

Memahami Fenomena *Body shaming* di Kalangan Remaja Awal

Nabila Azzahra¹, Hapsari Dwiningtyas², Triyono Lukmantoro³

nabilazzahrah@gmail.com

Program Studi S1 Ilmu Komunikasi

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro

Jl. Prof. Soedarto, SH, Tembalang, Semarang Kotak Pos 1269 Telepon (024) 746407

Faksimile (024) 746504 Laman: <https://www.fisip.undip.ac.id> Email: fisip@undip.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya *body shaming* yang dialami oleh anak remaja awal usia 12-14 tahun. Penelitian ini akan dikaji dengan teori *coordinated management of meaning* dan *interpersonal communication theory*. Subjek penelitian ini adalah anak remaja awal berusia 12-14 tahun yang memiliki pengalaman sebagai korban *body shaming*. Penelitian dilakukan dengan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan fenomenologis interpretif. Data dikumpulkan dengan wawancara mendalam terhadap 5 orang informan dan data dianalisis dengan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA).

Dengan metoda IPA, ditemukan dua pola terkait dengan pengalaman dan pemaknaan *body shaming* anak remaja awal. Yang pertama adalah pola proses terjadinya *body shaming* yang memuat pemantik *body shaming*, respon korban terhadap *body shaming*, dan reaksi pelaku akan respon yang korban berikan. Pola kedua yaitu pola pasca terjadi *body shaming* yang memuat pengalaman korban dalam menceritakan *body shaming* yang dialaminya, kepada siapa korban bercerita dan bagaimana respon orang yang mendengar cerita korban. Hasil yang didapatkan pada penelitian ini adalah bahwa : 1. Pengalaman *body shaming* pada anak remaja awal diawali dengan adanya perbedaan antara dirinya dengan orang lain yang menjadi pemantik adanya *body shaming*. Mengalami *body shaming* terkadang mendorong anak untuk melakukan konfrontasi. Namun konfrontasi tsb tidak menghentikan perilaku *body shaming* dr pelaku krn pelaku melakukannya bukan utk mendapat respon namun utk merasa lebih besar di lingkungannya. 2. Anak remaja awal

memaknai *body shaming* sebagai sebuah hinaan dan penghakiman. Akibat dari adanya hinaan dan penghakiman tersebut terjadi goncangan mental akibat *body shaming* yang mendorong anak untuk bercerita mengenai pengalamannya kepada orang terdekat. Dukungan moral dari orang terdekatlah yang paling dibutuhkan agar anak dapat mengurangi dampak buruk *body shaming* terhadap dirinya.

Kata Kunci : anak remaja awal, *body shaming*, pemaknaan, pengalaman

ABSTRACT

This research was motivated by the existence of body shaming experienced by early adolescents aged 12-14 years. This research will be studied with the theory of coordinated management of meaning and interpersonal communication theory. The subjects of this study were early adolescents aged 12-14 years who had experience as victims of body shaming. The research was conducted with qualitative descriptive methods with an interpretive phenomenological approach. Data was collected by in-depth interviews with 5 informants and data was analyzed by Interpretative Phenomenological Analysis (IPA).

With the IPA method, two patterns were found related to the experience and meaning of body shaming in early adolescents. The first is the pattern of the process of body shaming which contains the body shaming lighter, the victim's response to body shaming, and the perpetrator's reaction to the response the victim gives. The second pattern is the post-body shaming pattern which contains the victim's experience in telling the body shaming he experienced, who the victim told and how the response of people who heard the victim's story. The results obtained in this study are that: 1. The experience of body shaming in early adolescents begins with differences between themselves and others that trigger body shaming. Experiencing body shaming sometimes encourages children to confront. But the confrontation does not stop the body shaming behavior of the perpetrator because the perpetrator does it not to get a response but to feel bigger in his environment. 2. Early teens interpret body shaming as an insult and judgment. As a result of the insults and judgments, there is a mental shock due to body shaming that encourages children to tell about their experience to the closest person. Moral support from the closest people is most needed so that children can reduce the adverse effects of body shaming on themselves.

