

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia dianugerahkan oleh Tuhan berbagai kelebihan maupun kekurangan, baik itu sikap, fisik, potensi, bahkan berbagai kemampuan yang tanpa kita sadari terdapat dalam diri kita. Dalam hal penampilan, memiliki tubuh ideal merupakan salah satu nilai esensial bagi tiap individu. Hal ini dikarenakan tampilan fisik merupakan cerminan dari individu itu sendiri. Bentuk tubuh juga akan menjadi hal pertama yang akan merepresentasikan diri kita. Tetapi, harus dipahami bahwa tidak setiap manusia terlahir dengan kondisi fisik yang ideal. Oleh karena itu, sudah semestinya berbagai perbedaan yang dimiliki oleh tiap individu tidak seharusnya menjadi permasalahan.

Perbedaan fisik pada tiap individu yang seharusnya merupakan hal biasa, saat ini justru menjadi masalah pada masyarakat, terlebih seiring dengan perkembangan teknologi yang makin masif hal ini tentu menyebabkan kian mudahnya masyarakat dalam mengakses berbagai informasi, baik melalui media digital maupun media cetak. Namun di sisi lain, kemudahan ini turut memunculkan masalah baru seperti munculnya tren serta cara pandang tertentu dalam berbagai aspek kehidupan, salah satunya terkait standar fisik ideal. Melalui media digital, masyarakat akan melihat tren kecantikan yang terus berubah setiap masa mengikuti tren global. Hal ini kemudian membuat perempuan menyesuaikan penampilannya dengan standar yang sedang populer demi memperoleh penerimaan sosial.

Standar ideal tersebut juga terbentuk akibat *public figure* yang diperlihatkan di media sosial yang dianggap sesuai dengan standar ideal yang ada pada masyarakat, hingga hal ini mereka jadikan pembanding dengan diri sendiri. Hal ini akan mempengaruhi persepsi remaja mengenai tubuh ideal yang ditampilkan oleh *public figure* di berbagai media, baik televisi, film, majalah, video serta media sosial. *Branding* bentuk tubuh yang ada di

media sosial menimbulkan tren baru seputar gaya hidup di kalangan remaja mulai dari perawatan tubuh dan kesehatan.

Standar ideal dan tren tersebut akhirnya membentuk yang namanya citra tubuh ataupun *body image* pada masyarakat, terkhusus di kalangan remaja. Honigman dan Castle menyatakan bahwa *body image* adalah gambaran psikologis (persepsi) seseorang mengenai bentuk dan ukuran tubuhnya, serta penilaian terhadap apa yang dipikirkan dan rasakan orang lain terhadap tubuhnya (Honigman & J Castle, 2007). Penerimaan diri seseorang di lingkungan sangat dipengaruhi oleh citra diri. Apabila citra diri seseorang semakin tinggi, maka semakin tinggi juga penerimaan seorang individu terhadap dirinya sendiri, namun sebaliknya ketika penilaian dan standar sulit dicapai hal ini akan dapat menimbulkan perasaan tidak puas terhadap kondisi diri sendiri. Pola pikir ini terus terimplementasikan, hingga timbul persepsi negatif terhadap citra diri sendiri ketika tidak mampu mengikuti dan memiliki tubuh ideal yang diharapkan.

