

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Body shaming atau mengomentari bentuk fisik orang lain tanpa disadari menjadi hal yang umum dilakukan oleh setiap orang baik di dunia nyata maupun di dunia maya, terutama di kalangan wanita. Munculnya komentar mengenai bentuk fisik orang lain dikarenakan adanya standarisasi kecantikan yang sering diperlihatkan dalam tayangan media massa atau media sosial. Hampir setiap negara memiliki standar kecantikan tersendiri.

Indonesia merupakan salah satu negara yang memiliki standarisasi kecantikan. Kecantikan identik dengan bentuk tubuh dan berat badan ideal, rambut lurus yang panjang, berkulit putih, dan memiliki kaki yang jenjang. Karena adanya persepsi tentang standar kecantikan ini banyak perempuan yang berusaha untuk merubah bentuk tubuhnya dengan melakukan diet yang berbahaya dan olahraga yang berlebihan.

Perilaku *body shaming* dapat menjadikan seseorang semakin merasa tidak nyaman terhadap penampilan fisik dan korban *body shaming* tersebut akan mulai untuk menutup diri baik terhadap lingkungan maupun orang-orang yang akan ia temui sehingga dapat mengalami depresi. *Body shaming* juga dapat menimbulkan perilaku yang tidak baik atau tidak sehat bagi korbannya, karena seseorang yang sering dicela/*bully* pasti memiliki rasa keinginan untuk mengubah bentuk tubuhnya dengan segala cara. Cara ini dapat berupa diet *extreme* (puasa berlebihan, hanya mengkonsumsi air putih), minum obat dan jamu pelangsing, sedot lemak, dan hal lain yang dapat menjadi kebiasaan buruk bagi tubuhnya.

Body shaming yang secara terus menerus dan berkelanjutan yang diberikan kepada seseorang dapat membuat korbannya mengalami berbagai gangguan

kesehatan seperti gangguan makan (*eating disorder*) seperti anoreksia dan bulimia, depresi hingga kehilangan rasa percaya diri, dan rasa ketidakpuasan pada diri sendiri atau *Body Dysmorphic Disorder* (BDD).

Body shaming termasuk perilaku perundungan atau *bullying*. Perundungan atau *bullying* adalah tindakan yang dilakukan secara sadar dan disengaja yang bertujuan untuk menyakiti orang lain. Perilaku *bullying* verbal dapat berupa (penamaan yang buruk (memanggil sebutan dengan: gendut, cungring, hitam, pesek, keribo dan lain sebagainya), ejekan/celaan, olokan, dan menyebarkan rumor yang tidak baik tentang si korban). Tipe *bullying* secara verbal umumnya bertujuan untuk merendahkan harga diri korban. Jenis perundungan verbal lebih mengenai sisi psikologis yang dapat dingat oleh korban seumur hidupnya, karena sangat menyakiti perasaan.

Body shaming adalah bentuk perilaku mengomentari kekurangan fisik orang lain, *body shaming* dapat diartikan sebagai sikap atau perilaku yang negatif terhadap bentuk badan, ukuran tubuh, berat badan dan penampilan seseorang. Bentuk-bentuk *body shaming* sendiri antara lain yaitu : *Fat Shaming*, *Skinny / Thin Shaming*, rambut tubuh / tubuh berbulu, bentuk rambut kepala dan warna kulit.

Menghadapi *body shaming* membutuhkan proses yang lama dan tidak cepat berakhir. Korban akan merasa malu dan tidak puas pada tubuhnya sendiri, dan kehilangan rasa percaya diri . Sehingga pada akhirnya hal ini menuntun seseorang pada tekanan yang lebih terkait persepsi tubuhnya. Pada titik tertentu individu melakukan proses perlawanan pada *body shaming* yang menyimpannya, berupa pengabaian, pembelaan diri, dan refleksi diri.

Citra tubuh berkaitan dengan *body shaming*. Citra diri yaitu gambaran tentang diri seseorang. Citra diri merupakan sikap seseorang pada tubuhnya secara sadar maupun tidak. Sikap yang di maksud berupa perasaan atau persepsi tentang bentuk tubuh, ukuran tubuh, penampilan di masa sekarang dan yang telah lalu

secara berkelanjutan yang di modifikasi dengan pengetahuan baru setiap individu. Seringkali wanita merasa tidak puas dengan penampilan mereka yang disebabkan oleh perubahan fisik hormonal, sosial maupun psikologis yang sangat berbeda pada masa pubertas atau *adolescence*.

Beberapa wanita berpendapat bahwa penampilan fisik sangat memengaruhi rasa percaya diri. Menurut sebagian wanita pula penampilan fisik juga dapat memengaruhi pekerjaan, percintaan dan pertemanan. Tidak jarang jika pada akhirnya menuntun seorang perempuan pada tekanan yang lebih besar terkait persepsi tubuhnya. Hal ini sangat menyudutkan para perempuan dan semakin membuat kehilangan rasa percaya diri, ditambah dengan sikap tidak dewasa yang ditunjukkan lingkungan keluarga dan tidak ada bentuk dorongan dari keluarga.

