

The Phenomenon of Body Shaming Among Students at Dehasen University, Bengkulu

Fenomena Body Shaming Di Kalangan Mahasiswa Universitas Dehasen Bengkulu

Putri Afriyanti Dewi ¹⁾; Anis Endang ²⁾; Yanto ³⁾

^{1,2,3)} Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu-Ilmu Sosial, Universitas Dehasen Bengkulu

Email: ¹⁾ Putrifriyanti26@gmail.com

How to Cite :

Dewi, P. A., Endang, A., Yanto. (2023). The Phenomenon of Body Shaming Among Students at Dehasen University, Bengkulu .
Jurnal ISO, 3(2). DOI: <https://doi.org/10.53697/iso.v3i2>

ARTICLE HISTORY

Received 20 November 2023]

Revised [20 Desember 2023]

Accepted [25 Desember 2023]

KEYWORDS

Body Shaming Phenomenon,
University of Dehasen Bengkulu.

This is an open access article
under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Body Shaming merupakan kekerasan secara fisik yang berdampak pada psikologi ataupun mental yang dapat mempengaruhi kehidupan seseorang, baik terhadap individu maupun kelompok. Banyaknya pelaku yang mengarah ke Body Shaming menyebabkan dampak negatif bagi korban, antara lain depresi, sedih dan malu, bahkan menarik diri dari pergaulan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui fenomena body shaming di kalangan mahasiswa universitas Dehasen Bengkulu. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menganalisis pendekatan kritis teori objektifikasi perempuan. Dalam penelitian ini informan penelitian adalah mahasiswa Universitas Dehasen Kota Bengkulu yang memiliki bentuk dalam kategori Body Shaming, seperti gendut, kurus tinggi, pendek gemuk (bontet), berkulit hitam, muka jerawat. Melalui analisis dari data-data yang telah didapatkan, peneliti menemukan bahwa tindakan body shaming yang dialami informan merupakan hasil interseksi antara mahasiswa baik teman sekelas ataupun teman dekat. peneliti melihat bahwa sebagian informan mengalami body shaming memiliki dampak yang berbeda beda yaitu menimbulkan kebiasaan mengawasi tubuh secara rutin pada dirinya, merasa malu, tidak pede, menjadi stres kepikiran karena omongan tersebut dan menjauhkan diri dari teman.

ABSTRACT

Body Shaming is physical violence that has an impact on psychology or mentality that can affect a person's life, both for individuals and groups. The large number of perpetrators who lead to body shaming causes negative impacts on victims, including depression, sadness and shame, and even withdrawal from social interactions. This study aims to determine the phenomenon of body shaming among students at Dehasen Bengkulu University. The type of research used in this research is descriptive qualitative. Based on the research results, researchers analyzed the phenomenon of body shaming among female students at Dehasen University Bengkulu through a critical approach to the theory of objectification of women. In this study the research informants were students at Dehasen University, Bengkulu City, who had shapes in the Body Shaming category, such as fat, tall thin, short fat (bontet), black skin, spotty faces. Through analysis of the data that has been obtained, researchers found that the act of body shaming experienced by the informant was the result of intersection between students, both classmates and close friends. The researcher saw that some informants experienced body shaming and had different impacts, namely creating the habit of monitoring their bodies regularly on themselves, feeling embarrassed, feeling insecure, becoming stressed thinking about this talk and distancing themselves from friends.

PENDAHULUAN

Pada era modern saat ini begitu banyak fenomena yang sangat besar pengaruhnya terhadap penilaian standar bentuk tubuh ideal bagi pria maupun wanita. Berkembangnya teknologi dan informasi yang semakin pesat, Apalagi didukung dengan beragamnya media yang sukses memberikan pengaruh yang besar terhadap kriteria mengenai pria dan wanita yang memenuhi bentuk tubuh yang ideal memberikan dampak baik secara positif maupun negatif terhadap kehidupan masyarakat. Berbagai informasi yang berkaitan langsung dengan gaya hidup tentu besar pengaruhnya terhadap standar dan nilai-nilai yang telah ada dalam kehidupan masyarakat, tidak terkecuali yang berkaitan dengan Citra

mengenai bentuk tubuh ideal bagi kaum pria maupun wanita. Penampilan fisik mempunyai keterkaitan yang kuat dengan gambaran dan persepsi terhadap bentuk tubuh seseorang.

Bagi sebagian besar negara di dunia terutama negara maju dan berkembang termasuk Indonesia, secara keseluruhan body shaming adalah perilaku mengkritik, mengomentari, mempermalukan, mengejek atau menghina yang mengarah pada fisik, bentuk tubuh, ukuran tubuh seperti tinggi badan, berat badan, warna kulit, serta bentuk rambut seseorang yang dapat berakibat fatal. Tetapi sering kali terjadi Body shaming identik dengan perilaku untuk menghina atau mengomentari orang yang berbadan gemuk, atau biasa disebut sebagai fat shaming. Namun, perilaku body shaming tidak selalu ditujukan pada orang yang memiliki tubuh gemuk saja, orang yang memiliki badan yang kecil seringkali juga mendapat perlakuan body shaming. (Priyanto, 2016).

