

BAB I. PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Tubuh membutuhkan energi, energi yang harus diatur dengan baik agar tidak menjadi dampak buruk yang membahayakan bagi tubuh. Energi yang tidak diatur dengan baik akan menumpuk menjadi lemak karena tidak digunakan dengan semestinya. Menurut ahli gizi Dimas Erlangga Luftimas, asupan energi yang masuk bila tidak seimbang dengan energi yang dikeluarkan akan mengakibatkan penambahan berat badan yang dapat menyebabkan penyakit obesitas. Obesitas merupakan penyakit yang berasal dari kebiasaan tidak mengatur asupan pola makan yang mengakibatkan penimbunan energi dari makanan yang dikonsumsi. Energi yang tertimbun berubah menjadi lemak. Bila tidak ditangani akan memicu banyak risiko yang berdampak buruk kepada tubuh. Risiko yang akan dihadapi adalah komplikasi penyakit seperti diabetes, hipertensi, stroke dan kardiovaskular. Penyakit komplikasi muncul ketika sudah mengabaikan risiko dari penyakit obesitas itu sendiri. Bentuk gejala yang dialami oleh penderita obesitas adalah kenaikan berat badan. Ketika masa lemak dalam tubuh lebih banyak daripada otot. Orang yang bertubuh gemuk belum tentu terkena obesitas. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dalam *FactSheet* Informasi Obesitas Kementerian Kesehatan RI tahun 2018 memaparkan bahwa klasifikasi ukuran tubuh dibagi menjadi 4 bagian yaitu berat badan kurang, berat badan normal, *overweight*, dan obesitas. Obesitas sendiri terbagi menjadi obesitas tipe 1 dan obesitas tipe 2. Ukuran tubuh dapat dihitung berdasarkan Indeks Massa Tubuh atau IMT. Obesitas saat ini telah menjadi masalah dunia.

Berdasarkan data yang dikeluarkan oleh WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2016 terdapat 1,9 miliar orang dengan usia di atas 18 tahun mengalami kelebihan berat badan, hal ini sudah termasuk epidemi global. Untuk kondisi di Indonesia, berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2015 – 2019, jumlah yang mengalami kenaikan berat badan sudah mencapai 13,8% pada usia 18 tahun, dan penderita obesitas sebanyak 28,7% pada usia kurang lebih 25 tahun, dan

pada usia 27 tahun ke atas terdapat 15,4% yang mengalami obesitas. Berdasarkan data tersebut, obesitas harus ditangani segera dan tidak bisa diabaikan.

Obesitas terjadi dari pola makan yang buruk dilakukan selama bertahun-tahun. Asupan pola makan yang kurang diperhatikan merupakan salah satu penyebab terjadinya obesitas. Di era modern sekarang menurut ahli gizi Dimas Erlangga Luftimas, dalam wawancara mengatakan bahwa penyebab paling banyak ditemui adalah kemajuan teknologi yang membuat manusia semakin malas untuk bergerak. Kurangnya aktivitas fisik sangat berpengaruh dalam kenaikan berat badan, karena adanya penimbunan lemak yang berasal dari energi yang tidak dikeluarkan secara seimbang. Aktivitas fisik yang bisa dilakukan seperti senam, *jogging* atau jenis olahraga yang dapat menggunakan energi yang dikonsumsi berguna untuk menghindari penumpukan lemak. Selain itu, faktor lingkungan juga dapat mempengaruhi obesitas. Seperti halnya yang terjadi pada obesitas anak-anak yang tumbuh di lingkungan yang tidak memperhatikan pola makan, tidak mengajar anak untuk bergerak atau melakukan aktivitas fisik dan mengatur jam makan itu bisa memicu terjadinya obesitas. Faktor lainnya bisa dari faktor psikologis ketika seseorang sedang emosi.

