

MEMAHAMI PEMAKNAAN PESAN *BODY SHAMING*

PADA KORBAN REMAJA PRIA

Mirwa Faiz Syarafullana, Hapsari Dwiningtyas Sulistyani, Lintang Ratri Rahmiaji

mirwafaiz5@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

ABSTRACT

Women are the primary target of body shaming, but men also often experience body shaming similarly to women, although such cases are less highlighted and exposed. When adolescent boys experience body shaming, they tend to choose to remain silent and internalize their feelings, unlike adolescent girls. In men, body shaming takes on its own specificity that distinguishes it from the body shaming experienced by women. It involves criticism or ridicule regarding appearance, personality, body gestures, and other aspects related to deviations from masculinity. Men who fail to meet the ideal body standards and cannot embody a masculine image are belittled and become targets of body shaming. The aim of this research is to understand the process of meaning-making of body shaming messages experienced by adolescent male victims. This study is a qualitative type that uses the Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) method. In this research, the researcher conducted in-depth interviews with five informants, specifically five adolescent males aged 18-23 who have experienced body shaming. The results of this research indicate that the coordination process of meaning-making of body shaming messages in adolescent male victims begins with accepting and interpreting these messages. The interpretations formed regarding body shaming messages include viewing them as actions that disturb self-image, expressions of jokes, and motivations. Friends are the main perpetrators of body shaming, besides family and individuals in positions of power. Acceptance and interpretation of body shaming messages trigger informants to respond with resistance, expressed in responses and reactions tailored to the level of familiarity with the perpetrator and the severity of the body shaming messages received. Informants are compelled to share their body shaming experiences with confidants, and this serves as a form of catharsis. Informants feel the need for reinforcement and support from their closest people to manage and overcome body shaming issues. Efforts to coordinate the meaning-making process of body shaming lead to the formation of two redefinitions of the informants' body meaning. The first redefinition is the body as a tool of masculinity control, interpreting that informants perceive their bodies as the weakest point due to frequent comments, control, surveillance, and body shaming messages from others related to deviations from masculinity standards in Indonesia. Furthermore, the second redefinition is "my body, my own," meaning that the body the informant possesses can only be defined and judged by the informant themselves since everyone has their own standards and expectations for their bodies. The formation of a redefinition of body meaning prompts informants to reconsider the definition of their own bodies.