Keywords: body shaming, experience, early adolescence, meaning

PENDAHULUAN

Komunikasi yang diharapkan oleh manusia adalah komunikasi yang memiliki makna dan arti baik kepada pemberi pesan maupun penerima pesan, namun sering komunikasi yang berlangsung pada kehidupan manusia merupakan komunikasi yang bersifat negatif, dimana hal ini sering menimpa anak-anak usia pra-remaja yang sedang mengalami pubertas. Seperti yang diketahui bahwa masa pra-remaja merupakan masa transisi dari kehidupan anak-anak ke arah kehidupan yang lebih dewasa, dimana secara fisik maupun psikologis anak-anak pra-remaja sedang mengalami masa pubertas.

Masa pra-remaja ini adalah masa yang cukup pendek yakni dari umur 12 hingga 14 tahun, pada fase ini sikap anak-anak kerap dinilai sebagai acuan pada tahap kehidupan berikutnya yakni masa remaja, di mana fase ini juga sering dikatakan fase negatif dikarenakan banyaknya tingkah laku yang ditunjukkan dalam bentuk yang cenderung negatif. Dalam perkembangan beberapa aspek seperti fisik, kognitif, emosional, mental, dan sosial anak pra-remaja kerap membutuhkan berbagai arahan terhadap pubertas yang akan dialaminya, juga termasuk kondisi seksual yang nantinya akan mereka dapatkan. Maka dari itu tidak

dapat dipungkiri bahwa di masa pra-remaja pun kejadian *body shaming* sudah dan beberapa kali terjadi pada kehidupan sosial masyarakat, hal ini berlangsung antara satu anak terhadap anak lainnya, atau bahkan beberapa kumpulan anak atau yang biasa disebut dengan “grouping” kepada korban.

Makna komunikasi yang timbul dari *body shaming* tidak jarang menimbulkan reaksi yang berbeda-beda kepada para korbannya. Pesan ini biasa disampaikan oleh interaksi antar tiga atau lebih orang yang memiliki hubungan antar satu dengan yang lain dikarenakan adanya tujuan yang sama, pengaruh antar satu dan lainnya atau identitas yang sama. Komunikasi yang terjadi pada kejadian *body shaming* termasuk kedalam Komunikasi Antar Pribadi atau yang biasa disebut dengan KAP. Diantara bentuk komunikasi lainnya, KAP merupakan bentuk yang paling sering digunakan dalam kehidupan sehari-hari manusia dimana aspek yang dilihat adalah ketika komunikator menyampaikan pesan dan didapatkan tanggapan balik secara langsung atau *immediate feedback*. Tanggapan yang bisa dilihat juga berbagai macam yakni pesan yang disampaikan melalui lisan, ekspresi wajah bahkan cara bicara sang komunikator.

Di masa pubertas kebanyakan anak-anak pra remaja sedang memperluas circle pertemanan mereka, yang mana membuat mereka memilah-milah teman dengan cara memandang beberapa hal yang terlihat secara nyata. Seperti contoh adalah ketika salah satu diantara pertemanan ada yang terlihat berbeda secara fisik, maka tidak dapat menutup kemungkinan adanya penyerangan secara verbal atau yang biasa dikenal dengan *body shaming*. Adanya *body shaming* membuat manusia menyadari bahwa *body shaming* menimbulkan sebuah rasa malu, dimana rasa malu merupakan salah satu kekuatan yang paling menarik dalam kehidupan manusia. Bahwasanya rasa malu adalah emosi penilaian diri yang kerap menyebabkan seseorang merasakan kecemasan terhadap bagaimana dia terlihat dan dapat dihakimi oleh orang lain. Rasa malu adalah sebuah emosi yang dapat dirasakan oleh seseorang ketika mereka mendapati kekurangan atau kegagalan yang dapat dinikmati oleh orang lain. (Dolezal, 2015:4)

Body shaming membawa pengaruh negatif yang sangat besar pada masa pra-remaja, dikarenakan anak-anak pra-remaja masih memiliki pikiran yang labil dan rentan untuk tergoyah sehingga mereka lebih dapat merasakan hal-hal diluar pikiran mereka.

