

FENOMENA BODY SHAMING PADA KALANGAN REMAJA

Novita Maulida Ikmal¹, Nur Holifah², Nailun Najah³, Alfia Umar⁴

^{1.2.3.4} Fakultas FISIP Universitas Wijaya Putra

Email: novitamaulidaikmal@gmail.com

Abstract :

The mass media has an important role in creating a view of ideal body standards. The existence of ideal body standards that emerge in society causes many individuals to experience body shaming. So that society has an indicator of a woman's beauty that can be seen from her physical appearance. Body shaming is a person's action or treatment in giving bad comments or criticism about someone's physical appearance, whether related to body condition or appearance, which is done consciously or unconsciously. This form of body shaming is dominated by the color, shape and size of the body in the form of verbal communication and some even takes the form of physical violence. The research method uses a qualitative approach, with descriptive methods. Data was taken from in-depth interviews and journal sources. The results of this research show that body shaming still occurs among teenagers. Often body shaming behavior occurs in middle school or high school. The impacts felt are also very bad, namely stress, depression and loss of self-confidence. As a result, victims of body shaming try to change themselves according to the appearance standards that have been constructed by society. Body shaming behavior can cause discrimination and verbal violence against individuals

Key words: *body shaming, discrimination, violence*

Abstrak :

Media massa memiliki peran yang cukup penting dalam terciptanya pandangan terhadap standar tubuh ideal. Adanya standar tubuh ideal yang muncul di masyarakat menyebabkan banyak individu mengalami body shaming. Sehingga masyarakat memiliki indikator kecantikan seorang perempuan yang dilihat dari fisik. Body shaming adalah tindakan atau perlakuan seseorang dalam memberikan komentar atau kritik buruk terhadap fisik seseorang baik yang berkaitan pada kondisi tubuh atau rupa yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar. Bentuk body shaming didominasi oleh warna, bentuk dan ukuran tubuh dalam bentuk komunikasi verbal bahkan ada juga yang berupa kekerasan fisik. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif, dengan metode deskriptif. Data diambil dari wawancara secara mendalam dan sumber jurnal. Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa body shaming masih terjadi di kalangan remaja. Seringkali perilaku body shaming terjadi pada saat SMP atau SMA. Dampak yang dirasakan juga sangat buruk yaitu stress, depresi dan hilangnya kepercayaan diri. Akibatnya, korban body shaming berupaya untuk mengubah dirinya sesuai dengan standar penampilan yang telah dikonstruksi masyarakat. Perilaku body shaming dapat menyebabkan diskriminasi dan kekerasan verbal pada individu

Kata kunci : *body shaming, diskriminasi, kekerasan*

Pendahuluan

Teknologi yang semakin canggih membuat banyak perubahan dalam kehidupan manusia. Diantaranya adalah manusia semakin mudah untuk mengekspresikan pendapatnya melalui akun sosial media. Tidak hanya itu saja, mereka juga dapat melihat kehidupan, gaya dan perilaku orang lain dengan aktivitas media sosial. Hal ini lah yang menyebabkan banyak komentar atau kritikan yang diberikan seseorang kepada kelompok atau individu yang tidak sesuai kriteria sosial.

Media massa memiliki peran yang cukup penting dalam terciptanya pandangan terhadap standar tubuh ideal. Penelitian menunjukkan bahwa laki-laki dan perempuan menggunakan gambar pada media sebagai standar untuk mengevaluasi bentuk dan ukuran tubuh mereka. (Sarah Grogan, 1999). Adanya standar tubuh ideal yang muncul di masyarakat menyebabkan banyak individu mengalami body shaming. Sehingga masyarakat memiliki indikator kecantikan seorang perempuan yang dilihat dari fisik.

Body shaming adalah tindakan atau perlakuan seseorang dalam memberikan komentar atau kritik buruk terhadap fisik seseorang baik yang berkaitan pada kondisi tubuh atau rupa yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Yahoo Health dengan 2000 peserta berusia 13–64 tahun, 94% remaja perempuan dan 64% remaja laki-laki mengalami rasa malu secara online terkait tubuh mereka (Miller, 2016). Menurut Gam dkk. (2020), prevalensi body shaming di kalangan remaja sekolah dalam 1 tahun (n=359) adalah 44,9%. Penelitian lain membahas dampak body shaming terhadap kesehatan dan perilaku masyarakat. Misalnya, body shaming terbukti mengurangi kepercayaan diri (Fauzia & Rahmiaji, 2019), mungkin memengaruhi perilaku makan (Flak, 2021), ketidakhadiran di sekolah (Gam et al., 2020), dan meningkatkan tingkat kesusahan dan rasa tidak aman (Sugiati, 2019).