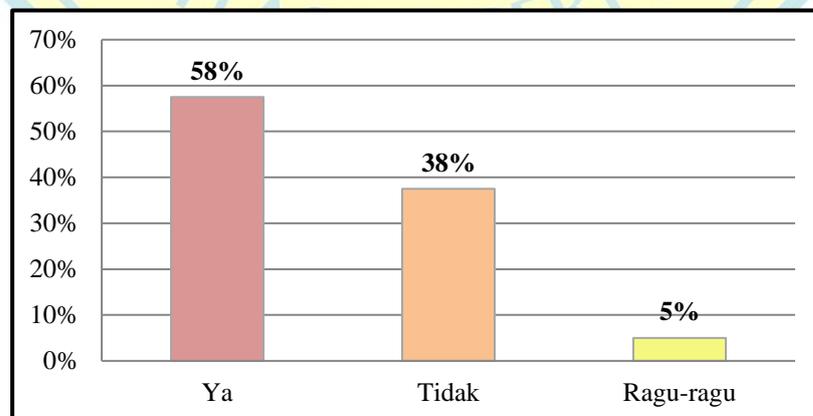
Semakin tingginya standar fisik ideal yang berkembang di masyarakat dan munculnya persepsi negatif karena tidak mampu mengikuti dan memiliki tubuh yang diharapkan, menyebabkan seringkali terjadi tindakan ejekan terhadap teman sebaya atau perseorangan dalam kelompok peserta didik di sekolah. Tindakan ini dikenal dengan istilah *body shaming*, yaitu perlakuan berupa hinaan bentuk fisik orang lain yang tidak sesuai dengan standar ideal.

Umumnya *body shaming* yang dilakukan menggunakan kata ejekan atau penggunaan nama “hewan” bertubuh besar seperti gajah atau kerbau, sebagai ejekan terhadap orang gemuk. Orang kurus disebut “papan” karena tidak memiliki lekuk tubuh. Dari sudut pandang pelaku mungkin mereka menganggap hal tersebut sebagai candaan tetapi faktanya *body shaming* dapat dikategorikan sebagai tindakan *bullying* karena dianggap sebagai kekerasan dalam bentuk verbal kepada orang lain. *Body shaming* juga akan memberikan pengalaman buruk dan tentunya membekas dalam hidup korban yang mengalaminya.

Body shaming kerap ditemukan pada kalangan remaja. Pada masa remaja terjadi perubahan yang amat cepat, baik pada fisik maupun psikologis. Pada usia inilah gaya hidup sangat cepat berkembang serta banyak diikuti oleh remaja, dimana masa ini merupakan proses transisi yang menjadikan remaja mudah mengikuti dan terbawa arus perubahan. Selain mudah terbawa oleh arus perubahan, remaja juga memiliki kebutuhan yang kuat untuk diterima dan disukai oleh teman sebayanya. Ketika mereka diterima oleh kelompok atau teman sebayanya akan timbul perasaan senang, tetapi sebaliknya ketika mereka mendapat penolakan dari teman sebaya atau kelompoknya, mereka akan merasa cemas bahkan stress.

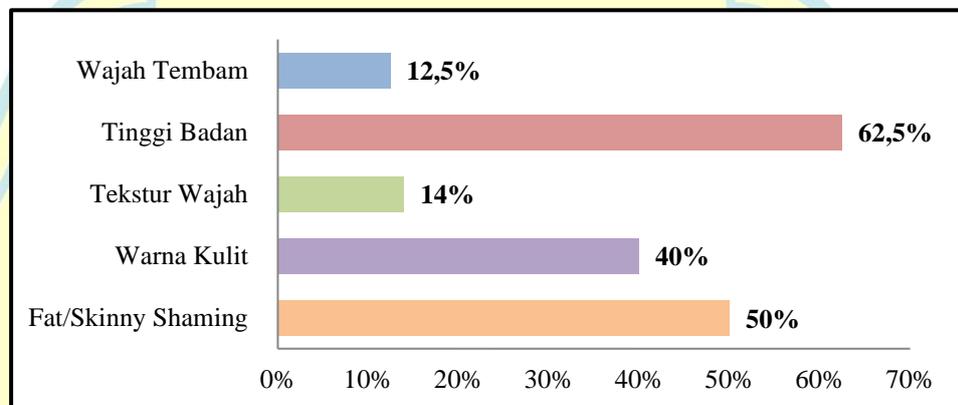
Pengaruh dari teman sebaya bisa memberikan dampak positif ataupun negatif pada remaja. Kurangnya penerimaan teman sebaya dan viktimisasi teman sebaya berkontribusi pada terpaparnya stress. Namun sebaliknya, hubungan yang positif atau baik dengan teman sebaya adalah hal yang penting untuk perkembangan sosial pada remaja. Tekanan sosial khususnya dari teman sebaya mengenai bentuk tubuh ideal, serta perkembangan otak yang belum matang membuat remaja cenderung spontan sehingga mendorong untuk melakukan *body shaming*.