Keadaan mental mereka juga belum sepenuhnya matang seperti mental orang dewasa.

Body shaming dapat dipahami sebagai rasa malu yang muncul atas dasar bentuk tubuh manusia, bisa saja berasal dari beberapa aspek tubuh seperti penampilan, fungsi tubuh atau beberapa perilaku tubuh. Rasa malu yang berpusat dari tubuh ini muncul ketika seseorang mempercayai bahwa tubuh mereka tidak diinginkan atau tidak menarik, jauh dari penggambaran sosial dari kata “normal”, ideal atau bentuk tubuh yang dapat diterima secara sosial. (Dolezal, 2015:7) Tuturan *body shaming* ini sering dianggap hal yang sepele namun pada kenyataannya tuturan-tuturan tersebut merupakan awal mula dari adanya konflik yang akan merusak hubungan komunikasi interpersonal antar individu. Seringkali terjadi olokan yang tersirat seperti membuat nama panggilan yang bersifat negatif kepada korban-korban *body shaming* dan sangat disayangkan hal ini masih sering dinormalkan.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti akan meneliti dan mengkaji lebih dalam tentang fenomena *body shaming* yang terjadi pada anak-anak pra-remaja (usia 12-14 tahun) di Indonesia guna melihat

bagaimana reaksi para korban terhadap isu *body shaming* yang menyimpannya tersebut.

RUMUSAN MASALAH

Body shaming merupakan fenomena yang terjadi di beberapa kalangan masyarakat, salah satunya kepada anak-anak yang sedang berada di fase pra remaja. Hal ini dapat terjadi dikarenakan pembentukan karakteristik diri pada setiap remaja berbeda-beda. Namun, seiring berjalannya waktu, kehidupan masyarakat pun mulai terpacu dengan berbagai standar, termasuk standar kecantikan yang sudah dan semakin populer di Indonesia. Standar kecantikan ini tercipta ketika orang-orang menyadari adanya perbedaan pada diri mereka dengan orang lain dan juga terpengaruh oleh konstruksi sosial di Indonesia yang menganggap bahwa orang berkulit putih, berambut panjang, berbadan langsing merupakan sebuah standar kecantikan. Sering remaja yang akhirnya terpengaruh oleh standar tersebut. Ketika mereka melihat perbedaan antara diri mereka dengan orang lain, timbulah hasrat untuk melakukan perilaku yang tanpa mereka sadari termasuk kedalam *body shaming*.

Body shaming sendiri berarti perbuatan mencela atau merendahkan

seseorang melalui bentuk tubuh yang seseorang miliki, *body shaming* sendiri tidak memiliki golongan dimana semua perkataan yang menyinggung korban maka dapat dikategorikan kedalam *body shaming*. Dalam kehidupan bersosial anak-anak pra remaja, individu seharusnya memiliki kesadaran terhadap adanya perbedaan baik secara fisik maupun psikis yang mana ketika anak-anak pra remaja sedang mengalami pubertas maka mereka juga akan memiliki pikiran yang belum sepenuhnya matang dan terkendali (Amita, 2018). Dimana hal ini juga melihat bagaimana remaja awal memaknai komunikasi yang terjadi pada kasus *body shaming* yang menyimpannya tersebut.

Fenomena *body shaming* membuat peneliti melakukan penelitian tentang hal-hal apa saja yang dirasakan oleh korban ketika mengalami *body shaming* dan bagaimana korban menangani hal tersebut. Dengan melakukan penelitian ini, peneliti diharapkan mampu memaparkan apa saja pengalaman yang terjadi pada sisi korban akibat perilaku *body shaming* dan bagaimana pemaknaan korban akan tuturan *body shaming* yang disampaikan kepadanya.

TUJUAN

Tujuan dilakukan penelitian ini yaitu menganalisa dan memahami lebih dalam pengalaman dan pemaknaan atas kasus *body shaming* kepada anak-anak pada fase pra remaja dengan rentang umur 12 hingga 14 tahun.