Body shaming sudah menjadi kasus yang sering ditangani oleh polisi di seluruh Indonesia, sepanjang tahun 2018 sebanyak 966 kasus penghinaan fisik atau body shaming telah ditangani polisi di seluruh Indonesia. Sebanyak 347 kasus di antaranya selesai, baik melalui penegakan hukum maupun pendekatan mediasi antara korban dan pelaku (Santoso, 2018).

Body shaming tanpa disadari sering dilakukan orang-orang. Meski bukan kontak fisik yang merugikan, namun body shaming sudah termasuk jenis perundungan secara verbal atau lewat kata-kata. Bahkan dalam komunikasi sehari-hari tidak jarang terselip kalimat canda yang berujung pada body shaming. Perilaku body shaming dapat menjadikan seseorang semakin merasa tidak aman dan tidak nyaman terhadap penampilan fisiknya bahkan hingga membuat trauma pada korbannya. dan mulai menutup diri baik terhadap lingkungan maupun orang-orang. Fenomena body shaming ini juga bisa menyebabkan penurunan rasa kepercayaan diri dan bisa mengakibatkan gangguan mental. Oleh karenanya korban body shaming lebih memilih untuk curhat kepada teman terdekat untuk penemuan solusi. Dan didalam masyarakat, hal seperti ini masih dianggap terlalu sensitive untuk dibahas karena berkaitan dengan penampilan fisik dari seseorang. Sehingga belum ada penanganan yang tepat selain curhat ataupun langsung ke ahli psikolog.

Era milenial dimana pengangkatan hak-hak wanita dan penghapusan kekerasan pada wanita terus disuarakan. keadilan adalah salah satu tembok utama yang dibangun untuk melindungi korban Body Shaming pada saat ini.

Namun, pada kenyataannya masih terdapat fenomena kekerasan pada korban Body Shaming dalam kegiatan keseharian baik disadari maupun tidak. Pelaku body shaming biasanya datang dari orang terdekat seperti sahabat, teman, tetangga, bahkan dosen dan orang tua. Namun, perilaku mencemooh fisik dianggap hal yang lucu dan biasa, dalih bercanda, alasan ingin memberi dukungan agar korban berubah, dan alasan yang paling umum digunakan adalah kebebasan berpendapat di ruang publik. salah satunya adalah fenomena body shaming yang sering dialami mayoritas perempuan dalam kegiatan sosial mereka sehari-hari.

LANDASAN TEORI

Konsep Body Shaming

Menurut Michael Lewis (2011: 88), rasa malu adalah hasil aktivitas kognitif yang kompleks: evaluasi tindakan individu mengenai standar, aturan, tujuan serta evaluasi global dari diri mereka dan dari orang lain sedangkan rasa bersalah merupakan emosi yang dihasilkan ketika individu mengevaluasi perilaku mereka gagal tetapi berfokus pada perilaku spesifik diri atau tindakan diri yang mengarah pada kegagalan. Noll dan Fredrickson (2017:67) mengatakan bahwa shame diartikan sebagai perasaan yang muncul ketika individu gagal mencapai suatu target ideal. Sara Ahmed dalam Dolezal (2015: 79), menyebutkan shame merupakan emosi yang terbentuk dari kebiasaan sosial dan budaya, bentuk/wujud dari budaya politik yang dibentuk oleh dunia. Malu merupakan bagian dari emosi kesadaran diri akan berpengaruh pada pembentukan fenomena body shame dalam penelitian ini..

Body shame merupakan perasaan malu akan salah satu bentuk bagian tubuh ketika penilaian orang lain dan penilaian diri sendiri tidak sesuai dengan diri ideal yang diharapkan individu (Nol & Frederickson, 2003: 44). Body shame terjadi ketika orang mengevaluasi dirinya relatif terhadap

Internalisasi dan budaya ideal.

Body shame merupakan bagian khusus yang kuat dan potensi dari rasa malu. Orang lain tidak hanya mengamati tubuh sebagai bagian dari diri kita tetapi tubuh juga menjadi tempat untuk kepribadian yang membuat pengalaman subyektif manusia yang bermakna dapat terjadi. Pada dasarnya tubuh merupakan dasar dari diri (self). Demikianlah, kesadaran perlu diwujudkan dan tidak seksama dapat ditemukan batasan yang dapat dibuat antara diri dan tubuh. Walaupun “aku adalah tubuhku” (I am my body) tetap akan ada perasaan bahwa “aku memiliki tubuhku” (I have my body). Saat individu mengalami body shame akan ada jarak antara diri dengan tubuh, bahwa individu yang merasa tubuh adalah miliknya dia akan merasa bahwa apa yang diharapkan pada tubuhnya sebaiknya/seharusnya ada di tubuhnya. Padahal sebenarnya tidak semua yang diharapkan atau diinginkan harus dimiliki. Misalnya, individu akan merasa tidak nyaman dengan kulitnya sendiri karena saat itu media menampilkan standar yang tidak dimiliki kulitnya (Dolezal, 2015; 31).