Keywords: Body Shaming, Masculinity, Adolescent Boys, CMM Theory

ABSTRAK

Perempuan merupakan target utama dari tindakan *body shaming*, namun pria juga sering mengalami *body shaming* sama seperti perempuan, tetapi kasus-kasusnya kurang tersorot dan terekspos. Remaja pria ketika mengalami *body shaming* memilih untuk diam dan memendam saja tidak seperti remaja perempuan. Pada pria, tindakan *body shaming* memiliki kekhasan tersendiri yang membedakan dengan tindakan *body shaming* yang dialami oleh perempuan, yaitu mengarah pada kritikan atau ejekan mengenai penampilan, kepribadian, gestur tubuh, dan lain sebagainya yang berkaitan dengan penyimpangan pada maskulinitas. Pria yang tidak bisa memenuhi standar tubuh ideal dan tidak bisa menjadi sosok yang maskulin akan direndahkan dan menjadi sasaran tindakan *body shaming*. Tujuan dari penelitian ini yaitu memahami proses pemaknaan pesan *body shaming* yang dialami pada korban remaja pria. Penelitian ini merupakan tipe kualitatif yang menggunakan metode analisis *Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)*. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara mendalam *interview* kepada lima informan yaitu lima remaja pria usia 18-23 tahun yang telah mengalami tindakan *body shaming*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa proses koordinasi pemaknaan pesan *body shaming* pada korban remaja pria diawali dengan menerima pesan *body shaming* dan memaknai pesan *body shaming*. Pemaknaan terhadap pesan *body shaming* yang terbentuk yaitu pemaknaan pesan *body shaming* sebagai tindakan yang mengganggu citra diri, pemaknaan pesan *body shaming* sebagai ungkapan candaan dan pemaknaan pesan *body shaming* sebagai motivasi. Teman merupakan pelaku *body shaming* utama selain keluarga dan orang yang memiliki kuasa. Penerimaan pesan dan pemaknaan pesan *body shaming* memicu informan untuk memberikan tanggapan berupa respon dan reaksi yang merupakan bentuk perlawanan informan terhadap pelaku yang disesuaikan dengan tingkat keakraban informan dengan pelaku dan tingkat keparahan pesan *body shaming* yang diberikan pelaku. Informan terdorong untuk menceritakan pengalaman *body shaming* kepada teman cerita dan hal ini merupakan bentuk katarsis. Informan merasa memerlukan penguatan dan dukungan dari orang terdekatnya untuk mengelola dan mengatasi permasalahan *body shaming*. Upaya melakukan proses koordinasi pemaknaan *body shaming* memunculkan dua redefinisi terhadap pemaknaan tubuh informan. Redefinisi pemaknaan tubuh pertama yaitu tubuh sebagai alat kontrol maskulinitas yang mengartikan bahwa informan menganggap tubuh sebagai titik terlemah yang informan miliki karena sering dikomentari, dikontrol, diawasi dan mendapatkan pesan *body shaming* dari orang lain terkait dengan penyimpangan terhadap standar maskulinitas di Indonesia. Redefinisi pemaknaan tubuh kedua yaitu tubuhku milikku mengartikan bahwa tubuh yang informan miliki hanya bisa didefinisikan dan dinilai oleh informan sendiri karena setiap orang memiliki standar dan ekspektasi terhadap tubuhnya masing-masing. Terbentuknya redefinisi pemaknaan terhadap tubuh membuat informan memikirkan kembali mengenai definisi dari tubuhnya sendiri.

Kata Kunci: *Body Shaming*, Maskulinitas, Remaja Pria, Teori CMM

I. PENDAHULUAN

Perempuan merupakan target utama dari *body shaming*, namun pria juga sering mengalami *body shaming* sama seperti wanita tapi kasus-kasusnya kurang tersorot

dan kurang terekspos. Dilansir dari qubisa.com (2021), menurut data survey *Body Peace Resolution* yang dilakukan oleh Yahoo, mendapatkan hasil bahwa sejumlah 64 persen remaja pria sudah mengalami *body shaming*. Kasus *body shaming* yang

terjadi pada pria kurang diperhatikan dan masyarakat menganggapnya bukan sebagai hal yang penting, berbeda jika kasus tersebut terjadi pada perempuan.

Pada pria, tindakan *body shaming* tidak hanya berfokus pada berat badan, warna kulit, tinggi badan dan lainnya yang identik pada tindakan *body shaming* yang dialami oleh perempuan. Namun, memiliki kekhasan tersendiri yang membedakan dengan tindakan *body shaming* yang dialami oleh perempuan, yaitu mengarah pada kritikan atau ejekan mengenai penampilan, kepribadian, gestur tubuh, orientasi seks yang menyimpang, dan lain sebagainya yang berkaitan dengan penyimpangan pada maskulinitas pria.

Penelitian berjudul “*The Effect of Picture presentation on male Body Shame and Muscle Dysmorphia*” yang diteliti oleh Wilson pada tahun 2010 memiliki jumlah populasi penelitiannya yaitu 112 peserta pria dan hasil penelitiannya menunjukkan bahwa 63,5% pria tidak puas dengan tubuh mereka, 69% pria tidak puas dengan ukuran dada mereka, 69% pria tidak puas dengan bentuk tubuh mereka sendiri, 65% pria tidak puas dengan lengan mereka, dan 63% pria tidak puas dengan perut mereka sendiri. (Wilson, 2010:21-22). Ketidakpuasan seorang pria pada tubuh dan bentuk tubuh mereka sendiri membuat seorang pria merasa tidak percaya diri dan

mengundang tindakan *body shaming* yang dilakukan oleh orang lain kepada dirinya.

