

BAB I. PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang Masalah

Tubuh ideal adalah keinginan semua orang agar penampilan fisik terlihat proporsional. semua orang mengidamkan tampil sempurna di setiap saat. Baik pria maupun wanita, muda hingga tua, semuanya tetap menginginkan tampil menarik di mata orang lain. Tampil menarik membuat seseorang percaya diri akan penampilannya. Namun kriteria tampil menarik di mata orang itu berbeda-beda yang mengakibatkan banyak perdebatan soal penampilan seseorang. Perdebatan itu menimbulkan dampak negatif yang berujung kepada penghinaan penampilan seseorang bahkan terhadap tubuh seseorang yang biasa disebut dengan *body shaming*.

Safitri (2018) *body shaming* merupakan perilaku mengkritik dengan mengomentari fisik tubuh sendiri maupun penampilan seseorang dengan cara yang *negative*. *Body shaming* merupakan tindakan *bullying* namun memiliki arti yang berbeda, jika *body shaming* hanya suatu penghinaan verbal terhadap bentuk fisik saja, sedangkan *bullying* mencakup verbal dan fisik (Coloroso,2006). Pada beberapa orang tindakan *body shaming* dilakukan dalam keadaan tidak sadar, tetapi banyak juga yang disengaja mengucapkan kata candaan menjadi bahan lelucon agar membuat orang lain tertawa. Safitri (2018) *Body shaming* dilakukan seseorang karena kurangnya kesadaran dan pengetahuan tentang dampak dari *body shaming*.

Body shaming timbul karena rasa malu pada tubuhnya akibat penghinaan seseorang. Korban yang tidak dapat menerima perlakuan *body shaming* akan merasa tidak percaya diri sehingga membuatnya sering membanding-bandingkannya dengan orang lain karena suatu perbedaan fisik. Rasa tidak percaya membuat dampak buruk yang mengakibatkan seseorang menjadi pendiam dan sulit untuk berinteraksi karena takut orang lain hanya memandangi fisik saja. Ketakutan itu membuat korban melakukan perubahan pada fisiknya yang dirasa tidak sesuai dengan keinginannya yang akan memicu terjadinya gangguan pola makan dan diet ekstrem. Jika korban mendapat perlakuan *body shaming* secara berulang sangat berbahaya bagi

kesehatan, karena akan menyebabkan gangguan kesehatan mental seperti depresi. Atkinson (seperti dikutip Lubis, 2009) depresi adalah gangguan emosional yang ditandai dengan putus asa dan patah hati, ketidakberdayaan yang berlebihan, sulit mengambil keputusan untuk aktivitas, sulit berkonsentrasi, tidak ada semangat hidup, selalu gugup bahkan dapat menyebabkan korban untuk berusaha bunuh diri.

Kasus *body shaming* ini biasanya terjadi pada kehidupan sehari-hari di dunia nyata bahkan di dunia maya seperti sosial media Instagram karena kemudahan penggunaan jejaring sosial membuat informasi mudah menyebar di masyarakat. Perilaku *body shaming* yang ada di internet biasa disebut sebagai *cyberbullying*. Menurut Smith (2021) *Cyberbullying* adalah perilaku atau perilaku agresif dimana seseorang atau sekelompok orang menyerang korban yang tidak mampu membela diri menggunakan media elektronik. Media sosial mempunyai pengaruh besar bagi masyarakat untuk saling bersosialisasi dan berinteraksi dengan mudah yang membuat seseorang bebas mengkritik. Menurut Dodey (2009) telah melakukan penelitian tentang bentuk-bentuk *cyberbullying* bahwa hasil menunjukkan bentuk *cyberbullying* yang paling umum adalah mengirim komentar kebencian secara teratur untuk tujuan merendahkan orang lain. Menurut Kowalski (2008) *cyberbullying* mempunyai 3 peran didalamnya yaitu sebagai pelaku, target dan saksi. Peran tersebut sama halnya dengan *bullying* di dunia nyata. Saat ini *body shaming* di sosial media sering terjadi di Instagram.

Instagram adalah salah satu aplikasi sosial media yang memberikan serta membagikan foto dan video kepada orang lain (Lalarenjana, 2021, p1). Menurut Ikhsan (2020) Instagram adalah media sosial yang sedang tren di masyarakat karena mudah untuk digunakan dengan memiliki banyak fitur di dalamnya seperti *like* dan komentar. Beranekaragam komentar pada postingan tidak hanya dari sisi positif saja, namun banyak pula komentar negatif seperti menghina atau mengejek yang mengarah kepada *cyberbullying*.