Di era teknologi yang semakin canggih ini, kebiasaan mengomentari penampilan fisik seseorang semakin tinggi. Berdasarkan fenomenanya, dapat dipahami bahwa citra tubuh pada dasarnya merupakan hal yang perlu mendapatkan perhatian khusus sama seperti aspek psikologis lainnya terutama pada remaja dan mahasiswa yang sedang berada dalam tahap pembentukan citra diri yang positif. Sayangnya, tidak banyak pihak yang menyadari bahwa citra tubuh merupakan komponen penting dalam perkembangan psikis yang sehat. Berbagai pihak perlu terlibat secara aktif dalam menciptakan kondisi lingkungan yang positif guna membantu perempuan dalam membentuk citra tubuh yang positif. Salah satu lingkungan yang sangat dominan dalam keseharian perempuan adalah lingkungan sekitar.

Pada dasarnya body shaming dapat terjadi pada laki-laki dan perempuan. Namun seringkali terjadi pada kelompok perempuan. Hal ini dapat terjadi karena perempuan pada umumnya sangat memperhatikan penampilannya di depan umum. Berdasarkan pendapat Ritzer & Goodman (2011), bahwa perempuan sering mengalami penindasan dalam berbagai konfigurasi dan berbagai tingkat intensitas. Dalam teori interseksionalitas menjelaskan bahwa perempuan mengalami penindasan dalam kehidupan sehari-hari bukan hanya karena penindasan yang berdasarkan gender, namun juga karena bentuk-bentuk interseksi tatanan ketimpangan sosial yang ada.

Carastathis, 2014, menjelaskan bahwa hidup perempuan dikonstruksi banyak sistem dan saling bertumpuk dan mengoperasi perempuan. Interseksionalitas menggambarkan bahwa perempuan memang rentan mengalami penindasan dan kekerasan berdasarkan gender. Salah satu

contoh tindakan kekerasan yang sering dialami oleh perempuan yakni terkait status sosial, ras, lokasi tempat tinggal dan usia.

Salah satu faktor yang mempengaruhi Body Shaming di Kalangan Perempuan adalah media massa, secara teoritis memiliki memiliki fungsi sebagai saluran informasi, saluran pendidikan dan saluran hiburan, namun nyatanya media massa memberi efek lain di luar fungsinya itu. Efek media massa tidak hanya memengaruhi sikap seseorang namun pula dapat memengaruhi perilaku, bahkan pada tataran yang lebih jauh efek media massa dapat memengaruhi sistem-sistem sosial maupun sistem budaya masyarakat (Burhan Bungin, 2006: h. 321).

Media massa yang menampilkan iklan-iklan kecantikan dengan menggambarkan perempuan cantik dengan bentuk tubuhnya mengakibatkan terciptanya stigma standar tubuh ideal bagi perempuan sehingga ketika perempuan dianggap tidak memenuhi standar bentuk tubuh ideal maka akan menimbulkan komentar-komentar yang merujuk kepada perilaku body shaming. Kini media yang sangat berperan dalam kehidupan adalah media sosial dimana segala hal dapat ditemukan di dalamnya, kekayaan visual yang terdapat di dalamnya sering digunakan dengan tidak bijak oleh banyak orang. Orang lebih menikmati suatu informasi dengan adanya suatu gambaran atau visual tanpa peduli dengan kebenaran isinya yang sering keliru dan seharusnya membutuhkan pengecekan kembali sumber informasinya agar dapat memberi penjelasan lebih mendalam.

Dalam penelitian (Fajariani & Ratri, 2019), menjelaskan bahwa Intensitas body shaming cenderung meningkat seiring bertambahnya usia dan munculnya kesadaran akan tubuh dan penampilan. Bentuk body shaming didominasi oleh warna, bentuk dan ukuran tubuh dalam bentuk komunikasi verbal bahkan ada juga yang berupa kekerasan fisik. Informan dalam penelitian ini melakukan upaya verifikasi untuk menghindari body shaming dengan perawatan tubuh, program diet, olahraga, dan belajar tata rias, sehingga muncul body positivity.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, dengan metode deskriptif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang dapat menjelaskan dan menganalisis dampak, fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap kepercayaan, persepsi seseorang atau kelompok terhadap sesuatu. Beberapa deskripsi digunakan untuk menemukan prinsip-prinsip dan penjelasan yang mengarah pada penyimpulan. Sedangkan penelitian kualitatif sendiri bersifat induktif: peneliti membiarkan permasalahan-permasalahan muncul dari data atau dibiarkan terbuka untuk interpretasi. Data dihimpun dengan pengamatan yang seksama, mencakup deskripsi dalam konteks yang mendetail disertai catatan-catatan hasil wawancara yang mendalam, serta hasil analisis dokumen dan catatan-catatan (Hamdi, A.S., & Bahrudin, 2015: 9)