Body shaming dapat disebut sebagai tindakan yang dilakukan untuk mengomentari bentuk tubuh seseorang yang tidak sesuai dengan standar yang telah ditetapkan (Atsila, Satriani, & Adinugraha, 2021:85). Intinya tindakan *body shaming* ini merupakan tindakan negatif serta perilaku yang tidak pantas terhadap orang lain yang bertujuan untuk mempermalukan orang lain dan dilakukan dengan cara memberikan kritik atau penilaian terhadap individu terkait kondisi fisik seseorang yang tidak sesuai dengan standar kecantikan, standar tubuh ideal dan standar maskulinitas.

Body shaming memiliki dampak yang amat besar terhadap kondisi mental dan psikis korban. Korban *body shaming* akan mengalami trauma yang berkelanjutan. Para korban *body shaming* akan mengalami gejala stres, tidak percaya diri, menjadi tertutup atau pemalu, dan memiliki perasaan cemas berlebihan.

Body shaming dan maskulinitas memiliki keterkaitan karena maskulinitas merupakan penyebab terjadinya *body shaming* bagi para remaja pria. Beynon (2002:2) dalam bukunya yang berjudul *Masculinities and Culture* memaparkan bahwa terbentuknya maskulinitas karena adanya fantasi atau imajinasi tentang bagaimana menjadi pria

yang seharusnya dan seperti apa serta bagaimana dalam menjadi seorang pria.

Konsep maskulinitas menyatakan bahwa pria harus mandiri, berani mengambil suatu resiko, tegas, mandiri, dan mampu mengelola emosinya. Pria harus bersikap seperti halnya pria yang seharusnya dan harus bisa menjadi sosok yang maskulin. Hal ini menciptakan suatu budaya yang membuat pria terbebani untuk dapat memenuhi standar tersebut. Pria yang tidak bisa memenuhi standar tersebut atau tidak bisa menjadi sosok yang maskulin disebut sebagai laki-laki yang menyimpang dan akan menjadi sasaran tindakan *body shaming*.

Pada saat *body shaming* terjadi di dalamnya terdapat sebuah interaksi dan menciptakan suatu makna komunikasi. Interaksi yang berjalan dan makna komunikasi yang tercipta pastinya berbeda-beda tergantung dari bagaimana korban menanggapinya. Hal ini menjadi menarik untuk dibahas karena kita dapat mengetahui dan memahami proses makna dan tindakan yang terjadi dalam suatu proses interaksi *body shaming* tersebut. Setiap makna dalam interaksi akan mempengaruhi tindakan dan tindakan juga akan mempengaruhi makna. Pada penelitian ini ditekankan untuk mengetahui dan memahami pengalaman *body shaming* remaja pria pada level komunikasi interpersonal.

Sehingga penelitian ini akan berfokus untuk membahas mengenai makna komunikasi korban *body shaming* yang dialami oleh remaja pria.

II. KAJIAN PUSTAKA

Coordinated Management of Meaning Theory (CMM)

Teori manajemen makna terkoordinasi (CMM) ditemukan dan dikembangkan oleh W. Barnett Pearce & Vernon Cronen. Teori ini merupakan pendekatan komprehensif yang ditujukan untuk memahami interaksi sosial yang didalamnya terdapat pembahasan mengenai tindakan dan makna komunikasi yang dikoordinasikan. Mereka menawarkan teori CMM sebagai teori yang dapat melihat dan memahami secara langsung pola, proses komunikasi dan apa yang diciptakan oleh pola dan proses komunikasi tersebut. Menurut teori ini dalam menghadapi atau menanggapi situasi komunikasi kita akan melakukan dua hal yaitu memberikan makna terhadap pesan maupun perilaku orang lain dan kita akan memberikan suatu tindakan atau respon terhadap situasi komunikasi. Makna akan mempengaruhi tindakan dan tindakan pun akan mempengaruhi makna. Makna, konteks, maupun tindakan dapat berubah-ubah dalam suatu kondisi dan situasi karena adanya pengalaman dalam berinteraksi

dengan banyak orang. Dalam teori ini komunikator dapat memutuskan tindakannya agar tampak logis atau masuk akal bagi semua orang (koordinasi), namun setiap pihak dapat memahaminya dengan menggunakan cara-cara yang berbeda (Littlejohn dkk, 2017: 124-127).