Konsep Mahasiswa

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji, 2012: 5). Dalam Kamus Bahasa

Indonesia (KBI), mahasiswa didefinisikan sebagai orang yang belajar di Perguruan Tinggi (Kamus Bahasa Indonesia Online, kbbi.web.id).

Mahasiswa secara harfiah adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, baik di universitas, institut atau akademi. Mereka yang terdaftar sebagai murid di perguruan tinggi otomatis dapat disebut sebagai mahasiswa (Takwin, 2008). Menurut Budiman (2006), mahasiswa adalah orang yang belajar di sekolah tingkat perguruan tinggi untuk mempersiapkan dirinya bagi suatu keahlian tingkat sarjana. Sementara itu menurut Daldiyono (2009) mahasiswa adalah seorang yang sudah lulus dari Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA) dan sedang menempuh pendidikan tinggi.

Menurut Siswoyo (2007: 121) mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam bertindak. Berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa, yang merupakan prinsip yang saling melengkapi. Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pematangan pendirian hidup (Yusuf, 2012: 27).

Mitos Kecantikan

Akhirnya, setelah sekian lama berada dalam kebisuan, kaum perempuan berusaha untuk lebih membumi. Mereka ambil bagian aktivitas-aktivitas yang berlangsung di jalanan. Selama dua decade dimulai saat terjadi aksi-aksi radikal yang mengiringi kelahiran kembali feminisme pada awal 1970an, perempuan-perempuan Barat telah berhasil meraih hak-hak di bidang hukum dan kesehatan reproduksi. Mereka juga mengenyam bidang pendidikan yang lebih tinggi, memasuki area perdagangan, menggeluti berbagai profesi, serta mengubah keyakinan-keyakinan lama tentang peran social mereka. Satu generasi telah berlalu, tetapi apakah perempuan telah merasa bebas?

Perempuan-perempuan liberal, berpendidikan, dan berpengaruh yang hidup di dunia pertama, yang dapat menikmati kebebasan yang tidak dialami perempuan-perempuan di masa sebelumnya, sesungguhnya tidak benar-benar merasa bebas seperti yang mereka impikan. Dan mereka tidak bisa terus menerus meyakinkan diri bahwa kurangnya kebebasan ini adalah sesuatu yang berhubungan dengan isu-isu yang sesungguhnya tidak perlu dipermasalahkan, isu yang tampak sebagai sesuatu yang tidak penting. Banyak perempuan yang merasa malu karena mereka memberikan perhatian khusus terhadap hal-hal semacam penampilan fisik, tubuh, wajah, rambut atau pakaian. Meskipun ada perasaan malu, bersalah dan terganggu itu, lebih banyak perempuan tetap saja membayangkan, bukanlah kenyataan bahwa mereka sendirian dan ketakutan itu saja yang menghantui, melainkan ada sesuatu yang jauh lebih penting, yang berhubungan dengan adanya pertentangan antara kebebasan dan kecantikan perempuan (Wolf, 2004: 24).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Menurut Sugiyono (2003:14), penelitian kualitatif adalah yang berbentuk kata, skema, dan gambar. Sementara penyajian secara penelitian deskriptif adalah suatu penelitian yang berusaha menggambarkan atau melukiskan obyek yang diteliti berdasarkan fakta yang ada di lapangan.

Pengolahan dan analisis data dilakukan dalam seluruh rangkaian kegiatan penelitian lapangan yang dimulai sejak penelitian dilaksanakan secara berkeseimbangan. Analisis data adalah proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola kategori, dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja seperti yang disarankan data. Adapun tahap analisis dan pengolahan data berdasarkan komponen-komponen data menurut Miles dan Huberman (Maleong, 2010:97), sebagai berikut:

Reduksi Data

Data atau laporan yang didapat dari lapangan dikumpulkan, dipilah-pilah atau ditulis dengan rapi, terinci secara sistematis, kemudian memilih hal-hal yang pokoknya sesuai dengan fokus penelitiannya yaitu fenomena body shaming di kalangan mahasiswa Universitas Dehasen Bengkulu. Data-data yang telah direduksi diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih tajam tentang hasil pengamatan dan mempermudah peneliti dalam melakukan analisis berikutnya.

Display Data

Penyajian data adalah sekumpulan informasi yang tersusun dan akan memberikan gambaran penelitian secara menyeluruh. Data yang disusun secara singkat, jelas, terperinci, dan menyeluruh akan mempermudah dalam memahami gambaran terhadap aspek yang diteliti, baik secara keseluruhan maupun parsial.