Perundungan banyak terjadi pada wanita di masa remaja, masa peralihan diantara masa kanak-kanak dan dewasa, yang ditandai dengan perkembangan biologis, psikologis, dan moral. Batasan usia masa remaja menurut Santrock, Awal masa remaja dimulai pada usia 10-12 tahun, dan berakhir pada usia 21-22 tahun (Sarwono, 2018). Dalam masa ini seorang wanita mengalami masa pertumbuhan dan masa perkembangan fisiknya maupun perkembangan psikisnya. Baik dari bentuk badan, cara berfikir ataupun cara bertindak. Seringkali masa pubertas membuat beban bagi psikis wanita, sehingga memiliki kecenderungan emosi yang labil atau tidak stabil. Banyak pula wanita yang kehilangan rasa percaya diri karena perubahan bentuk tubuhnya.

Pada masa ini lah para wanita sering mendapatkan perlakuan, kekerasan atau penghinaan terhadap bentuk tubuh (*body shaming*). Istilah *body shaming* digunakan untuk mengejek orang yang memiliki penampilan fisik yang dinilai berbeda dengan masyarakat pada umumnya. Hal ini menyudutkan para korban dan semakin membuat mereka kehilangan rasa percaya diri. Krisis percaya diri menimbulkan gangguan bagi si penderita . Bahkan, penyakit ini bisa sangat kronis sampai korban tak mau bergaul lagi dengan orang lain, lebih fatal, korban rela mengakhiri hidupnya karena penyakit mental.

Dengan banyak kasus perilaku *body shaming*, turut menimbulkan pula istilah *body positivity*, yaitu bentuk apresiasi atau rasa bersyukur atas bentuk tubuh yang ia miliki. Istilah *body positivity* sekarang dijadikan sebuah gerakan sosial yang dapat mendorong semua orang agar memiliki penilaian yang positif mengenai tubuh mereka, menerima bentuk tubuh mereka sendiri dan juga tubuh orang lain tanpa menghakimi.

Kasus *body shaming* terbanyak terjadi pada tahun 2018 dengan 966 kasus penghinaan fisik atau *body shaming* yang ditangani oleh polisi dari seluruh Indonesia. Namun, sebanyak 347 kasus *body shaming* telah selesai, data ini dilontarkan oleh Karo Penmas Divisi Humas Mabes Polri kepada awak media. Perilaku *body shaming* merupakan bentuk kejahatan yang dapat dipidanakan, "*Body shaming* dikategorikan menjadi dua tindakan. Tindakan yang pertama seseorang mentransmisikan narasi berupa hinaan, ejekan terhadap bentuk, wajah, warna kulit, postur seseorang menggunakan media sosial. Hal tersebut dapat dikategorikan masuk UU ITE Pasal 45 ayat 1 dan Pasal 27 ayat 3, dapat diancam hukuman pidana 6 tahun, Kedua, apabila melakukan *body shaming* tersebut secara verbal, langsung ditujukan kepada seseorang, dikenai Pasal 310 KUHP dengan ancaman hukuman 9 bulan. Kemudian (*body shaming* yang langsung ditujukan kepada korban) dilakukan secara tertulis dalam bentuk narasi, melalui transmisi di media sosial, dikenai Pasal 311 KUHP. Hukuman 4 tahun," ujar Karo Penmas Divisi Humas Polri Brigjen Dedi Prasetyo yang dikutip dari berita online news.detik.com.

Banyak komunitas yang bermunculan untuk menggerakkan kampanye sosial mengenai *Body shaming* yang bertujuan mengedukasi dan mengajak seluruh masyarakat menyadari bahwa perilaku *body shaming* merupakan perilaku yang tidak baik dan bentuk kekerasan yang memberikan dampak sangat buruk bagi para korbannya. Mulai dari gangguan mental hingga dapat melakukan bunuh diri.

Salah satu komunitas yang aktif melaksanakan kampanye anti *body shaming* yaitu komunitas "Plus Size Jabodetabek" yang dimana komunitas ini memiliki slogan "LOVE YOUR BODY & BE POSITIVE", komunitas ini mengajak para

wanita bertubuh besar untuk bergabung dalam mengkampanyekan *Stop Body Shaming*. Dalam komunitas Plus Size ini memiliki beberapa aktivitas positif yang membuat para anggota dan orang lain lebih percaya diri, *open minded* dan *respect* terhadap sesama. Aktivitas yang dilakukan dalam bentuk *Charity, Modeling, Campaign, sharing* dan *photoshoot*. Komunitas Plus size Jabodetabek ini pula menjadi tempat untuk membangun *self-love* dan membantu para anggota untuk mengasah bakat yang dimiliki anggotanya sesuai dengan minat anggota Plus Size Jabodetabek. Sampai saat ini komunitas Plus Size Jabodetabek ini telah beranggotakan +/- 100 wanita plus size se-JABODETABEK.