Teori CMM merupakan teori yang membantu memahami pemaknaan pesan *body shaming* dari para remaja pria yang mengalaminya. Karena teori ini ditujukan untuk memahami interaksi sosial yang didalamnya terdapat pembahasan mengenai tindakan dan makna komunikasi yang dikoordinasikan. Serta, dengan digunakannya teori ini kita dapat melihat dan memahami secara langsung pola, proses komunikasi dan apa yang diciptakan oleh pola dan proses komunikasi tersebut yang akan membentuk makna komunikasi. Sehingga akan memudahkan proses pemahaman pemaknaan pesan *body shaming* pada korban remaja pria.

Body Shaming

Body shaming dapat disebut sebagai tindakan yang dilakukan untuk mengomentari bentuk tubuh seseorang yang tidak sesuai dengan standar yang telah ditetapkan (Atsila, Satriani, & Adinugraha, 2021:85). *Body shaming* merupakan suatu penilaian individu dan kritik publik terhadap kondisi dan bentuk fisik seseorang akibat kekurangan atau kelebihan berat

badan yang dilakukan secara sengaja maupun tidak sengaja (Rezvan dkk, dalam Karyanti & Aminudin, 2019). *Body shaming* dapat dikategorikan sebagai tindakan bullying yang dilakukan secara verbal. *Body shaming* ini diakibatkan karena adanya standar kecantikan, standar tubuh ideal dan maskulinitas yang tersebar di masyarakat.

Berikut merupakan bentuk-bentuk dari *body shaming*:

- a. *Fat shaming*, mengomentari dan mengkritik bentuk tubuh seseorang yang memiliki bentuk tubuh gemuk.
- b. *Skinny shaming*, mengomentari dan mengkritik bentuk tubuh seseorang yang memiliki bentuk tubuh kurus.
- c. Tubuh berbulu, mengomentari dan mengkritik seseorang yang memiliki rambut-rambut lebat yang tumbuh di kaki maupun tangan.
- d. Warna kulit, mengomentari dan mengkritik seseorang yang memiliki warna kulit pucat maupun gelap.
- e. Orientasi seks, mengomentari dan mengkritik seseorang yang memiliki orientasi seks yang menyimpang, yaitu penyuka sesama jenis.
- f. Penampilan, mengomentari dan mengkritik seorang pria yang memiliki selera penampilan seperti perempuan dan menggunakan pakaian perempuan.

- g. *Gesture*, mengomentari dan mengkritik seorang pria yang memiliki bahasa tubuh seperti perempuan.
 - h. Kepribadian, mengomentari dan mengkritik seorang pria yang memiliki kepribadian seperti perempuan.
- Berikut merupakan contoh perilaku *body shaming*:
- a. Mengejek atau menghakimi bentuk tubuh seseorang.
 - b. Mengejek atau menghakimi proses diet maupun penggemukan tubuh seseorang.
 - c. Mengejek atau menghakimi seseorang yang memiliki orientasi seks yang menyimpang.
 - d. Mengejek atau menghakimi penampilan, *gesture*, maupun kepribadian seorang pria yang menyerupai atau seperti perempuan.
 - e. Ekspresi berlebihan terhadap bentuk tubuh, penampilan maupun sifat atau kepribadian seseorang.

Konsep *body shaming* yang telah dijelaskan diatas dijadikan sebagai landasan yang dapat membantu proses analisis. Dimana elemen-elemen *body shaming* tersebut dapat digunakan untuk memperluas dan memperdalam data yang dibutuhkan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pemaknaan pesan *body shaming* pada korban remaja pria.