KERANGKA TEORI

Coordinated Management of Meaning (CMM)

Teori ini digunakan guna mendalami proses *body shaming* yang terjadi pada informan sebagai korban. Memahami bagaimana cara korban memaknai tuturan *body shaming* yang dialami, dan bagaimana pemaknaan tersebut muncul dalam diri korban ketika mengalami *body shaming* dalam proses berkomunikasi interpersonalnya.

Teori CMM berguna untuk bagaimana seseorang mampu menciptakan dan menginterpretasikan pesan yang tersampaikan diberikan menjadi lebih bermakna. Di dalam teori ini juga disematkan tatanan pada CMM atau Hierarki yang digunakan dalam kehidupan sehari-hari manusia yakni terdapat Isi, Tindak tutur, Episode, Hubungan, Naskah kehidupan dan Pola Budaya. Isi sendiri sering diartikan dalam penambahan makna terhadap simbol-

simbol tertentu dimana pada setiap grup akan memiliki arti yang berbeda, Tindak tutur merupakan hal-hal yang biasa manusialampirkan dalam bentuk kata-kata, dimana pesan harus dikomunikasikan dengan lisan seperti janji, ancaman, hinaan, spekulasi, tebakan dan pujian, namun tindak tutur juga dapat dilakukan secara nonverbal. Episode menggambarkan bagaimana manusia bertindak dimana hal ini berarti bahwa komunikasi yang dibawa memiliki penekanan tertentu yakni ketika seseorang menggunakan tanda baca atau berbagai penggalan yang bertujuan untuk menekankan makna dari pesan tersebut. Hubungan adalah ketika antara satu dengan yang lainnya memiliki potensi dan mengembangkan diri dengan membangun hubungan sebagai mitra relasional, hal ini berarti bahwa dengan adanya hubungan manusia dapat menentukan pemaknaan pesan yang akan terjalin karena hubungan bersifat lama dan juga membutuhkan kepercayaan yang tinggi antar kedua belah pihak. Naskah kehidupan berarti bagaimana manusia memandang diri sendiri selama ini yang akan berpengaruh dengan cara manusia memahami dan menyampaikan pesan kepada orang lain, yang mana kejadian di masa lampau juga berpengaruh terhadap bagaimana manusia memaknai

pesan kepada orang yang sudah sering manusiajumpai. Yang terakhir ada Pola Budaya dimana manusiamemaknai pesan berdasarkan nilai-nilai aktual yang ada pada kehidupan masyarakat kita, hal ini berkaitan dengan adanya jenis kelamin, ras, kelas dan identitas spiritual. (West & Turner, 2010: 98-101)

Interpersonal Communication Theory

Interpersonal communication theory yang digunakan pada penelitian ini juga mengemukakan konsep kekasaran yang memiliki arti bahwa segala sesuatu yang dikatakan atau dilakukan atau bahkan tidak disampaikan secara langsung yang menyinggung orang lain, bahkan membuat orang lain merasa tidak nyaman, perilaku tersebut merupakan perilaku yang tidak sopan dan menunjukkan bahwa kurangnya rasa hormat kepada orang lain. Tipe kekasaran ini dibagi menjadi dua yakni, ketidaksopanan dan kekasaran, yang membedakannya adalah ketidaksopanan merupakan perilaku yang dilakukan dan ditunjukkan secara langsung kepada seseorang melalui tingkah laku sedangkan kekasaran lebih kepada linguistik dan komunikasi, dimana yang dilihat adalah bagaimana tuturan komunikasi yang dilakukan kepada individu kepada individu

lainnya dapat mempengaruhi sebuah hubungan interpersonal.

Terdapat tiga jenis kekasaran pada teori ini yaitu kekasaran dalam bahasa, kekasaran dalam tindakan dan kekasaran dalam tidak bertindak apapun. Kekasaran dalam bahasa ditemukan ketika ada seseorang yang dengan sengaja maupun tidak sengaja melontarkan kata-kata yang mengandung bahasa seronok dan terdapat unsur yang mengarah kepada intimidasi serta menjelek-jelekan seseorang.