Hasil dan Pembahasan

Fenomena Perilaku Body Shaming pada Perempuan

Perempuan identik dengan body yang ideal dan kecantikan. Pada dasarnya kecantikan sudah dikonstruksikan oleh masyarakat dan menjadi kontrol sosial atau ukuran bagi kaum perempuan. "Menjadi perempuan" berarti menjadi cantik, sebaliknya tidak cantik bukan perempuan dan konsep cantik itu sendiri mengacu pada sifat fisik, maka kecantikan hanyalah ornament, bukan keanggunan yang sesungguhnya." (Melliana, 2016:11).

Konsep cantik yang dikonstruksi masyarakat adalah bersifat relative, yakni memandang individu berdasarkan fisik luar seperti halnya wajah bersih tanpa noda, sehat, terawat, kulit cerah dan putih, rambut lurus, badan tinggi dan langsing. Hal ini disebabkan karena sejak kecil perempuan diajarkan untuk menganggap bahwa penampilan fisik adalah suatu hal yang penting. Sehingga para orang tua berlomba untuk memberikan riasan kepada anak perempuan agar penampilannya menuai pujian oleh masyarakat sosial.

Adapun upaya perempuan agar bisa mencapai standar kecantikan yang dikonstruksikan oleh masyarakat adalah rela membeli produk kecantikan dan rutin melakukan perawatan, memberi berbagai aksesoris tubuh, pakaian yang bagus dan berdandan. Hal tersebut dilakukan oleh perempuan pada umumnya dengan alasan agar mendapatkan pengakuan oleh masyarakat bahwa dirinya adalah perempuan yang feminis dan cantik. Serta bahkan ada yang rela melakukan operasi plastik. (Arsitowati, 2017)

Konstruksi sosial mengenai kecantikan tersebut yang menyebabkan istilah *body shaming* muncul dalam kehidupan sosial. *Body shaming* adalah mengomentari fisik seseorang atau pun tubuh orang lain dengan komentar yang tidak baik dengan memberi julukan orang lain dengan sebutan yang tidak baik seperti kecil, gendut, jelek dan lain sebagainya. (Febrianti, 2020)

Adapun beberapa Bentuk-bentuk *body shaming* antara lain yaitu: **Fat Shaming** (Mengomentari tubuh gemuk/besar) Ini adalah jenis yang paling populer dari *body shaming*. *Fat shaming* adalah komentar negatif terhadap orang-orang yang memiliki badan gemuk atau plusize, **Skinny / Thin Shaming** (Mengomentari/mengkritik tubuh kurus) Ini adalah kebalikan dari *fat shaming* tetapi memiliki dampak negatif yang sama. Bentuk *body shaming* ini lebih diarahkan kepada perempuan, seperti dengan mempermalukan seseorang yang memiliki badan yang kurus atau terlalu kurus, **Rambut Tubuh / Tubuh berbulu** Bentuk *body shaming* dengan menghina seseorang yang dianggap memiliki rambut-rambut berlebih ditubuh, seperti di lengan ataupun di kaki. Terlebih pada perempuan akan dianggap tidak menarik jika memiliki tubuh berbulu, **Warna Kulit**, merupakan bentuk *body shaming* dengan mengomentari warna kulit juga banyak terjadi.

Cash (dalam Seawell dan Danoff-Burg 2005:868) mengungkapkan bahwa terdapat lima aspek pada *body image*, yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan area tubuh, keasyikan kelebihan berat badan, dan klasifikasi berat badan sendiri. Zakiyah (24), misalnya merasa bahwa kekurangan tubuhnya terletak pada bentuk tubuh yang gemuk dan perutnya yang buncit. Ia mengungkapkan:

yang dimaksud dengan *body shaming* yakni bercanda yang berlebihan sehingga mengeluarkan kata-kata yang berkaitan dengan *body image* sehingga membuat tersinggung. *Body shaming* akan terjadi ketika seseorang mengalami dampak dari ucapan individu lain yang membuat sakit hati. Kalau sekarang pas denger kata-kata yang buruk ya saya tepis begitu aja, mungkin karena sudah terbiasa. Kalau dulu pada waktu sekolah menengah pertama dan sekolah menengah akhir ketika mengalami *body shaming* saya merasa sakit hati dan tersinggung, tapi tidak bisa mengungkapkan perasaan saya.