Pengambilan Keputusan Verifikasi

Kesimpulan diambil secara bertahap yaitu berupa kesimpulan sementara. Namun dengan bertambahnya bertambahnya data dilakukan verifikasi dengan cara mempelajari kembali data-data yang ada. Kesimpulan dalam penelitian ini merupakan hasil penelitian, sehingga dapat menyimpulkan fenomena body shaming di kalangan mahasiswa komunikasi Universitas Dehasen Bengkulu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam Penelitian ini terdapat 5 orang informan. Yang mana masing- masing informan dapat dilihat pada tabel-tabel berikut :

Tabel 1 Karakteristik Informan

No	Nama	Umur	Jurusan
1	Rossa Beno	24	PG PAUD
2	Eka Fitri Yulita	23	Manajemen
3	Angela Oktariyani	21	Sastra Inggris
4	Anita Damayanti	23	Komunikasi
5	Nia Hasibuan	24	akuntansi

Fenomena Body Shaming di Kalangan Mahasiswa Universitas Dehasen Bengkulu

Fenomena body shaming bukanlah fenomena yang baru, fenomena ini sudah ada sejak dulu. Body shaming rentan terjadi di lingkungan anak muda. Di Universitas Dehasen Bengkulu ditemukan perilaku- perilaku anak muda yang menunjukkan adanya body shaming. Mahasiswa dan mahasiswi Universitas Dehasen Bengkulu sangatlah beragam mulai dari latar belakang, asal daerah, suku, agama bahkan bentuk tubuh yang beragam. Oleh sebab itu tindakan seperti body shaming kerap terjadi di Fakultas ini. Body shaming sering terjadi dalam interaksi sesama teman ataupun omongan basa basi juga

sering mengarah kepada perilaku body shaming baik dengan maksud sengaja ataupun tidak sengaja. Tindakan body shaming yang dialami oleh mahasiswi Universitas Dehasen Bengkulu juga bukan hanya terjadi pada saat di kampus namun, lingkungan tempat tinggal mereka memiliki peran karena sebagian waktu mereka dihabiskan pada saat di tempat tinggal mereka masing-masing baik rumah maupun di kos. Fenomena body shaming kebanyakan dilakukan oleh teman korban sendiri yang telah merajalela dan menjadi hal yang biasa, candaan atau basa basi sering dijadikan alasan penyebab body shaming. Mereka yang merupakan teman korban cenderung masih kental menerapkan nilai-nilai patriarki yang menganggap bawa perempuan haruslah sesuai dengan standar kecantikan yang ada di masyarakat. Beberapa mahasiswi korban body shaming menolak tindakan body shaming yang dilontarkan pada dirinya tetapi sayangnya sebagian lagi cenderung cuek dan tidak peduli dengan adanya tindakan body shaming dalam kesehariannya.

Pemahaman Informan Mengenai Body Shaming

Pemahaman berasal dari kata paham yang mempunyai arti mengerti besar, sedangkan pemahaman merupakan proses pembuatan cara memahami. Pemahaman adalah sebuah petunjuk untuk mengamati sekaligus memahami informan pada penelitian ini dalam menyikapi perlakuan body shaming yang mereka dapatkan. Melalui wawancara, para korban body shaming ini menyampaikan mereka tentang sejauh mana pemahaman mereka mengenai body shaming. Seperti yang disampaikan oleh RB dalam pernyataan berikut :

“aku udah familiar sih kak dengan istilah body shaming. Menurutku body shaming itu kayak suatu konsep untuk mengkritik orang lain terkait fisik atau bentuk tubuh yang dimiliki orang lain yang Menurut dia harus sesuai dengan standar tubuh yang ideal”.(Hasil Wawancara Tanggal 5 Maret 2022).

Selanjutnya EFY menyatakan :

“..sebenarnya semenjak jaman sekolah udah sering juga ya denger istilah body shaming, ya cuma waktu jaman sekolah masih cuek dan gak terlalu mau tau tentang istilah body shaming. menurut saya body shaming itu hal yang menurut saya gak penting untuk dikomentari tapi dikomentari, contohnya komentar fisik orang ya itu menurut saya hal yang gak pantas untuk dikomentari” (Hasil Wawancara Tanggal 6 Maret 2022).

Kemudian AO berpendapat bahwa :

“sebelumnya pertama kali tau istilah body shaming itu dari social media sih kak, karena kemaren sempat baca artikel-artikel gitu yang membahas body shaming, terus lama kelamaan jadi semakin paham mengenai body shaming.. kalo menurutku body shaming itu sebuah komentar yang menyinggung bentuk tubuh orang lain”. (Hasil Wawancara Tanggal 05 maret 2022).

Seterusnya NH, menyatakan bahwa :

“body shaming mungkin suatu tindakan mengomentari fisik seseorang yang dilakukan baik secara sengaja maupun tidak yang dapat menyakiti hati orang lain”. (Hasil Wawancara Tanggal 6 maret 2022).