Berdasarkan pra penelitian mengenai *body shaming* pada peserta didik perempuan kelas 8 di SMP Negeri 213 Jakarta, didapatkan data mengenai pengalaman mengalami *body shaming* yang dipaparkan dalam histogram berikut.



Sumber: Data Penelitian, 2024

Berdasarkan analisis mengenai histogram dari keseluruhan pra penelitian terhadap 40 orang peserta didik wanita didapatkan hasil bahwa 23 orang (58%) pernah mendapatkan tindakan *body shaming* di sekolah dengan memilih jawaban ‘Ya’, 15 orang (38%) tidak mengalami tindakan *body shaming* di sekolah karena memilih jawaban “Tidak” dan sisanya yakni 2 orang (5%) ragu-ragu karena memilih kombinasi jawaban Ya dan Tidak. Terdapat beberapa bentuk *body shaming* yang paling sering diterima oleh korban diantaranya *fat shaming*, *skinny/thin shaming*, warna kulit dan tekstur wajah



Sumber: Data Penelitian, 2024

Di SMP Negeri 213 Jakarta sendiri melalui pra penelitian didapatkan hasil bahwa jenis *body shaming* yang paling banyak ditemui di lingkungan sekolah yaitu sebanyak (62,5%) peserta didik memilih tinggi badan baik itu terlalu tinggi/pendek, kemudian sebanyak (50%) peserta didik memilih *fat/skinny shaming*, selanjutnya warna kulit (40%), wajah bertekstur (35%) dan terakhir yaitu pipi tembam sebesar (12,5%). Temuan ini diperkuat oleh keterangan guru Bimbingan dan Konseling (BK) yang menyatakan bahwa kerap menemukan kasus *body shaming* di kalangan peserta didik mulai dari *fat shaming*, warna kulit atau perubahan fisik karena pubertas.

Sehingga berdasarkan pemaparan di atas perlu dilakukan penelitian mengenai "**Body Shaming pada Kalangan Remaja Perempuan (Studi Deskriptif di SMP Negeri 213 Jakarta)**"

B. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka pembatasan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dibatasi pada bagaimana dampak *body shaming* pada remaja perempuan di SMP Negeri 213 Jakarta.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah tersebut maka dirumuskan masalah penelitian ini, yaitu:

1. Bagaimana dampak *body shaming* pada kalangan remaja perempuan di SMPN 213 Jakarta?

D. Manfaat Penelitian

Kami berharap dari penelitian yang telah dilakukan, akan dapat memberikan banyak manfaat baik manfaat teoritis maupun manfaat praktis, diantaranya sebagai berikut:

A. Manfaat Teoritis

1. Memperkaya pemahaman kita tentang proses sosial seperti pembentukan identitas, persepsi diri, dalam konteks *body shaming*
2. Membuka pintu untuk penelitian lebih lanjut mengenai topik-topik yang masih kurang terjamah, seperti dampak *body shaming* pada kelompok usia tertentu, budaya, atau jenis kelamin.
3. Menjadi dasar untuk mengembangkan kurikulum yang lebih komprehensif tentang kesehatan mental, citra tubuh, dan inklusivitas.

B. Manfaat Praktis

1. Bagi Peserta Didik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan wawasan pada peserta didik mengenai bahaya *body shaming*, baik bagi diri sendiri maupun orang lain. Mereka akan lebih memahami dampak psikologis yang serius dari perundungan terkait tubuh.

2. Bagi Pendidik

Hasil penelitian diharapkan dapat membantu pendidik dalam mengenali dampak *body shaming* serta memberikan dukungan yang tepat kepada peserta didik yang pernah mengalaminya.

3. Bagi Sekolah

Sekolah dapat mengambil langkah-langkah preventif untuk mengurangi kasus *body shaming* di lingkungan sekolah.