Zakiyah juga telah beberapa kali mencoba untuk membuktikan kepada orang lain bahwa dirinya bisa bahagia meskipun orang lain berkata buruk tentang *body image* nya. Dia berusaha untuk memperbaiki penampilan meskipun semuanya perlu proses. Hal yang sama juga dialami

oleh Fani (23th), fani memiliki masalah terhadap berat badannya sehingga banyak teman-temannya yang memanggil fani gemuk. Karena body shaming yang dilakukan teman-temannya kepada fani, ia menjadi tidak percaya diri sehingga malu untuk mempretasikan dirinya di depan umum.

Berbeda dengan fat shaming (yaitu ejekan atau kritik terhadap seseorang yang dinilai gemuk atau kelebihan berat badan; Oxford University Press, 2019b), body shaming tidak hanya menyasar individu yang kelebihan berat badan. Zakiyah dan Fani yang masing-masing merasa dirinya gemuk, Nay (22 tahun), ia merasa bahwa body image nya terlalu kecil sehingga banyak teman-temannya yang sering memanggilnya Naycil (Nay Kecil). Meskipun hal tersebut sering didengar di telinganya, bagi nay itu hanya lelucon sehingga nay tidak merasa sakit hati. Nay merasa tidak bermasalah dengan tubuhnya yang kecil. Namun, terkadang ada sedikit rasa menyalahkan diri sendiri karena penampilan. Hal yang sama juga dialami oleh Novikasari (22tahun) yang memiliki postur tubuh kurus, sehingga menjadi bahan candaan oleh teman-temannya. Alfia (21 tahun) juga mengalami hal yang sama, dia mengatakan;

Dulu saya pernah dibilang kurus seperti tidak pernah makan. Ketika saya mulai memperbaiki diri, badan saya agak gemuk dibilang "seandainya kurus dikit pasti lebih cantik"

Citra tubuh tidak hanya berkaitan dengan proporsi tubuh (bentuk dan ukuran tubuh) itu sendiri tetapi warna kulit, wajah juga dapat dijadikan aspek dalam penilaian citra tubuh ideal seseorang. Putri Ariani (22 tahun), misalnya merasa bahwa dia kurang cantik, dan semua orang tidak suka dengan putri. Dia merasa harus lebih cantik, menarik dan langsing. Pengalaman body shaming yang dimiliki oleh Putri membuat dia menjadi makhluk yang rendah, seperti yang diungkapkan olehnya;

Teman saya pernah menyuruh saya untuk diet karena saya yang memiliki postur tinggi dan gemuk. Apalagi kejadian tersebut terjadi dikampus di depan umum dan membuat saya langsung down atau tidak percaya diri dan merasa bahwa saya makhluk yang rendah.

Bentuk tindakan Body Shaming yang terjadi pada perempuan

Bentuk tubuh ideal bagi perempuan yaitu tinggi, berat badan proposional, kulit yang bersih dan putih, wajah yang cantik. Adanya bentuk tubuh ideal yang berkembang ditengah masyarakat saat ini membuat individu menjadikannya sebagai tolak ukur untuk menilai hingga melakukan body shaming bentuk tubuh orang lain jika tidak sesuai dengan "kriteria ideal" tersebut. Bentuk body shaming yang sering dialami oleh perempuan yaitu verbal dan non-verbal.

Verbal

Body shaming dalam bentuk verbal dilakukan dengan memberikan kata-kata atau kalimat buruk yang berkaitan dengan body image seseorang berdasarkan kekurangan fisik. Nadi (23 tahun), misalnya karena badanya sangat kurus hingga dijuluki seperti ranting, kalau ada angin ikut terbang. Serupa dengan della (22 tahun) dengan memiliki muka yang tembem sehingga menjadi bahan senda-gurau teman-temanya

Non-verbal

Body Shaming tidak hanya dilakukan melalui ucapan, tetapi juga dilakukan dalam bentuk tindakan seperti yang disampaikan oleh Zakiyah, sepertihalnya teman-teman di kampus. Ada beberapa yang berasal dari NTT yang memiliki warna kulit hitam. Pada umumnya teman-teman membentuk kelompok sendiri sesuai suku/ ras. Hal yang sama juga disampaikan oleh Putri bahwa di lingkungan universitas juga pernah terjadi diskriminasi, salah satu contohnya yaitu teman yang kaya bergaul dengan teman yang kaya lainnya, teman yang pintar bergaul hanya dengan teman yang pintar, begitu juga perbedaan suku/ras mempengaruhi individu tersebut dalam bergaul.