Berikutnya AD yang menyatakan bahwa :

“kalo aku baru tau istilah body shaming itu pas aku pertama kali punya instagram kak,jadi aku sering baca komentar-komentar orang di instagram gitu tentang body shaming,makanya waktu itu baru paham tentang body shaming,walaupun aku sering dapat komentar tentang fisik tapi sebelumnya aku gak tau kalo istilah itu namanya body shaming., terus kalo menurutku pribadi body shaming itu mengomentari atau menghina postur tubuh yang dimiliki seseorang atau bisa penampilan seseorang.” (Hasil Wawancara Tanggal 8 maret 2022).

Berdasarkan pendapat informan di atas, dapat diketahui informan pertama, RB sudah sangat familiar dengan istilah body shaming, RB merupakan mahasiswi yang aktif mengikuti diskusi organisasi

kampus sehingga RB sudah tidak asing lagi istilah body shaming. Berbeda dengan AFY dan NH menyampaikan bahwa mereka mengetahui istilah body shaming sejak mereka menggunakan media sosial namun mereka lupa tahun persisnya. Pernyataan senada juga diungkapkan oleh AO dan AD yang memperoleh pengetahuan pertamanya tentang body shaming melalui media sosial yang diaksesnya. Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap informan, diketahui bahwa informan secara umum mengetahui dan paham mengenai body shaming. Dalam hal ini observasi penulis bahwa body shaming merupakan suatu hal yang sudah tidak asing lagi bagi para informan, karena Body shaming didasari adanya upaya menilai tubuh seseorang dengan mengacu pada citra tubuh ideal, sehingga individu mengalami body shame, yakni perasaan malu akan salah satu bentuk bagian tubuh ketika penilaian orang lain dan penilaian diri sendiri tidak sesuai dengan diri ideal yang diharapkan individu

Pengalaman Body Shaming

Seseorang dapat dikatakan sebagai korban perundungan termasuk di dalamnya tindakan body shaming, yaitu ketika seseorang mendapatkan perilaku atau dalam hal ini komentar negatif secara berulang-ulang, dari waktu ke waktu baik dari satu atau banyak orang. Perilaku body shaming yang menimpa semua informan ini dikarenakan informan dianggap tidak sesuai dengan konsep kecantikan saat ini. Konsep kecantikan senantiasa dikaitkan dengan perempuan, terutama pada bagian tubuh dan fisik perempuan (Lewis, 2011). Hal ini menjadikan alasan mengapa banyak perempuan yang menjadi korban body shaming termasuk semua informan dalam penelitian ini.

Meskipun kriteria kecantikan senantiasa berubah dari masa ke masa, namun dalam beberapa dekade terakhir kriteria kecantikan yang seringkali ditampilkan oleh media cenderung memiliki kesamaan, yakni berupa tubuh yang kurus langsing, tinggi sempurna, kulit putih bersih rambut panjang dan lurus, mata besar, dan hidung mancung (Wolf, 2004). Setiap individu memiliki pengalaman body shaming yang berbeda-beda diatas rata-rata (badan gemuk atau plus size) dan hal ini dianggap tidak sesuai dengan standar kecantikan yang dimana seorang perempuan harus memiliki badan kurus. Pengalaman yang dialami informan membuat sebagian mereka menjadi memperhatikan tubuh dan lebih mudah khawatir dengan penampilannya. Sensitifitas beberapa informan terhadap penilaian lingkungan membuat partisipan melakukan sesuatu terhadap tubuh mereka agar tidak mendapat penilaian negatif lagi dari lingkungan sekitar. Namun terkadang body shame muncul disebabkan oleh bentuk permanen dan terus menerus dari sebuah penampilan atau tubuh, seperti berat badan, tinggi dan warna kulit. Selain penampilan, jenis body shaming chronic body shame berhubungan dengan fungsi tubuh dan kecemasan yang biasa dialami seperti tentang jerawat, penyakit, hal buang air besar, penuaan dan sebagainya. Jenis body shaming memberikan dampak kepada penderita berupa rasa malu dan minder. Seperti yang diungkapkan oleh AO berikut :

“jadi waktu itu aku lagi jerawat parah kak dimuka karena aku sensitif sama kosmetik gitu, kalo ga salah waktu libur semester

gitu nah pas udah masuk kuliah ni semester baru mungkin teman teman sekelas tuh pada kaget mungkin terus langsung spontan bukan nanya kabar malah komentar kok mukamu jadi jelek gitu jerawat gitu ,jelek banget tau kamu sekarang beda banget dulu mulus. Kejadian ini juga berlangsung cukup lama kak karena waktu itu juga mukaku lama membaiknya, hal ini terkadang membuat aku jadi malu ketemu sama orang-orang apalagi sebelumnya mereka taunya muka aku mulus,,”. (Hasil Wawancara Tanggal 05 maret 2022).