Maskulinitas

Maskulinitas pada awalnya merupakan konsep yang mengacu pada kualitas pria seperti kejantanan, kekuasaan, kelelakian, dan lain sebagainya (Flood dkk, 2007). Connell (2001) menyatakan bahwa maskulinitas bukan menjadi oposisi biner dari feminitas dan bukan menjadi objek terisolasi, tetapi menjadi aspek struktur besar, seperti hierarki sosial. Beynon (2002:2) dalam bukunya yang berjudul *Masculinities and Culture* mengatakan bahwa maskulinitas terbentuk karena fantasi atau imajinasi tentang bagaimana menjadi pria yang seharusnya dan seperti apa serta bagaimana dalam menjadi seorang pria. Maskulinitas terkonstruksi agar orang paham harus bagaimana dalam hidupnya. Jadi, maskulinitas terkonstruksi dan dianggap sebagai cara untuk menjadi pria yang dapat diterima oleh orang lain (Beynon, dalam Saputro & Yuwarti, 2016:48-49).

Flood (2002) menguji atas beragamnya definisi maskulinitas dari berbagai akademisi dan Flood melihat bahwa terdapat tiga gugus maskulinitas dari fenomena-fenomena yang relevan.

- a. Maskulinitas mengacu pada kepercayaan, wacana, representasi, ideal, dan imagi.

- b. Maskulinitas mengacu pada sifat-sifat pria yang dibedakan dengan sifat-sifat wanita.
- c. Maskulinitas mengacu pada strategi laki-laki agar berkuasa dan untuk mengekalkan atau menjaga kekuasaan laki-laki tersebut.

Maskulinitas dan *body shaming* memiliki keterkaitan atau hubungan yang kuat. Sebab maskulinitas merupakan salah satu penyebab terjadinya *body shaming* terhadap pria. Pria dituntut untuk tidak berperilaku atau bertindak seperti wanita, memiliki postur tubuh yang tinggi dan tegak, mandiri, badan yang berotot, sikap yang tegas, mental pemberani, mampu menjadi pemimpin, dan lain sebagainya. Seorang pria yang tidak bisa menjadi sosok yang maskulin akan diejek, direndahkan, dan mengalami *body shaming* karena tidak bisa menjadi pria yang seharusnya. Untuk saat ini, fenomena maskulinitas dapat kita temui dalam kehidupan sehari-hari. Kita pasti pernah mendengar maupun melihat bahwa seorang pria mengejek teman prianya yang sedang menangis karena habis putus dengan pacarnya ataupun pria yang diejek karena memakai *skincare*.

“*Gausah nangis, cengeng lu kaya cewe!*”

“*Ngapain sih ngerawat diri pakai skin care kaya perempuan aja!*”

Perkataan-perkataan tersebut merupakan contoh *toxic masculinity* yang akan

merujuk pada *body shaming* yang dialami oleh remaja pria.

Melalui penggunaan konsep maskulinitas tentunya dapat membantu dan memperdalam analisis mengenai pemahaman pemaknaan pesan *body shaming* pada remaja pria. Karena maskulinitas dan *body shaming* memiliki keterkaitan dan maskulinitas merupakan salah satu penyebab terjadinya *body shaming*.

III. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan menggunakan pendekatan fenomenologi. Data penelitian diambil dari hasil wawancara bersama informan, yaitu remaja pria dengan usia 18-23 tahun yang pernah atau sedang mengalami tindakan *body shaming*, literatur terdahulu, buku, jurnal, dan artikel yang memiliki kaitan dan relevan dengan topik *body shaming* dan pemaknaan pesan korban *body shaming*. Data penelitian yang telah didapatkan dianalisis dengan menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Langdridge (2007:106) fenomenologi studi IPA memiliki fokus pada “bagaimana orang memandang pengalaman, atau apakah pengertian dari pengalaman tertentu baginya. Studi IPA sudah jelas berfokus pada pengalaman dunia kehidupan dan studi ini dikhususkan

untuk menjadi jembatan antara psikologi kognitif dan psikologi deskriptif. Tujuan fenomenologi studi IPA yaitu mengeksplorasi secara rinci mengenai sudut pandang subjek penelitian mengenai topik yang akan diteliti dan untuk menginterpretasikan pemahaman subjek penelitian (Langdrige, 2007:106).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses komunikasi yang telah dilakukan oleh keseluruhan informan dalam mengelola pengalaman *body shaming* dan proses koordinasi pemaknaan *body shaming* merupakan proses yang panjang. Keseluruhan informan telah melakukan dua hal, yaitu memberikan tanggapan berupa respon dan reaksi terhadap pesan *body shaming* dan memberikan makna terhadap situasi komunikasi yang dihadapinya dalam mengelola pengalaman *body shaming*.