Dampak Body Shaming

Kehilangan Rasa Percaya Diri dan Insecure

Menghina atau memberikan komentar buruk terhadap orang lain seringkali dianggap hanya bercanda. Namun dalam penelitian ini menunjukkan bahwa individu yang pernah mengalami body shaming sekalipun dia merasa hal tersebut hanya bercanda, ada rasa sakit hati terhadap perilaku tersebut. Namun beberapa perempuan menganggap hal tersebut adalah hal yang wajar, ada yang mengatakan bahwa sudah mulai terbiasa dengan candaan seperti itu, dan ada juga yang merasa down bahkan tidak percaya diri. Kehilangan kepercayaan diri Individu yang menjadi korban body shaming dapat menyebabkan individu merasa ada yang kurang pada tubuhnya sehingga dapat menyebabkan hilangnya kepercayaan diri seseorang. Hal tersebut seperti yang dialami oleh informan penelitian ini yaitu novikasari, alfia, nay, dan della.

Perkataan buruk yang diterima oleh korban body shaming dapat mempengaruhi kepribadian korban. Mereka cenderung kehilangan rasa percaya diri karena merasa ada yang salah pada dirinya atau bahkan tubuhnya tidak sesuai dengan konsep cantik yang dimaksudkan. Awalnya della tidak menghiraukan perkataan buruk yang disampaikan oleh temannya. Namun senda-gurau temannya membuat della merasa tidak nyaman dan tidak percaya diri. Bagi Alfia (21 tahun), body shaming dapat menurunkan rasa percaya diri, menimbulkan gangguan jiwa, menimbulkan gangguan makan dan meningkatkan resiko bunuh diri. Hal yang sama juga disampaikan Fani (22 tahun), body shaming membuat dirinya mengalami stress sehingga menimbulkan masalah dalam kehidupan sehari-hari. Nadi (23 tahun) juga mengalami hal yang sama yakni lebih tertutup dengan teman-teman, dan merasa khawatir jika yang dia lakukan tidak sesuai dengan perkataan publik atau standar ideal seorang perempuan selain itu juga menyebabkan masalah kesehatan mental. Body shaming dapat menyebabkan anxiety, depresi, dan isolasi sosial. Hal yang sama body shaming yang dialami oleh zakiyah (24); merasa insecure, tidak percaya diri, jadi merasa ada yang salah dengan diri kita, misalnya perihal penampilan

Berupaya untuk menjadi Standar Ideal Perempuan

Beberapa kasus yang terjadi pada informan penelitian ini, rata-rata mereka berupaya untuk memperbaiki diri. Menurut della (22 tahun), ciri dari body shaming adalah membandingkan tubuh orang lain. Dengan badannya yang gemuk, Della berupaya memperbaiki diri dengan memperhatikan makanan sehari-hari, mencoba memakai skincare, bodycare dan memperhatikan cara berpakaian. Body shaming yang diterima oleh perempuan dapat menyebabkan perempuan merasa tidak puas terhadap tubuhnya sendiri sehingga menyebabkan keinginan untuk mengubah

bentuk tubuh agar menjadi ideal.

Serupa dengan della, putri juga berusaha untuk memperbaiki diri dengan menjaga kesehatan, menjaga kebersihan tubuh, serta menggunakan skincare dan makeup. Dia juga berusaha untuk menurunkan berat badannya agar sesuai dengan standar ideal perempuan. Zakiyah (24 tahun) juga mencoba untuk menunjukkan penampilan yang lebih baik agar tidak mengalami body shaming lagi.

Seseorang yang mengalami body shaming tapi cenderung menutupi kekurangannya dengan penerimaan dirinya yang positif, hal ini membuat seseorang juga memberikan citra positif terhadap tubuhnya. Dengan demikian, body shaming yang pernah dialaminya tidak berdampak buruk terhadap dirinya. Sebagaimana yang terjadi pada nay (23 tahun) dan alfia (21 tahun). Meskipun keduanya pernah mengalami body shaming di lingkungan sekitarnya, namun hal tersebut tidak menjadikan mereka menjadi depresi karena telah menanamkan penerimaan positif pada dirinya sejak awal dengan menerima kekurangan tubuhnya dan agar proses yang mengubahnya sendiri.