Kekasaran dalam tindakan adalah kekasaran yang dapat dilakukan secara verbal maupun non verbal, dimana sengaja dilakukan untuk melukai perasaan orang lain dan menolak pernyataan pada opini orang lain, hal ini sering ditemukan ketika seseorang tidak sengaja maupun sengaja di dalam situasi yang menegangkan dan bersifat sensitif sehingga terjadi perbuatan yang sangat kasar yang juga dapat membuat lawan bicara merasa kesal atau bahkan terintimidasi.

Kekasaran dengan tidak berbuat apapun adalah ketika aksi yang orang lakukan terhadap orang lain yang sebenarnya mengandung unsur kekasaran namun ia tidak menyadari hal tersebut, hal ini biasa terjadi ketika seseorang ingin menghindari konflik namun ditengah

keadaan yang tidak tepat, maka akan ada satu pihak yang merasa direndahkan. Contohnya adalah ketika seseorang tidak seetuju dengan opini orang lain dan ia langsung meninggalkan lawan bicaranya tanpa berbicara sesuatu apapun, hal ini masuk kedalam tipe kekasaran pada tingkah laku, karena dapat membuat lawan bicaranya tidak nyaman dan merasa terkucilkan. (Mohammed, 2016:201)

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini digunakan metode penelitian kualitatif yang mengambil pendekatan fenomenologi interpretatif. Penelitian kualitatif sendiri adalah penelitian yang memiliki akar dari pola pikir induktif, diawali dengan adanya pengamatan obyektif partisipatif kepada suatu gejala (fenomena) sosial. Penelitian kualitatif ada untuk memahami, mendalami dan menerobos masuk kedalam sebuah masalah dan gejala-gejala yang timbul. (Suyitno, 2018:6). Tujuan dari penelitian yang menggunakan pendekatan fenomenologi adalah untuk mendapatkan pemahaman respon atas adanya individu di dalam masyarakat, juga pengalaman yang dijalankan sesuai dengan interaksi didalamnya (Suyitno, 2018:88).

Subyek dari penelitian ini adalah korban-korban *body shaming* yang menimpa

anak-anak di fase pra remaja dengan rentang tahun 12-14 tahun. Peneliti akan menanyakan para korban yang pernah mengalami *body shaming* di lingkungan. Teknik yang digunakan untuk penelitian ini adalah berupa wawancara yang dilakukan secara mendalam terhadap para informan atau yang biasa disebut dengan in depth interview. Data-data yang didapatkan dari para informan yang mencakupi kriteria yang sudah ditentukan oleh peneliti ini bertujuan untuk mendapatkan informasi yang lebih detail dan mendalam terhadap kasus yang telah mereka alami. Pada penelitian ini peneliti menggunakan metode analisis fenomenologi interpretatif (AFI) atau *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Analisis ini merupakan sebuah pendekatan kepada pengalaman dan psikologis yang telah diinformasikan oleh filsafat pengetahuan yakni fenomenologi. Dengan metoda IPA, akan didapatkan tema dan subtema dalam setiap keterangan informan, dari tema dan subtema tersebut akan terbentuk pola dari masing-masing pokok permasalahan. Kemudian dari pola yang terbentuk akan dirumuskan final themes yang menjurus pada kesimpulan fenomena yang terjadi pada informan. (Smith et al., 2009:15).

PEMBAHASAN

POLA

Pola Proses Terjadinya *Body shaming*

Body shaming yang dialami oleh informan empat diantaranya terjadi di area sekolah, dan satu diantaranya terjadi diluar area sekolah yaitu di area rumah informan. Pada *body shaming* yang terjadi di area sekolah, tuturan *body shaming* tersebut dilakukan oleh orang yang bersinggungan langsung dengan informan, baik di kelas yang sama maupun di ekstrakurikuler yang sama. Sedangkan pada *body shaming* yang terjadi diluar sekolah, tuturan *body shaming* dilakukan oleh orang yang dulu pernah berteman dengan informan dan berada pada satu area tempat tinggal yang sama dengan informan. Tuturan *body shaming* yang disampaikan pelaku kepada kelima informan semuanya bersifat verbal, namun terdapat satu informan yang menerima tuturan *body shaming* disertai dengan tindakan pengucilan yang dilakukan oleh pelaku. Tindakan pengucilan ini dilakukan dengan menghasut orang lain agar tidak berteman dengan informan, dan juga tindakan bullying yang dilakukan dengan memerintah informan melakukan hal-hal yang bukan merupakan kewajiban informan.