Proses pengelolaan pengalaman *body shaming* tersebut didasarkan pada teori manajemen makna terkoordinasi (CMM). Menurut Pearce dan Cronen, dalam teori CMM seseorang dalam menghadapi atau menanggapi situasi komunikasi kita akan melakukan dua hal, yaitu memberikan makna terhadap pesan maupun perilaku orang lain dan kita akan memberikan suatu tindakan atau respon terhadap situasi komunikasi. Menurut teori CMM, pada saat melakukan komunikasi manusia akan

melakukan penafsiran terhadap suatu pesan dan akan bertindak sesuai dengan aturan-aturan yang ada dalam Teori CMM yaitu aturan konstitutif (aturan makna) dan aturan regulatif (aturan tindakan) Namun, makna dan tindakan yang muncul seiring waktu akan berubah dan suatu kondisi maupun situasi karena adanya pengalaman yang muncul dalam menghadapi suatu kondisi dan situasi dalam melakukan interaksi dengan banyak orang.

Sebelum informan memberikan tanggapan terhadap pesan *body shaming*, informan terlebih dahulu memberikan makna terhadap pesan *body shaming* yang diberikan oleh pelaku. Keseluruhan informan memaknai pesan *body shaming* yang diterimanya dari teman, keluarga, maupun orang yang memiliki kuasa sebagai tindakan yang mengganggu citra diri, sebagai ungkapan candaan, dan sebagai motivasi.

Teman merupakan pelaku utama *body shaming* dalam penelitian ini selain keluarga dan orang yang memiliki kuasa. Hal ini disebabkan karena dalam pertemanan pria yang erat seringkali memicu suatu konflik yang disebabkan karena tidak adanya batasan dalam berperilaku dan bertindak, sehingga disebut sebagai *toxic friendship*. Informan seringkali mendapatkan pesan *body shaming* dari teman yang membuatnya marah, tetapi informan memilih tidak

mengungkapkannya karena pria yang maskulin tidak mengungkapkan perasaannya. Seorang pria pandai dalam menyembunyikan perasaannya, ahli dalam menutupi apa yang sedang ia rasakan, dan cenderung tidak meminta bantuan kepada orang lain karena takut dianggap lemah dan feminim (Mabrouk, 2020:425). Hal ini sejalan dengan temuan dalam penelitian ini, bahwa pertemanan dalam pria seringkali menjadi hubungan *toxic friendship* yang memicu tindakan *body shaming*.

Setelah kelima informan memaknai pesan *body shaming* yang diterimanya, kelima informan memberikan respon dan reaksi kepada pelaku *body shaming*. Respon dan reaksi yang dikeluarkan oleh informan secara esensial merupakan bentuk perlawanan terhadap tindakan *body shaming* yang disesuaikan dengan tingkat keakraban informan dengan pelaku dan tingkat keparahan pesan *body shaming* yang diberikan pelaku. Informan menunjukkan perlawanan karena tidak ingin ditindas. Sebab, menanggapi dengan respon dan reaksi yang terlihat menyedihkan akan membuat pelaku *body shaming* senang karena pelaku merasa tindakannya berhasil dan sukses. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian ini, bahwa tanggapan berupa respon dan reaksi merupakan bentuk perlawanan informan terhadap pelaku *body shaming*.

Namun, tanggapan marah dan menangis merupakan tanggapan berupa ekspresi yang tidak wajar bagi seorang pria karena termasuk ke dalam penyimpangan maskulinitas. Levant (dalam Mabrouk, 2020:422) mengatakan bahwa seorang pria haruslah bersikap jantan dan tidak boleh menangis ketika mengalami rasa sakit maupun patah hati. Seorang pria maskulin tidak boleh terlihat lemah dan tidak boleh memperlihatkan kesedihannya di depan orang lain dengan menangis.