Ini serupa dengan yang dialami oleh yesika (22 tahun) yang pernah mengalami body shaming karena wajahnya yang memiliki jerawat. Dia juga tetap menerima dirinya apa adanya, karena menurutnya, tidak semua hal bisa diukur dengan fisik atau rupawan.

Terjadinya Diskriminasi

Berbagai dampak atau permasalahan yang timbul dari akibat adanya body shaming. Salah satunya adalah terjadinya diskriminasi. Adanya konstruksi tubuh ideal bagi perempuan yang dibuat oleh masyarakat atau bahkan iklan-iklan di televisi menimbulkan tolak ukur standar atau idealitas standar penampilan perempuan. Kita ketahui bahwa Indonesia memiliki banyak suku dan ras yang memiliki karakteristik fisik masing-masing. Standar kecantikan yang dikonstruksi masyarakat ternyata menimbulkan diskriminasi pada ras di lingkungan tertentu. Seperti halnya yang disampaikan zakiyah (24 tahun), dia melihat bahwa di dunia universitas juga bisa terjadi diskriminasi, misal ada temannya yang introvert, kemudian dia memiliki kekurangan karena terlalu pendiam. Alhasil banyak teman-teman sekitarnya yang sering melontarkan perkataan buruk kepada temannya. Bahkan ada yang membedakan dengan perbandingan warna kulit. Misalnya, mahasiswa dari Indonesia bagian timur memiliki warna kulit hitam, sedangkan mahasiswa dari Jawa memiliki kulit sawo matang atau putih.

Hal yang sama juga disampaikan alfia (21 tahun) dan putri (22 tahun) bahwa diskriminasi yang pernah terjadi di lingkungan sekitarnya adalah adanya perbedaan antara suku yang satu dengan suku yang lainnya. Kemudian adanya kelompok yang pintar, kelompok yang cantik, kelompok yang kaya dan lain sebagainya. Hal ini membuat beberapa individu yang tidak masuk dalam indikator merasa terdiskriminasi karena dikucilkan.

Interseksionalitas pada Perilaku Body Shaming

Teori interseksionalitas dikembangkan oleh para feminis berkulit hitam yang beranggapan bahwa teori-teori feminis sebelumnya sangat berorientasi pada perempuan kulit putih (Cossins, 2003: 144-156; Ritzer dan Goodman, 2005: 443-448 dan Tong, 1998: 315330). Intersectionality was coined in 1989 by professor Kimberlé Crenshaw to describe how race, class, gender, and other

individual characteristics “intersect” with one another and overlap. “Intersectionality” has, in a sense, gone viral over the past half-decade, resulting in a backlash from the right.

Interseksionalitas dipandang sebagai “sistem kasta baru” yang menempatkan orang-orang non kulit putih sebagai kelas yang paling tinggi. Setiap orang menjalani identitas diri yang berbeda-beda akibat adanya relasi sosial dan konstruksi sosial. Interseksionalitas menekankan pada banyak identitas dan factor-faktor yang bersilangan di satu titik yang pada akhirnya menciptakan opresi dan atau diskriminasi. Diskriminasi yang terjadi pada lingkungan informan pada penelitian ini adalah perbedaan yang sangat menonjol terkait ras, suku, warna kulit, dan kecerdasan individu.

Tabel 1. Tabel Interseksionalitas

Faktor Pembeda	Interseksionalitas	Dampak
Ras		
Warna Kulit		
Kasta	Terjadi Diskriminasi	Dikucilkan, Terbentuk kelompok-kelompok,
Suku		Muncul Kelompok Minoritas dan Dominan
Kelas Sosial		
Bahasa		

Sumber: Hasil Penelitian

Terdapat dua faktor yang menjelaskan diskriminasi pada perempuan dapat terjadi yaitu faktor struktural dan representasional. Faktor struktural yaitu faktor yang dibentuk secara turun temurun dan membentuk pola pikir masyarakat terhadap suatu hal. Misalnya saja konstruksi terkait standar penampilan perempuan. Kelompok perempuan diberikan pemahaman bahwa penampilan fisik merupakan salah satu hal yang paling penting dalam perempuan. Perempuan dianggap sebagai objek yang dikagumi, pantas diberikan pujian dan bahkan kritik ketika penampilan mereka tidak sesuai harapan publik. Masyarakat publik ini yang menjadikan perempuan menyesuaikan standar ideal.