Body shaming yang dialami oleh kelima korban tersebut tidak semuanya

melakukan konfrontasi atau perlawanan kepada pelaku. Terdapat satu informan yang tidak melakukan perlawanan kepada pelaku bahkan tidak melaporkan pelaku kepada pihak yang bertanggung jawab disekolah. Namun dari dua jenis respon informan yaitu melakukan perlawanan dan tidak melakukan perlawanan, keduanya tetap tidak merubah perilaku pelaku yang memiliki kebiasaan memberi tuturan *body shaming* kepada informan (korban). Dalam menghadapi *body shaming*, cara yang paling efektif untuk menghindari akibat buruk terhadap kondisi mental korban adalah mengatasi dari dalam diri sendiri dan bukan dengan menghentikan *body shaming* yang sudah terjadi. Tuturan *body shaming* yang sudah terjadi sulit untuk dilupakan meskipun telah berhenti, sehingga cara terbaik untuk memperbaiki penurunan mental akibat *body shaming* adalah berawal dari dalam diri korban sendiri dan bukan dengan menghentikan *body shaming* itu sendiri. (Merry Dame, 2023)

Pola Pasca Terjadinya *Body shaming*

Berbagai perasaan sedih yang timbul dari terjadinya *body shaming* ini mengakibatkan para informan membutuhkan bercerita mengenai pengalamannya menerima tuturan *body shaming* kepada orang sekitarnya. Para informan memilih menceritakan kepada

orang disekitarnya yang memiliki kedekatan emosional. Pada informan dalam penelitian ini, orang disekitar yang dianggap memiliki kedekatan emosional dan dianggap dapat memahami keadaan informan adalah anggota keluarganya, baik orang tua atau kakak. Pengalaman informan dalam menceritakan tuturan *body shaming* yang dialaminya mendapatkan respon baik dari orang terdekatnya. Respon positif yang dikemukakan oleh orang terdekat para informan yaitu respon bermuatan dukungan moral, mengatakan bahwa tuturan *body shaming* yang disampaikan kepada informan adalah hal yang tidak perlu didengarkan karena diri informan adalah yang terbaik yang diciptakan oleh Tuhan. Begitupula dengan dukungan terhadap para informan untuk tetap merasa cukup dan pantas karena apa yang orang definisikan terhadap diri informan bukanlah diri informan sesungguhnya.

Dukungan yang disampaikan oleh orang-orang terdekat informan ini dapat dikatakan berhasil karena dukungan tersebut menyebabkan informan memiliki energi untuk kembali kesekolah atau kembali ke lingkungan Dimana tuturan *body shaming* tersebut terjadi. Meskipun dengan keadaan sedih, namun dengan adanya dukungan dan afirmasi dari orang terdekat informan, para

informan dapat menghadapi tuturan *body shaming* yang terjadi kepadanya. Dukungan ini sangatlah berpengaruh baik pada diri informan, sesuai dengan pernyataan dari para informan bahwa dukungan dari orang terdekatlah yang membuat mereka mengingat nilai diri mereka Kembali, membuat mereka mengingat tujuan utama mereka ada dilingkungan tersebut yaitu untuk menuntut ilmu, membuat para informan mengerti bahwa dunia tidak selalu berjalan sesuai dengan baik dan hal itu tidak dapat mereka kendalikan, membuat mereka mengingat bahwa yang dapat mendefinisikan diri mereka hanyalah diri mereka sendiri dan bukan para pelaku *body shaming*.