Setelah informan melakukan komunikasi dengan pelaku dengan memberikan tanggapan berupa reaksi dan respon membuat informan terdorong untuk memberikan makna terhadap tindakan komunikasi dengan pelaku. Dimana pemaknaan komunikasi dengan pelaku yang terbentuk, yaitu sebagai tindakan untuk melawan pelaku, tindakan untuk meluruskan apa yang salah, serta sebagai tindakan untuk menyadarkan pelaku.

Proses komunikasi dalam mengelola pengalaman *body shaming* dan proses koordinasi pemaknaan *body shaming* selanjutnya, yaitu menceritakan pengalamannya kepada teman cerita Menceritakan pengalaman *body shaming* kepada teman cerita merupakan bentuk penerapan dari teori katarsis yang berdiri berdasarkan teori psikoanalisa milik Sigmund Freud. Menurut Corsini & Wedding (dalam Qonitatin dkk, 2011), teori

katarsis menurut psikoanalisa yaitu menyalurkan dan melepaskan emosi yang ditekan dengan berbagai cara yang tidak merugikan. Informan sejatinya membutuhkan penguatan dan dukungan dari orang terdekatnya dalam mengelola pengalaman *body shaming*. Namun, tindakan menceritakan pengalaman mengalami tindakan *body shaming* kepada teman cerita mematahkan persepsi yang muncul di masyarakat terkait dengan maskulinitas bahwa seorang laki-laki tidak boleh terlihat lemah didepan orang lain, tidak boleh mengungkapkan emosi dan perasaannya, serta tidak boleh berkeluh kesah. Seorang pria pandai dalam menyembunyikan perasaannya, ahli dalam menutupi apa yang sedang ia rasakan, dan cenderung tidak meminta bantuan kepada orang lain karena seorang pria takut dianggap feminim atau lemah oleh orang lain (Mabrouk, 2020:425).

Upaya melakukan proses komunikasi untuk mengelola pengalaman *body shaming* dan proses koordinasi pemaknaan *body shaming* mendorong terbentuknya redefinisi terhadap pemaknaan tubuh informan. Redefinisi pemaknaan tubuh pertama, yaitu tubuh sebagai alat kontrol maskulinitas yang mengartikan bahwa informan menganggap tubuh sebagai titik terlemah yang informan miliki karena sering dikomentari, diawasi dan mendapatkan pesan *body shaming* dari

orang lain terkait dengan penyimpangan terhadap standar maskulinitas yang ada di Indonesia. Redefinisi pemaknaan terhadap tubuh kedua, yaitu tubuhku milikku mengartikan bahwa tubuh yang informan miliki hanya bisa didefinisikan dan dinilai oleh informan sendiri karena setiap orang memiliki standar dan ekspektasi terhadap tubuhnya masing-masing. Sehingga, proses komunikasi dalam mengelola pengalaman *body shaming* yang dialami informan dan proses koordinasi pemaknaan *body shaming* mendorong terbentuknya redefinisi pemaknaan terhadap tubuh yang membuat informan memikirkan kembali mengenai definisi dari tubuhnya sendiri.

IV. KESIMPULAN

Temuan hasil penelitian mengenai memahami pemaknaan pesan *body shaming* pada korban remaja pria dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Menerima pesan *body shaming* baik itu fisik maupun berkaitan dengan maskulinitas dan memaknai pesan *body shaming* tersebut merupakan proses koordinasi pemaknaan pesan *body shaming* tahap awal. Di mana teman merupakan pelaku *body shaming* yang utama dan pemaknaan terhadap pesan *body shaming* sebagai tindakan yang mengganggu citra diri diberikan oleh informan kepada

pelaku yang merupakan teman informan. Hal ini bisa terjadi karena hubungan pertemanan pria yang erat seringkali memicu konflik karena tidak adanya batasan dalam berperilaku dan bertindak.