Plus size Jabodetabek pula telah mencetak banyak *model professional* yang mampu bersaing dengan model-model professional lainnya yang memiliki berat badan dan postur ideal, Plus Size Jabodetabek mampu mendobrak standarisasi yang berlaku mengenai “Cantik itu adalah Kurus”. Para anggota Plus Size memiliki banyak *followers* di media sosial instagram yang menandakan bahwa banyak orang yang menyukai sikap percaya diri dari para model, karena model yang memiliki rasa percaya diri yang baik akan menghasilkan foto ataupun karya yang baik pula, dari situlah anggota Plus Size Jabodetabek perlahan mulai menyadarkan masyarakat untuk menurunkan stereotip tentang “Cantik itu adalah Kurus”.

Maka dari kasus-kasus *body shaming* yang telah dialami oleh kebanyakan orang dan banyak pula komunitas-komunitas yang bermunculan untuk menggerakkan kampanye *Stop Body Shaming* atau *Body Positivity*, sesuai dengan judul penelitian “STRATEGI KAMPANYE KOMUNITAS *PLUS SIZE* UNTUK MEMBANGUN KESADARAN MASYARAKAT TERKAIT *BODY SHAMING*”. Peneliti memiliki ketertarikan untuk meneliti mengenai Strategi yang dimiliki oleh Komunitas Plus Size Jabodetabek dalam membangun kesadaran Masyarakat terkait perilaku *body shaming*.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dikemukakan, maka peneliti mengangkat rumusan masalah yaitu:

1. Bagaimana strategi kampanye yang digunakan dalam upaya meningkatkan kesadaran masyarakat tentang perilaku *body shaming*.
2. Kegiatan apa saja yang dilakukan komunitas Plus Size Jabodetabek untuk mengajak perempuan bertubuh Plus Size lebih percaya diri dan mengajak masyarakat lebih menghargai bentuk tubuh atau kekurangan orang lain.
3. Apa saja hambatan dan upaya mengatasi hambatan yang terjadi saat melakukan kampanye

1.3. Batasan Masalah

Proposal skripsi ini hanya membahas terbatas pada bagaimana strategi komunitas Plus Size Jabodetabek dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang perilaku *body shaming* yang ditujukan kepada wanita berusia 17-25 tahun

1.4. Tujuan penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi kampanye yang dilakukan oleh komunitas Plus Size Jabodetabek dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang perilaku *body shaming*.

1.5. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Akademik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam pengembangan ilmu komunikasi, tambahan referensi, juga sebagai acuan bagi penelitian

selanjutnya yang berhubungan dengan strategi kampanye sosial khususnya mengenai *body shaming*.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran masyarakat tentang perilaku *Body Shaming* agar tidak melakukan penilaian menyimpang dari bentuk tubuh orang lain juga meningkatkan rasa saling menghormati dan kasih sayang terhadap sesama juga dapat membuka cara berpikir masyarakat atau mahasiswa berkaitan dengan permasalahan-permasalahan *body Shaming* agar lebih sensitif terhadap permasalahan kekerasan simbolik yang terjadi di masyarakat.

1.6. Sistematika Penelitian

BAB 1. PENDAHULUAN : Pada bab ini berisikan latar belakang masalah, perumusan masalah, batasan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan mengenai hal-hal yang berkaitan dengan penelitian yang diteliti.

BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA : Pada bab ini berisikan tema penelitian, teori, dan konsep penelitian.

BAB 3. METODOLOGI PENELITIAN : Pada bab ini berisikan metodologi yang digunakan, objek penelitian strategi kampanye Komunitas Plus Size untuk membangun kesadaran terkait *body shaming* adalah deskriptif kualitatif. Dalam bab ini berisi paradigma penelitian, pendekatan penelitian, jenis penelitian, lokasi dan waktu penelitian, teknik pemilihan informan, teknik pengumpulan data, teknik analisis data dan teknik keabsahan data.

BAB 4. HASIL DAN PEMBAHASAN : Pada bab ini berisikan pembahasan mengenai hasil dan pembahasan penelitian sesuai dengan objek penelitian.

BAB 5. SIMPULAN DAN SARAN : Pada bab ini berisikan kesimpulan mengenai strategi kampanye Komunitas Plus Size untuk membangun kesadaran terkait *body shaming*, berdasarkan analisis data yang telah dilakukan dan saran untuk objek yang diteliti oleh peneliti.