*.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini nantinya diharapkan dapat menjadi tolak ukur dalam menentukan sikap terhadap tindakan *body shaming* yang telah terjadi dimasyarakat sehingga masyarakat umum diharapkan dapat menaruh perhatian lebih dan menjadi sensitif terhadap tindakan *body shaming* yang terjadi di sekitarnya.

E. Definisi Konsep

Definisi konsep atau dengan kata lain penegasan istilah adalah untuk memberikan dan memperjelas makna atau arti istilah-istilah yang diteliti secara konseptual atau berdasarkan kamus bahasa agar tidak salah menafsirkan permasalahan yang sedang diteliti. Dalam penelitian ini akan dijelaskan beberapa istilah yang berkaitan dengan permasalahan yang sedang diteliti, antara lain:

1. *Body shaming*

Body shaming adalah suatu bentuk tindakan berupa mengomentari atau mengeluarkan pendapat kepada seseorang mengenai bentuk tubuh yang dimilikinya. Komentar yang dilontarkan bukanlah sebuah pujian, melainkan komentar yang dilontarkan lebih bertujuan untuk menjatuhkan atau mempermalukan orang lain melalui fisik yang dimilikinya.²

2. Remaja

Remaja merupakan masa transisi/peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan secara fisik, psikososial, dan psikis. Secara kronologis yang tergolong remaja memiliki usia berkisaran 12-21 tahun bagi perempuan, sedangkan laki-laki 13-22 tahun.³

F. Telaah Pustaka

²Surya Ananda Fitriana, "Dampak Body Shaming Sebagai Bentuk Kekerasan Terhadap Perempuan", (Skripsi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2019), 3.

³ Sarwono, S. W. *Psikologi Remaja*, (Jakarta : Pt Raja Grafindo Persada, 2013), 6.

1. Pada jurnal penelitian Sakinah dengan judul “ Ini Bukan Lelucon: *Body Shaming*, Citra Tubuh Dan Dampak Mengatasinya”, bertujuan untuk mengindikasikan bentuk *body shaming* yang terjadi pada informan yang mengalami dan bagaimana cara mereka mengatasi tindakan *body shaming*. Perbedaan antara penelitian Sakinah dengan penelitian yang akan dilakukan adalah subjek, penelitian yang akan dilakukan peneliti adalah lebih berfokus terhadap “remaja putri” sedangkan penelitian oleh Sakinah semua usia yang pernah mengalami *body shaming* di dunia maya. Selain itu perbedaan terletak pada jumlah subjek. Penelitian Sakinah ini memiliki jumlah subjek 11 orang dengan jenis kelamin dan usia yang bervariasi. Dengan teknik pengumpulan data dilakukan dengan media instagram, sedangkan penelitian yang akan dilakukan ini berjumlah 5 orang subjek yang hanya berfokus kepada para remaja putri dengan teknik pengumpulan data wawancara, observasi dan dokumentasi.
2. Pada jurnal penelitian Tri Fajariani Fauziah dan Lintang Ratmi Ratmiaji dengan judul “Memahami Pengalaman *Body Shaming* Remaja Putri”, bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengalaman remaja putri yang mengalami tindakan *body shaming*. Perbedaan penelitian Tri Fajariani F dan Lintang Ratmi R dengan penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian tersebut lebih mendalam kepada cerita atau pengalaman para remaja putri korban dari *body shaming* tersebut. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan lebih mendalam mengenai dampak terhadap remaja putri dan bentuk tindakan *body shaming*. Penelitian ini memiliki persamaan pada metode penelitiannya yaitu sama-sama menggunakan metode penelitian kualitatif dan pendekatan fenomenologi.
3. Pada jurnal penelitian oleh Surya Ananda Fitriani dengan judul “Dampak *Body Shaming* Sebagai Bentuk Kekerasan Terhadap Perempuan” Mahasiswa Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatulloh pada tahun 2019. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengalaman perempuan mengalami *body shaming* dan untuk mengetahui

dampak dari *body shaming* serta untuk mengetahui faktor penyebab *body shaming*. Dalam penelitiannya tersebut terdapat persamaan dengan penelitian ini adalah sama-sama membahas *body shaming* dan lebih memfokuskan kepada perempuan. Perbedaan dari penelitian ini adalah peneliti lebih memfokuskan pada bentuk dan dampak *body shaming* sebagai tindak kekerasan bagi korban, sedangkan penelitian ini lebih memfokuskan mengenai analisis dan dampak psikologis *body shaming* terhadap remaja.

4. Pada jurnal penelitian yang berjudul “Dampak *Body Shaming* terhadap kepercayaan diri remaja putri di Desa Muara Uwai” penulisnya adalah Nadiatul Mawaddah mahasiswa Universitas Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada tahun 2020. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana dampak *body shaming* terhadap kepercayaan diri remaja putri yang mengalami tindakan tersebut. Dalam penelitian tersebut peneliti lebih memfokuskan pada apakah terdapat pengaruh perlakuan *body shaming* terhadap kepercayaan diri dan menggunakan metode kuantitatif sedangkan penelitian yang akan diteliti ini menggunakan metode kualitatif, persamaan dalam penelitian ini adalah sama-sama membahas mengenai *body shaming* yang memfokuskan kepada remaja putri.
5. Penelitian Rahmat Hidayat, Eka Malfasari, Dan Rina Herniyati, “Hubungan Perlakuan *Body shaming* Dengan Citra Diri Mahasiswa”, Volume 7, Nomor 1, e-ISSN 2655-8106, Mei 2019. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan perlakuan *body shaming* dengan citra diri pada mahasiswa STIKes Payung Negeri Pekanbaru, jenis penelitian ini yaitu kuantitatif, berdasarkan hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan perlakuan *body shaming* dengan citra diri pada mahasiswa STIKes Payung Negeri Pekanbaru didapatkan bahwa responden yang mendapatkan perlakuan *body shaming* buruk memiliki citra diri rendah dibandingkan responden yang mengalami *body shaming* yang baik.