FINAL THEMES

Konfrontasi Tidak Mempengaruhi Sikap Penutur *Body shaming*

Pada proses komunikasi yang melibatkan tuturan *body shaming* didalamnya, diketahui dari para informan bahwa tuturan tersebut merupakan tuturan langsung yang disampaikan memang dengan niat untuk menyakiti atau memberi intimidasi terbuka kepada para informan sebagai korban. Tuturan ini memberikan dilakukan di lingkungan dimana informan sebagai korban menghabiskan banyak waktu

di lingkungan tersebut, seperti di lingkungan rumah atau sekolah, sehingga rasa yang tidak nyaman tersebut selalu timbul berkelanjutan. Proses komunikasi yang terjadi antara penutur *body shaming* dengan informan sebagai korban merupakan bagian dari Stories Lived dimana tuturan tersebut merupakan penyampaian pesan yang terang-terangan menyampaikan apa yang ada dalam isi pikiran seseorang meskipun berkemungkinan menyakiti hati orang lain. (Griffin et al., n.d:17)

Intimidasi terbuka yang terjadi kepada seorang anak berusia remaja awal tentu saja memberikan gunjangan yang cukup hebat terhadap kondisi mental anak tersebut yang masih dalam proses pertumbuhan kematangan mental. Intimidasi terbuka ini juga mengakibatkan adanya agresi yang dapat memicu terjadinya adanya konflik antara anak remaja yang menjadi pelaku dan korban *body shaming*, namun ternyata agresi yang dilakukan demi membela diri akibat *body shaming* ditemukan tidak banyak berpengaruh terhadap perilaku pelaku *body shaming* itu sendiri. Agresi yang terjadi justru lebih banyak memicu emosi pelaku untuk semakin melakukan *body shaming* demi membuktikan kekuasaan dan dominasi yang

pada awalnya menjadi dorongan seseorang untuk berani melakukan *body shaming*.

Dukungan Moral Orang Sekitar Membantu Informan Mengatasi Perasaan Sedih Akibat Tuturan *Body shaming*

Dari keterangan para informan diketahui bahwa dengan menceritakan perasaan sedih yang mereka alami pada orang terdekat, hal tersebut membantu membuat mereka lebih lega daripada sebelumnya. Para informan juga menyatakan bahwa respon yang didapatkan ketika menceritakan perasaan sedih akibat *body shaming* yang dialaminya selalu memberikan respon positif dan memberikan kekuatan kepada para informan untuk menghadapi *body shaming* yang dialaminya. Proses menceritakan pengalaman *body shaming* para informan ini dilakukan secara kontinyu karena *body shaming* yang mereka alami pun bersifat kontinyu. Terlebih lagi *body shaming* yang mereka alami kebanyakan dirasakan di lingkungan dimana seharusnya lingkungan tersebut adalah lingkungan yang membangun seperti sekolah dan ekstrakurikuler.

Respon positif yang dikemukakan oleh ibu dan kakak para informan pun bermacam-macam. Salah satu respon dari

ibu informan adalah dengan mengatakan bahwa kondisi tubuh informan adalah kondisi yang terbaik yang diberikan oleh Tuhan kepada informan sehingga tidak penting mendengarkan perkataan orang lain tentang tubuhnya. Ibu informan juga mengatakan bahwa kondisi yang dimiliki oleh informan seharusnya tidak boleh didefinisikan oleh pelaku *body shaming* dan merekalah yang salah karena sudah menghakimi orang lain dan bukan salah informan sehingga informan tidak perlu menyalahkan diri sendiri.

PENUTUP

Kesimpulan

1. Keseluruhan *body shaming* yang terjadi terdiri dari fat shaming, struktur rahang, rambut, dan warna kulit. Tindakan *body shaming* yang dilakukan terjadi dengan sarana verbal, dan relasional. Hasil penelitian ini menjawab mengenai pengalaman *body shaming* oleh anak usia remaja awal.
2. Tindakan *body shaming* yang terjadi kepada kelima informan kesemuanya menyebabkan hal yang negatif pada kondisi mental dan pertumbuhan mental informan yaitu informan yang mengalami tindakan