Sedangkan faktor representasional yaitu subjek yang memegang kendali dalam memberikan suatu pemaknaan akan suatu hal. Misalnya, media massa yang sedang mempresentasikan standar perempuan yang dikatakan cantik baik melalui iklan atau fashion show. Media dijadikan alat oleh beberapa kelompok untuk menyebarkan pandangan akan indikator penampilan yang menarik bagi perempuan. Hal ini lah yang pada akhirnya muncul standar kecantikan di masyarakat pada umumnya dan merupakan sebuah konstruksi sosial.

Media membuat pandangan untuk masyarakat bahwa perempuan terlihat cantik apabila mencakup standar yang dikonstruksi oleh publik. Seperti halnya perempuan yang memiliki tubuh tinggi, langsing, warna kulit yang putih, rambut lurus dan paras yang rupawan. Standar cantik tersebut diilustrasikan oleh media sebagai role model dari kata cantik. Akibatnya, banyak kelompok-kelompok kapitalis yang mengambil kesempatan ini dengan menjual berbagai produk menurunkan berat badan, bahkan skincare.

Faktor tersebut yang pada akhirnya menimbulkan perilaku body shaming di masyarakat. Perempuan menjadi populasi yang paling banyak mendapatkan perilaku body shaming dari individu lain. Hal itu disebabkan karena perempuan selalu mengutamakan urusan perasaan, sehingga banyak perempuan yang berupaya untuk tampil cantik agar dapat diakui oleh publik.

Diskriminasi yang dilakukan secara berkelanjutan akan berdampak pada kekerasan verbal pada perempuan. Dampaknya dapat membuat individu merasa stress bahkan dapat membahayakan nyawa korban body shaming. Karena pada dasarnya body shaming akan mengarah pada perilaku bullying. Sehingga, akan muncul kelompok perempuan yang dominan dan tidak dominan atau minoritas dengan segala kekurangannya yang berkaitan dengan penampilan fisik. Interseksionalitas menjelaskan bahwa perilaku body shaming menyebabkan diskriminasi karena berdasarkan hasil wawancara, beberapa individu membedakan teman berdasarkan suku, warna kulit, kecerdasan otak bahkan kekayaan yang dimiliki.

Simpulan dan Saran

Di era teknologi yang semakin canggih ini, kebiasaan mengomentari penampilan fisik seseorang semakin tinggi. Berdasarkan fenomenanya, dapat dipahami bahwa citra tubuh pada dasarnya merupakan hal yang perlu mendapatkan perhatian khusus sama seperti aspek psikologis lainnya terutama pada remaja dan mahasiswa yang sedang berada dalam tahap pembentukan citra diri yang positif. Perempuan mendapatkan perilaku body shaming. Hal ini dapat terjadi karena perempuan pada umumnya sangat memperhatikan penampilannya di depan umum. Melalui media massa, masyarakat membentuk asumsi terkait standar cantik atau standar penampilan perempuan. Hal ini dapat berdampak kepada kelompok perempuan yang tidak memiliki tubuh ideal. Mereka sering mendapatkan kritik atau komentar yang buruk terkait penampilan mereka.

Bentuk Perilaku body shaming yang sering terjadi adalah Fat Shaming (Mengomentari tubuh gemuk/besar) Ini adalah jenis yang paling populer dari body shaming. Fat shaming adalah komentar negatif terhadap orang-orang yang memiliki badan gemuk atau plusize, Skinny / Thin Shaming (Mengomentari/mengkritik tubuh kurus) Ini adalah kebalikan dari fat shaming tetapi memiliki dampak negatif yang sama. Bentuk body shaming ini lebih diarahkan kepada perempuan, seperti dengan mempermalukan seseorang yang memiliki badan yang kurus atau terlalu kurus, Rambut Tubuh / Tubuh berbulu Bentuk body shaming dengan menghina seseorang yang dianggap memiliki rambut-rambut berlebih ditubuh, seperti di lengan ataupun di kaki. Terlebih pada perempuan akan dianggap tidak menarik jika memiliki tubuh berbulu, Warna Kulit, merupakan bentuk body shaming dengan mengomentari warna kulit juga banyak terjadi.

Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa individu yang mengalami body shaming akan merasa stress, kehilangan kepercayaan diri dan merasa ada yang salah dalam diri mereka. Hal ini membuat individu tersebut berupaya untuk mendapatkan standar tubuh ideal dengan berbagai cara misalnya melakukan diet, merawat tubuh dan memakai skincare. Interseksionalitas pada body shaming menciptakan opresi dan atau diskriminasi dimana banyak factor yang bersilangan di satu titik.