Kemudian sejalan dengan hal tersebut, RB menyatakan bahwa : “sering dibilang kayak tiang listrik sama teman sekelas, terus pernah juga salah satu temen dengan nada bercanda bilang awas nanti dibawa angin loh ngeri juga liat badanmu dan itu posisinya didepan banyak orang, kan aku jadi malu gitu kak..” (Hasil Wawancara Tanggal 5 maret 2022).

Selanjutnya hal yang sama dialami oleh AD, yang menyatakan hal :

“karena saya agak berisi, lumayan gemuk temen-temen pada bilang diet jangan kayak badak gitu ahh badannya, terus kok gemukan makan tidur makan tidur mulu sih makanya badan makin lebar gitu.

Pokoknya hal-hal kayak gitu sering saya alami kadang buat saya stres kepikiran karna omongan mereka.. Karna sering di katain aku jadi kayak ga pede sama badan aku, aku pernah diet ketat sampe sakit kak ,.” (Hasil Wawancara Tanggal 07 maret 2022).

Hal yang serupa juga terjadi pada Efy, yang menyatakan bahwa :

“aku ngalamin body shaming waktu masih sekolah SMA bahkan sampai aku kuliah, itu pernah dibilang hitam kak, karna kan memang kulitku agak gelap, bahkan ada yang menamaiku black, padahal disitu posisinya juga lagi ngumpul sama temen-temen yang lain kan terus otomatis jadi langsung malu. aku juga sering tuh yang kayak disindir-sindir secara halus,,jadi gak pede aku kak,,” (Hasil Wawancara Tanggal 06 maret 2022).

Hal yang sama dialami oleh NH

“Aku sering banget di bilangin bontet hitam kak, apalagi sama teman cowok di kelas kak. Aku memang ngerasain semenjak aku kuliah apalagi aku kan ngekost kak, jadi di kosan itu emang aku selalu nyetok makanan kak, jadi dikosan itu ya aku ngemil terus. Jadi teman aku sering bilang aku mana bontet pendek hitam pula. Jadi waktu aku ngaca kayak gak pede aja”

Interaksi adalah sebuah petunjuk untuk mengamati sekaligus memahami informan pada penelitian ini dalam merespon perilaku body

shaming yang mereka dapatkan. Melalui interaksi, sebagian para korban body shaming ini menyampaikan opini dan respon mereka saat berdialog dengan para pelaku, Hal ini menunjukkan bahwa sebagai korban body shaming informan pada penelitian ini tetap bisa bersikap terbuka pada pelaku. Tetapi berbeda halnya dengan sebagian korban yang lebih memilih diam dan meninggalkan dialog dengan para pelaku body shaming. Seperti yang diungkapkan oleh AO berikut :

“ih ya pasti kesal kak, gak terima dengan omongan mereka yang asal nyeletus aja gitu yang buat aku ngedrop tapi ya aku coba untuk kasih penjelasan ke mereka kak kalo saya juga udah ngelakuin berbagai cara supaya mengurangi jerawat saya, memang bawaan muka saya yang mungkin sensitif atau gimana. saya juga kasih pengertian juga ke mereka kalo yang mereka omongin itu udah mengarah ke body shaming kak” (Hasil Wawancara Tanggal 05 maret 2022).

Begitupun hal yang sama diungkapkan oleh Efy bahwa:

“respon saya ketika katain ya saya gak sukak kak, kadang buat saya minder sampai sampai saya rajin body care an siapa tau bisa putih, tapi tetap gak berhasil juga, jadi waktu teman saya ngatain saya, saya langsung ngehindar kak” (Hasil Wawancara Tanggal 6 maret 2022).

Pernyataan yang disampaikan oleh RB sebagai berikut:

“gimana yaa responku dalam hati kesal ya, tapi aku orangnya cuek kak ya menurutku tubuhku ya tubuhku aku gak peduli mau mereka ngomong apa dan mereka gak punya hak atas tubuhku, jadi aku ya lebih baik diam aja terus kalo udah merasa gak nyaman aku langsung cabut aja.” (Hasil Wawancara Tanggal 5 maret 2022).

AD menyatakan hal berikut :

“awalnya biasa aja kak, tapi lama-lama aku gak nyaman karena kepikiran terus apa iya ya badanku besar banget sampe pernah aku spontan emosi karena dikata-katain jadi aku langsung ngasih tau ke mereka bahwa yang mereka lakuin itu sama aja udah menbully orang lain atau body shaming, tapi aku masih bisa tahan kak jadi aku jelasin lah ke mereka gitu..”. (Hasil Wawancara Tanggal 07 maret 2022).

NH menyatakan bahwa :

“respon saya kalau perkataan atau celetukan mereka sudah sering saya dengar saya sudah gimana ya biasa aja, karena sering juga dengernya itu menurut saya cuma becandaan doang, tapi kalau udah bener-bener omongannya diluar yang saya kira saya Cuma marah dalam hati aja, karena kan orang terdekat jadi cuma bisa bilang heheh iya sambil senyum gitu doang sih, malas banyak omog soalnya.” (Hasil Wawancara Tanggal 06 maret 2022).