Salah satu dampak yang dialami oleh penderita obesitas adalah timbulnya rasa kurang percaya diri mengenai bentuk tubuh. Setiap orang memiliki berbagai macam cara untuk berdamai dengan kabar atau kejadian yang dialami. Salah satunya dengan menyebar sebuah energi positif yang mengajak untuk menerima bentuk tubuh, ras dan jenis kulit yang disebut sebagai *body positivity*. Gerakan *body positivity* ini sudah tersebar luas di era digital sehingga memiliki dampak positif ke banyak orang untuk tidak membandingkan dirinya dan orang lain, di samping itu *body positivity* juga memberikan dampak kepercayaan diri bagi banyak orang. Penyebaran informasi mengenai *body positivity* semakin luas berkat media sosial terutama di zaman modern seperti sekarang.

Body positivity ini juga menimbulkan sebuah trend tagar glorifikasi obesitas atau biasa dikenal dengan *#glorifyingobesity*. Glorifikasi Obesitas ini merupakan sebuah *trend* yang begitu ramai pada tahun di media sosial Tiktok. Peserta yang mengikuti *trend* tersebut adalah orang yang bertubuh gemuk, *overweight* hingga obesitas. Glorifikasi obesitas ini memicu perdebatan di lingkungan masyarakat media sosial, karena seperti yang diketahui bahwa obesitas merupakan penyakit yang dapat mematikan bila dibiarkan begitu saja. Namun pada tagar *#glorifyingobesity* setiap orang berhak untuk berdamai dengan dirinya sendiri dan tidak dapat menilai seseorang hanya dari apa yang ditunjukkan melalui internet.

Belum banyak media yang membahas secara ilmiah mengenai fenomena glorifikasi obesitas secara khusus dari Tiktok ini. Namun dalam sebuah acara *talkshow* di Amerika yang dipandu oleh Travis Stork seorang dokter yang disiarkan pada tanggal 7 Mei 2018, dengan narasumber Andrew Gordon seorang dokter bedah *plastic* menyatakan bahwa bila tubuh dengan berbagai bentuk tubuh baik-baik saja termasuk jika semakin besar bentuk tubuhnya dan bisa dikatakan sehat itu tidak masalah karena sebetulnya banyak sekali faktor kompleks. Pernyataan tersebut menjadi perdebatan karena mengingat jumlah penderita obesitas meningkat tiap tahunnya di Amerika bahkan dunia. Bahkan di Amerika sendiri prevelensi penderita obesitas dewasa sudah mencapai 49,9% berdasarkan data dari CDC (*Centers of Disease Control and Prevention*) yang diawasi oleh Kementerian Kesehatan dan Pelayanan Kemanusiaan Amerika dalam periode 2017 sampai Maret 2020. Obesitas juga salah satu penyakit yang harus diwaspadai untuk anak dan orang dewasa karena dapat menyebabkan penyakit komplikasi.

Glorifikasi obesitas sebagai bagian dari *body positivity* telah menjadi perdebatan, karena hal ini dapat menyebabkan meningkatnya orang gemuk yang menderita obesitas. Perdebatan yang timbul terutama mengenai makna istilah *body positivity* yang bertujuan mulia untuk mengajak masyarakat tidak membeda-bedakan bentuk tubuh, ras dan lain-lain, namun hal ini juga memicu gerakan glorifikasi obesitas yang dapat

menyebabkan banyaknya penderita obesitas. Informasi mengenai batasan-batasan *body positivity* sampai muncul istilah glorifikasi obesitas dapat mengakibatkan informasi yang simpang siur dan menjadi kekeliruan di masyarakat luas.

Di Indonesia sendiri sudah ada media artikel yang membahas *body positivity* dan glorifikasi obesitas dalam judul *Body Positivity vs Glorifikasi Obesitas*. Media tersebut menuliskan bahwa *body positivity* melawan standar kecantikan, menghapus diskriminasi, mengarahkan masyarakat menerima kondisi tubuhnya dan kesehatan terjaga bukan mempromosikan obesitas.

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk membahas masalah ini dengan tujuan memberikan informasi kepada masyarakat agar tidak terjadi persepsi yang salah mengenai dampak positif dan negatif penggunaan istilah *body positivity*, dalam kaitannya dengan glorifikasi obesitas di masyarakat dan media sosial.