body shaming mengalami kehilangan rasa percaya diri, kesulitan dalam bersosialisasi dengan khalayak, susah bergaul, mudah terpengaruh omongan orang, sulit untuk mengontrol diri ketika dihadapi oleh situasi yang sulit, kurangnya toleransi kepada sesama, menghindari lingkungan sosial, *self loathing*, menurunnya *self-worthiness*, merasa tidak aman dan tidak percaya diri sehingga cenderung mengasingkan diri, munculnya kecenderungan *body dysmorphic disorder* atau penilaian negatif terhadap tubuh, dan menghambat perkembangan diri informan karena ketakutan terhadap lingkungan. Ditinjau dari final themes yang mengemukakan bahwa ketika para korban melakukan konfrontasi dan dinilai tidak ada perubahan, maka ini dapat menjawab bahwasanya bullying adalah hal yang tidak bisa dilawan melainkan harus dihentikan, hal ini merujuk dari teori CMM yang diterapkan oleh para korban yakni memaknai dirinya dengan konotasi negatif. Namun disini para korban memiliki dukungan moral dari pihak keluarga

dan orang tua, dimana hal tersebut bisa mengurangi dampak negatif dari tuturan bullying kepada mental para korban itu sendiri. Hasil dari penelitian ini menjawab mengenai bagaimana informan sebagai korban memaknai *body shaming* yang disampaikan kepadanya.

1. Para informan menceritakan *body shaming* yang dialaminya kepada orang terdekat yaitu ibu dan kakak dimana kesemuanya memberikan respon dan dukungan positif kepada informan sebagai korban *body shaming*. Hasil dari penelitian ini menjawab mengenai pengalaman *body shaming* yang dialami oleh anak usia remaja awal.

Rekomendasi

1. Dengan mengacu kepada teori Interpersonal Communication yang mana hubungan komunikasi dilakukan antara dua individu atau lebih, maka kepada seluruh orang tua untuk memberikan dukungan terbaik kepada anaknya yang mengalami *body shaming* dan lebih sering menanyakan pengalaman anaknya di sekolah untuk mengetahui apabila terjadi *body shaming* kepada anaknya

sehingga dapat dideteksi dini mengenai keadaan mental anak apabila menerima *body shaming* terhadap anak tersebut, dan dapat memberikan dukungan lebih awal untuk menghindari akibat buruk lebih jauh.

2. Meninjau dari teori CMM dan keterkaitannya dengan para subjek penelitian, yaitu korban direct bullying yang mana adalah siswa-siswa di sekolah, termasuk bagaimana pengalaman mereka selama terkena *body shaming* juga makna yang ditimbulkan atas tuturan *body shaming* merupakan hal yang seharusnya diberi perhatian lebih. Maka kepada seluruh guru di sekolah untuk memberikan perhatian lebih terhadap terjadinya *body shaming* yang mungkin terjadi. Memberikan perhatian tidak hanya kepada korban *body shaming* namun juga kepada pelaku untuk bisa menjadi pribadi yang lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Coloroso, B. (2003). *The Bully, The Bullied, and The Bystander*

- Breaking the Cycle of Violence*. Srsd119.Ca.
- Dolezal, L. (2015). *The Body and Shame*.
- Merry, Dame Christy. (2019). *Body shaming : Understand it and Uncovering it*. London : Verywell Journal.
- Restuviani, A., & Widarsih, R. (n.d.). (2020). *Cek Fakta Tentang Body shaming, Yuk!* – UNALA. Retrieved September 6, 2021.
- Samosir, D. T. P., & Sawitri, D. R. (2015). *Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Pengungkapan Diri Pada Remaja Awal Kelas VII*. Empati: Jurnal Karya Ilmiah S2 Undip, 4(2).
- Smith J. A., Flowers P., Larkin M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method, research*. London: Sage.
- Smith, Karen., (1998) *Body & soul : a woman's guide to staying young*. London : Kyle Cathie Ltd.
- Suyitno. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif: Konsep, Prinsip, dan Operasionalnya*. In Akademia Pustaka.
- West, R., & Turner, L. H. (2010). Richard West, Lynn Turner - *Introducing Communication Theory. Analysis and Application*. Fourth Edition - McGraw-Hill.