Berdasarkan hasil wawancara di atas, dapat disimpulkan bahwa ada respon berbeda dari informan ada yang lebih memilih untuk diam dan menahan rasa kesalnya dalam hati dan hanya menganggap tindakan body shaming yang mereka dapatkan hanya sekedar candaan yang dilontarkan oleh teman-temannya sehingga tidak terlalu perlu untuk ditanggapi, ada juga yang hanya merespons namun berusaha memberikan informasi juga opininya terkait komentar body shaming, dan ada yang merasa malu hingga menghindar saat dapat perkataan dari temannya. Dalam hal ini observasi penulis bahwa melakukan interaksi dengan orang yang memberikan komentar berbau body shaming menunjukkan sikap terbuka dan adanya sebuah harapan agar pelaku body shaming ini tidak lagi melakukan perbuatannya. Karena sebagai korban body shaming, khususnya kelima informan ini memiliki anggapan tersendiri mengenai pelaku body shaming.

Analisis Teori Objektivitas Perempuan terhadap Fenomena Body Shaming pada Mahasiswa Universitas Dehasen Bengkulu semua perempuan pada dasarnya pernah mengalami body shaming teori objektivitas perempuan menjelaskan body shaming yang dialami perempuan diakibatkan karena pandangan orang terhadap dirinya yang menjadi penilaian utama terhadap bentuk tubuhnya sendiri. Pada bagian ini peneliti akan melakukan penelitian terhadap fenomena body shaming di kalangan mahasiswi Universitas Dehasen Bengkulu.

Berdasarkan temuan data yang ada, peneliti mengkaji tentang fenomena body shaming terhadap perempuan yang terjadi di Universitas Dehasen. Dalam penelitian ini peneliti menemukan perilaku-perilaku mahasiswa yang menunjukkan adanya body shaming, seperti dikatakan gendut, kurus tinggi (seperti sapu lidi), pendek gemuk (bontet), berkulit hitam, muka jerawat, dan lainnya. Body shaming sering terjadi dalam interaksi sesama teman bahkan teman dekat sekalipun ataupun omongan basa basi juga sering mengarah kepada perilaku body shaming baik dengan maksud sengaja ataupun tidak sengaja.

Penelitian ini mencoba mengulik terkait bagaimana informan merespon dari setiap kritikan yang mereka dapat mengarah ke body shaming yaitu informan menginternalisasi pandangan orang lain sebagai penilaian utama terhadap tubuhnya, sehingga menimbulkan kebiasaan mengawasi tubuh secara rutin pada dirinya, menilai benar pada penilaian orang tersebut, membuat diri menjadi tidak pede, menjadi stres kepikiran karena omongan tersebut, merasa malu, dan lainnya. Respon langsung yang di berikan informan baik di depan dan di belakang berbeda, saat mendapat kritikan langsung informan hanya menanggapi dengan santai hanya menganggap candaan, tetapi ketika sendiri informan secara langsung mengamati dirinya.

Menurut informan, bahwa dalam memberikan sebuah pendapat ataupun komentar laki-laki maupun perempuan sama dibebaskan karena memiliki otoritas dalam lingkungan tersebut. Dalam keseharian teman perempuan lebih banyak berkomentar mengenai bentuk tubuh yang dimiliki oleh informan. Informan dalam penelitian ini memiliki postur tubuh yang dianggap tidak ideal.

Penelitian ini mencoba mengulik terkait bagaimana perasaan dari korban body shaming akibat tindakan yang mereka dapatkan. Tidak hanya perasaan tetapi penelitian ini juga mengungkapkan bahwa tindakan body shaming besar ataupun kecil yang dilakukan oleh individu lain itu memberikan dampak bagi korban. Perempuan menjadi mahluk yang rentan mendapatkan tindakan body shaming, hal ini bukan terjadi secara sendirinya. Tetapi memang pada dasarnya, sosok perempuan selalu diikuti oleh pola-pola pemikiran yang mengharuskan mereka untuk berpenampilan sempurna dari segi busana maupun fisik yang tertera di dalam dirinya.