Gambar I.1 Contoh Perlakuan *body shaming* di Sosial Media Instagram
Sumber: <https://www.instagram.com/p/CNo1gkynnBV/>
(diakses pada 16/04/2021)

Setiap tahun jumlah korban *body shaming* di Indonesia meningkat. Pada tahun 2018 Mabes Polri mengungkapkan bahwa kasus *body shaming* di seluruh Indonesia terdapat 966 kasus. Yahoo membuat sebuah survei tentang "Resolusi Perdamaian Tubuh" bahwa 94% remaja putri pernah mengalami rasa malu secara fisik, sedangkan hanya 64% remaja laki-laki.

Kasus *body shaming* di sosial media ini sangat mengkhawatirkan. Sudah banyak korban yang terkena *body shaming* di sosial media contohnya seperti seorang penyanyi Indonesia Idol Ke 9 yang bernama Maria Simorangkir ini pernah menjadi korban. Banyak sekali hujatan tentang penampilan fisik di media sosial Instagramnya yang membuat maria sempat menonaktifkan Instagramnya karena merasa terpuruk dan juga ada seorang wanita bernama Shella Ganiswara atau biasa disebut dengan Shegan. Shegan merasa ketakutan dan *insecure* karena sering dibilang mirip Lisa BlackPink. 2020 lalu Henny Mona istri dari Rio Reifan melapor ke Polres Metro Jaya Selatan mengalami penghinaan *body shaming* di media sosial Instagram yang dilakukan beberapa akun. Akibat perlakuannya, pelaku dijerat pelanggaran sesuai pasal yang berlaku di Indonesia.

Dari fakta-fakta diatas dapat disimpulkan bahwa dampak *body shaming* di sosial media Instagram ini sangat berbahaya bagi korban yang dapat menyebabkan gangguan mental juga bagi pelaku dan komentar bernada *body shaming*. Maka dari

itu masyarakat perlu mengetahui dampak yang diakibatkan jika seseorang terkena *body shaming* sehingga kasus yang terjadi di kehidupan sehari-hari khususnya sosial media dapat semakin berkurang.

I.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, muncul beberapa masalah antara lain:

- Sosial media menjadi sarana digunakannya perlakuan *body shaming* karena penyalahgunaan pengguna serta kebiasaan masyarakat yang menganggap *body shaming* menjadi hal yang sudah biasa.
- Korban mengalami gangguan psikologis akibat perlakuan *body shaming* bagi di sosial media Instagram serta para pelaku akan terjerat hukuman sesuai pasal yang berlaku di Indonesia.

I.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, ditemukan rumusan masalah yaitu bagaimana cara menginformasikan kepada masyarakat bahaya *body shaming* bagi korban, pelaku dan saksi khususnya di sosial media Instagram melalui media komunikasi visual yang efektif, efisien dan menarik ?

I.4. Batasan Perancangan

Batasan masalah dibutuhkan untuk menyederhanakan permasalahan agar mengarah pada fokus yang sedang dianalisis. Berikut adalah batasan masalah dari analisis ini:

- Lingkup penelitian dan perancangan dilakukan untuk seluruh Indonesia.
- Laki-laki maupun perempuan terutama korban *body shaming* yang terjadi di sosial media Instagram.
- Objek dibatasi dalam lingkup pada dampak kepada korban, pelaku dan saksi akibat perlakuan *body shaming* khususnya berat badan yang ada di sosial media Instagram karena kurang bijak dalam menggunakannya serta ketidaktahuan pengguna tentang *body shaming* yang bisa melibatkan hukum yang berlaku.
- Waktu dan perancangan dilaksanakan dari 11 November 2020 sampai Juni 2021.

I.5. Tujuan & Manfaat Perancangan

I.5.1. Tujuan Perancangan

Tujuan pembuatan perancangan ini adalah memberikan informasi mengenai dampak *body shaming* khususnya berat badan, agar masyarakat mengetahui serta dapat menghindari perilaku bahaya yang ditimbulkan kepada korban, pelaku dan saksi.

I.5.2. Manfaat Perancangan

Selain tujuan, ada pula manfaat dilakukan perancangan yaitu:

- Bagi masyarakat, perancangan ini dapat memberikan informasi dan wawasan betapa besarnya dampak dari perbuatan *body shaming* khususnya berat badan supaya masyarakat bisa saling peduli sesama manusia dan bisa saling menghargai kekurangan juga kelebihan yang dimiliki.
- Perancangan ini bisa dipergunakan sebagai sebuah referensi untuk penelitian yang lain.