I.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan paparan yang telah disampaikan sebelumnya, permasalahan dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- Adanya informasi mengenai *body positivity* yang memunculkan istilah glorifikasi obesitas di masyarakat yang dapat memicu kesalahpahaman tentang istilah *body positivity*.
- Adanya dukungan dalam istilah glorifikasi obesitas yang termasuk dalam *body positivity* bisa menyebabkan wacana pertentangan di masyarakat.
- Penyampaian informasi mengenai glorifikasi obesitas dapat memicu wacana perdebatan di lingkungan masyarakat.
- Adanya informasi dalam beberapa video yang berisi glorifikasi obesitas menjadi sebuah proses penerimaan diri dari penderita obesitas yang membuat wacana kontroversi di lingkungan masyarakat.

I.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan yang telah disampaikan sebelumnya dalam identifikasi masalah maka rumusan masalahnya adalah belum adanya informasi yang bisa diterima oleh masyarakat mengenai batasan istilah glorifikasi obesitas dan *body positivity* berkaitan dengan proses penerimaan kondisi seseorang terhadap apa yang ada pada dirinya

I.4 Batasan Masalah

Agar pembahasan lebih terarah maka ruang lingkup permasalahan dibatasi dengan batasan-batasan sebagai berikut:

- **Batasan Subjek**

Batasan subjek pada permasalahan ini meliputi usia dewasa 18-21 tahun. Terpilihnya usia dewasa awal sebagai batas subjek karena pada usia ini perjalanan seseorang menemukan identitas dirinya, ketegangan emosional dan masalah yang dihadapinya atas kesadaran dari apa yang dilewati.

- **Batasan Objek**

Objek dalam masalah ini merupakan orang yang menerima kondisinya dalam bentuk tubuh obesitas pengguna tagar *#glorifyingobesity*. Batasan objek pada makalah ini adalah pengguna aktif di tiktok dan bersuara dalam tagar *#glorifyingobesity*.

- **Batasan Tempat**

Glorifikasi Obesitas banyak terjadi di media sosial secara global, perlunya edukasi ke masyarakat luas bagaimana cara menyikapi informasi glorifikasi obesitas, termasuk masyarakat Indonesia. Informasi mengenai glorifikasi obesitas sebagai menambah wawasan masyarakat dalam menghadapi informasi yang tersebar di media sosial bukan dari sumber data yang tepat.

I.5 Tujuan dan Manfaat Perancangan

I.5.1 Tujuan Perancangan

Tujuan perancangan adalah memperlihatkan sisi positif dan negatif pada istilah glorifikasi obesitas (*glorifying obesity*) supaya masyarakat lebih bijak untuk

menanggapi tren glorifikasi obesitas. Tujuan lainnya adalah untuk mencegah tren glorifikasi obesitas yang salah terkait obesitas sebagai sebuah penyakit dan batasan-batasan *body positivity*.

I.5.2 Manfaat Perancangan

Untuk memahami sebuah proses dan batasan mengenai penerimaan diri penderita obesitas dengan cara membuat seseorang itu bisa berdamai dalam kondisi serta sesuatu yang dialaminya.

- **Manfaat Pribadi**

Memberikan sebuah wawasan kepada penulis mengenai glorifikasi obesitas dan batasan-batasannya. Manfaat lainnya untuk penulis mengetahui bagaimana menghargai cara seseorang berdamai dengan keadaan yang dialaminya, terutama untuk penderita obesitas agar tidak ada menilai seseorang tanpa tahu apa yang telah dilalui.

- **Manfaat Akademisi**

Untuk menambah referensi di bidang Desain Komunikasi Visual khususnya bidang informasi. Memberikan wawasan mengenai proses penerimaan diri dalam ruang lingkup penderita obesitas, glorifikasi obesitas dan *body positivity*.

- **Manfaat Praktisi**

Dapat memberikan manfaat untuk pembaca dalam menyikapi sebuah fenomena yang terjadi agar lebih bijak bila mendapatkan sebuah informasi baru dan tidak menilai dari satu sisi saja. Manfaat untuk pembaca dapat lebih memahami keadaan lingkungan sekitar supaya tidak terjadi sebuah perdebatan yang menyudutkan.