Fenomena body shaming dapat dikatakan sebagai suatu fenomena yang sering terjadi di sekitar kita, tetapi kurang mendapatkan perhatian khusus. Hal ini dikarenakan banyak dari pelaku body shaming yang melakukan tindakan tersebut dengan dalih bercanda atau saran kepada korban agar dapat menjadi versi dirinya yang lebih baik. Tetapi apakah hal tersebut dapat dikatakan sebuah candaan atau saran apabila korban merasakan perasaan terhina. Sehingga hal tersebut juga yang harus dipertimbangkan individu sebelum mengomentari fisik serta penampilan individu lain. Banyak dari korban body shaming

yang merasakan perasaan overthinking. Perasaan overthinking ini menjadi awal mula mereka melakukan berbagai cara tanpa memperhitungkan akibat serta dampaknya. Pemikiran negatif yang terus menerus dipikirkan ini juga dapat membawa dampak buruk bagi individu. Ada dari korban body shaming yang berakhir pada kondisi tidak sehat karena kesalahan diet, kesalahan menggunakan krim-krim pemutih muka, penghilang jerawat dan hal negatif lainnya. Banyaknya dampak negatif tersebut semakin meyakinkan bahwasannya komentar negatif dari individu lain yang cenderung menghina fisik serta penampilan individu dapat memberikan efek bagi individu itu sendiri. Walaupun memang pelaku body shaming tidak menggunakan kekerasan dalam menyakiti korbannya, tetapi kekerasan verbal yang mereka lakukan tanpa sadar akan menyebabkan suatu dampak negatif pada korban body shaming seperti halnya permasalahan kesehatan, depresi, malu, bahkan menarik diri dari pertemanan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Body shaming dapat dikatakan sebagai salah satu bentuk kekerasan verbal yang sering terjadi khususnya pada perempuan. Berdasarkan hasil penelitian, fenomena body shaming terhadap mahasiswi Universitas Dehasen Bengkulu melalui pendekatan teori objektifikasi perempuan. Melalui data-data yang telah didapatkan, peneliti menemukan bahwa tindakan body shaming yang dialami informan seperti dikatakan gendut, kurus tinggi (seperti sapu lidi), pendek gemuk (bontet), berkulit hitam, muka jerawat, dan lainnya.

Berdasarkan hasil temuan data di lapangan, peneliti menemukan bahwa pelaku body shaming itu sendiri merupakan teman sekelas bahkan teman dekat sendiri. Interaksi sosial dari teman-teman informan memiliki beberapa dampak yaitu menimbulkan kebiasaan mengawasi tubuh secara rutin pada dirinya, menilai benar pada penilaian orang tersebut, membuat diri menjadi tidak pede, menjadi stres kepikiran karena omongan tersebut, merasa malu, dan lainnya.

Berdasarkan hasil penelitian, semua informan tidak termasuk kedalam kategori cantik yang diidealkan dan hal inilah yang menyebabkan kelima informan mengalami tindakan body shaming. Sebagai kesimpulan, peneliti melihat bahwa tindakan body shaming yang dialami oleh informan membuat informan menimbulkan kebiasaan mengawasi tubuh secara rutin pada dirinya.

Saran

1. Kepada masyarakat diharapkan memberi perhatian lebih terhadap permasalahan body shaming dan dapat memahami resiko yang ditimbulkan dari perlakuan body shaming, sehingga tidak lagi menganggap body shaming sebagai hal spele sehingga menjadi kebiasaanyang sering dilakukan dalam kehidupan sehari-hari.
2. Kepada kampus diharapkan dapat membentuk lembaga-lembaga konseling ataupun pendekatan persuasif yang bisa menerima pengaduan pengaduan terkait tindakan body shaming dan juga dapat memberikan pendidikan kesadaran untuk saling menghargai terhadap antar mahasiswa dan mahasiswi.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad Mukhlis. 2013. Berpikir Positif Pada Ketidakpuasan Terhadap Citra Tubuh (Body Image Dissatisfaction). *Jurnal Psikoislamika*, Vol.10, No. 1. Malang.
- Chandra, Budiman. 2006. *Pengantar Kesehatan Lingkungan*. EGC. Jakarta
- Daldiyono. 2009. *How to be a Real and Successful Student*. Jakarta : Kompas Gramedia.
- Dolezal. 2015. *The Body and Shame. Phenomenology, Feminism, and The. Socially Shape Body . The United States of America: Lexington.*
- Fredrickson dan Roberts .2004. *Objectification Theory*. USA: EBSCO
- Hartaji, Damar A. 2012. *Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orangtua*. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma. (tidak diterbitkan)

- Matlin, M.W. 2012. *The Psychology Of Women*. USA:
- McKinley, Mary Nita, Hyde, Janet Sibley. 1996. Self-Objectified Body consciousness scale development and validation. U.S.: *Psychology of women quarterly*, 20, pp. 181-215.
- Noll, S. M. & Fredrickson, B. L. 1998. A mediational model linking selfobjectification, body shame, and disordered eating. *Psychology of women quarterly*, 22, 623-636.
- Siswoyo. Dkk. 2007. *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press
- Takwin, Bagus. 2008. Diri dan Pengelolaannya. *Jurnal Psikologi* Vol.14. Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Tylka, T. L. (2004). Positive psychology perspectives on body image. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed., pp. 56–64). New York: Guilford Press
- Wolf, Naomi. 2004. *Mitos Kecantikan: Kala Kecantikan Menindas Perempuan*, Bandung : Niagara
- Yusuf, Syamsu. 2012. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.