2. Proses koordinasi pemaknaan pesan *body shaming* selanjutnya yang dilakukan oleh informan yaitu memberikan tanggapan berupa respon dan reaksi yang dikeluarkan informan terhadap pesan *body shaming*. Secara esensial memberikan tanggapan berupa respon dan reaksi merupakan bentuk perlawanan yang diberikan oleh informan kepada pelaku *body shaming* yang telah disesuaikan dengan tingkat keakraban informan dengan pelaku dan tingkat keparahan pesan *body shaming* yang diberikan pelaku.
3. Menceritakan pengalaman *body shaming* kepada teman cerita merupakan proses koordinasi pemaknaan *body shaming* selanjutnya dan merupakan bentuk penerapan dari teori katarsis. Di mana informan menyalurkan dan melepaskan emosi yang ditekan dengan berbagai cara yang tidak merugikan karena informan membutuhkan penguatan dan dukungan dari orang terdekatnya

untuk mengelola dan mengatasi permasalahan mengenai *body shaming* agar informan tidak lagi menerima dampak buruk dari tindakan *body shaming*.

4. Upaya melakukan proses koordinasi pemaknaan *body shaming* mendorong terbentuknya redefinisi terhadap pemaknaan tubuh informan. Redefinisi pemaknaan terhadap tubuh yang terbentuk yaitu tubuh sebagai alat kontrol maskulinitas dan tubuhku milikku. Sehingga, pengalaman *body shaming* yang dialami informan dan proses koordinasi pemaknaan *body shaming* mendorong terbentuknya redefinisi pemaknaan terhadap tubuh yang membuat informan memikirkan kembali mengenai definisi dari tubuhnya sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Amir, M., Riveni, W., & Syukri. 2020. *Perilaku Komunikasi Toxic Friendship (Studi terhadap Mahasiswa Fisip Universitas Muhammadiyah Makassar)*. Jurnal Komunikasi dan Organisasi, 2 (2), 93-111
- Atsila., Satriani., & Adinugraha, 2021. *Perilaku Body shaming dan Dampak Psikologis pada Mahasiswa Kota Bogor*. Jurnal KOMUNIKATIF, 10 (1), 84-101
- Beynon, J. 2002. *Masculinities and Culture*. Buckingham:Open University Press

- Darwin, Muhadjir. (2004). *MASKULINITAS: Posisi Laki-Laki dalam Masyarakat Patriarkis*. Jurnal UGM, 8(1), 1-7
- Griffin, Em. 2011. *AT FIRST LOOK AT COMMUNICATION THEORY*. Amerika: McGraw-Hill
- Karyanti, & Aminudin. 2019. *CYBERBULLYING & BODY SHAMING*. Yogyakarta: K-Media
- Kurnia, Novi. (2004). *Representasi Maskulinitas dalam Iklan*. Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, 8(1), 17-36.
- Langdrige, D. 2007. *Phenomenological Psychology Theory, Research and Method*. English: Pearson Education
- Littlejohn, Foss., & Oetzel. 2017. *Theories of Human Communication: Eleventh Edition*. Illinois: Waveland Press, Inc
- Muhammad. 2021. *KONSTRUKSI MAKNA KATA MAKIAN DALAM PERILAKU KOMUNIKASI KOMUNITAS PECINTA ALAM TALEGONG*. Jurnal Ilmu Komunikasi, 10(2), 106-118
- Nastiti, A. (2017). *Konsep maskulinitas dalam masyarakat Indonesia: Tinjauan sosiologis*. Jurnal Sosiologi Reflektif, 11(1), 1-14
- Puspita, G, A. 2021. *Presentase Pelaku & Korban Body shaming Mulai dari Pria, Wanita, Remaja & Anak-Anak*.
<https://www.qubisa.com/microlearning/persentase-pelaku-dan-korban-body-shaming#showSummary> , diakses pada 27 September 2022
- Saputro., & Yuwarti. 2016. *REPRESENTASI MASKULINITAS PRIA DI MEDIA ONLINE*. Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi, 15 (1), 45-59
- Sari, D, Y., & Sunesti, Y. 2021. *BODY SHAMING, CITRA TUBUH IDEAL DAN KAUM MUDA KAMPUS: STUDI FENOMENOLOGI TERHADAP MAHASISWA UNS*. Journal of Development and Social Change, 4 (2), 40-55
- Wilson, S A. 2010. *The Effects of Picture Presentation on Male Body Shame and Muscle Dysmorphia*. Bowling Green: Western Kentucky University