Saran yang dapat disampaikan dalam penelitian ini adalah hendaknya dapat diberikan sosialisasi yang berkaitan dengan body shaming kepada remaja atau mahasiswa baik dilingkungan sekolah maupun kampus. Sehingga tidak remaja dapat lebih menjaga perkataannya ketika bergaul dengan teman sebaya. Hal ini disebabkan karena pada umumnya terjadinya body shaming adalah awal ketidaksengajaan seseorang dalam berkata misalnya bercanda yang berlebihan.

Daftar Pustaka

Book:

- Melliana, A. (2006). *Menjelasah Tubuh : Perempuan dan Mitos Kecantikan*. Yogyakarta: LKis
- Sarah Grogan. (1999). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children*. New York: Routledge, h.112)
- Flak, S. R. (2021). *The influence of maternal body-shaming comments and bodily shame on portion size*. Doctoral dissertation, University of South Florida.
- Ritzer, G. & Goodman, D. J. (2011). *Teori Sosiologi: Dari Teori Sosiologi Klasik Sampai Perkembangan Mutakhir Teori Sosial Postmodern Edisi Terbaru*. Bantul: Kreasi Wacana.
- Carastathis, A. (2014). *The Concept of Intersectionality in Feminist Theory*. *Philosophy Compass* 9/5. 304-314
- Hamdi, A.S., & Bahrudin, E. (2015) *Metode Penelitian Kualitatif Aplikasi dalam Pendidikan*. Yogyakarta: Deepublish. Hlm 9
- Burhan Bungin, *Sosiologi Komunikasi: Teori, Paradigma, dan Diskursus Teknologi Komunikasi di Masyarakat* (Jakarta: Kencana, 2006), h. 321
- Tong, R.P. (1998). *Feminist Thought Pengantar Paling Komprehensif kepada Arus Utama Pemikiran Feminis*, Yogyakarta: Jalasutra.

E-book:

- Oxford University Press. (2019b). *Definition of fat shaming in English by Oxford Dictionaries*. Retrieved September 19, 2023, from [https:// en.oxforddictionaries.com/ definition/ fat_shaming](https://en.oxforddictionaries.com/definition/fat_shaming)

Website:

- Miller, K. (2016). *The shocking results of Yahoo Health's body-positivity survey*. Retrieved September 15, 2023, from https://www.yahoo.com/lifestyle/the-shocking-results-of-yahoo-1332510105509942.html?guccounter=1&guce_referrer=aHR0cHM6Ly93d3cuZ29vZ2xlLmNvbS8&guce_referrer_sig=AQAAAAXBswNtGVz5XFIphU-8XEA0UvRLkUsdIZ008lt0E3rorKH46rOvip66P6UcCw_kQIq4pEsGusV6WHtv0kdrBi77mM2c63QH6gzRihFg_jccuqBV2nDsDHb-9ObupB1ieZtj9V1lhkS9e3P9Ly518bAWOsP_q32o7CFxOLmzeTNB
- Coaston, Jane. 2019. "The Intersectionality War", in the Highlight by <https://www.vox.com/the-highlight/2019/5/20/18542843/intersectionality-conservatism-law-race-gender-discrimination>

Journal:

- Winta Hari Arsitowati. (2017). *Kecantikan wanita korea sebagai konsep kecantikan ideal dalam iklan New Ponds White Beauty: what our brand ambassadors are saying*. *Jurnal Humanika* 24, no 2: 84

- Yessi Febrianti dan Kusnul Fitria. (2020). Pemaknaan dan sikap perilaku Body Shaming di media sosial (Sebuah Studi Entografi Digital di Instagram). *Jurnal media dan komunikasi* 3, no 1 , hlm. 12-14
- Gam, R. T., Singh, S. K., Manar, M., Kar, S. K., & Gupta, A. (2020). Body shaming among school-going adolescents: prevalence and predictors. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, 7, 1324–1328. <https://doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20201075>
- Fauzia, T. F., & Rahmiaji, L. R. (2019). Memahami pengalaman body shaming pada remaja perempuan. *Interaksi Online*, 7(3), 238–248
- Sugiati, T. (2019). The influence of body shaming toward FISIP Airlangga University students behaviour pattern. *Indonesian Journal of Social Sciences*, 11(02), 16–24
- Cossin, A. (2003). Saints, Sluts and Sexual Assault: Rethinking the Relationship between Sex, Race and Gender. *Social & Legal Studies*, 12 (1): 77-103