

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Media sosial hadir dan merubah paradigma berkomunikasi di kalangan masyarakat luas. Hal ini menjadi satu tanda bahwa dengan adanya media sosial, komunikasi menjadi tak terbatas antara ruang, jarak dan waktu. Hadirnya media sosial juga seakan-akan membuat kita diajak untuk berdialog, mengasah ketajaman nalar dan sisi psikologis seseorang dengan dunia maya, dimana hanya nampak layarnya saja, namun sebenarnya mendeskripsikan realitas kehidupan manusia.

Selain menjadi wadah untuk berkomunikasi, media sosial digunakan untuk menunjukkan identitas diri dengan menampilkan sisi terbaiknya melalui postingan dan unggahan yang dipublikasikan sehari-hari. Hal tersebut digunakan sebagai *branding* untuk dirinya sendiri agar para pengikut dan teman-teman secara virtual menganggap dirinya sebagai orang yang memiliki kepribadian menarik dan citra yang baik. Sadar atau tidak, media sosial sebagai wadah pembagian informasi berpengaruh besar terhadap standar dan nilai-nilai mengenai konsep tubuh. Konsep tubuh yang dimaksud meliputi bagaimana bentuk tubuh yang ideal, warna kulit yang cantik, dan sebagainya. Persepsi ini semakin berkembang luas dikalangan masyarakat seiring dengan maraknya konfrontasi di berbagai media yang memperlihatkan konsep tubuh ideal baik wanita maupun pria. Ini menjadi fenomena yang tidak jarang terjadi di media sosial. Salah satu platform media

sosial yang sedang marak berkembang dan diminati oleh banyak orang adalah *Instagram*.

Instagram menjadi platform media sosial yang tepat untuk mencuri perhatian masyarakat luas dan pengguna *Instagram* sendiri lebih responsif terhadap konten-konten visual. Menurut buku “99 Cara Super Lesatkan Bisnis Via Social Media”, sekitar 40% orang di seluruh dunia akan lebih responsif terhadap konten visual dibandingkan teks.¹ *Instagram* merupakan platform media sosial yang memungkinkan kita untuk bercerita melalui konten visual. Para pengguna *Instagram* bisa dengan mudah berpartisipasi, berbagi informasi, dan menciptakan isi sesuai dengan inovasi dan kreatifitas masing-masing.

Selain menawarkan pola yang baru dalam berkomunikasi kepada masyarakat, kehadiran *Instagram* juga memberikan kebebasan secara virtual bagi para penggunanya untuk berekspresi, berperilaku serta menyampaikan pendapat sehingga memunculkan budaya baru dari sekelompok orang. Salah satunya berbentuk tanggapan atau komentar negatif tentang postingan mengenai tubuh seseorang. Sayangnya komentar negatif di media sosial ini semakin lama semakin mengarah ke ujaran kebencian dan memunculkan istilah baru di kalangan masyarakat. Istilah tersebut dinamakan *body shaming* (kritikan fisik).

Media sosial *Instagram* menjadi tempat paling besar serta berpengaruh dalam kasus *body shaming*. *Body Shaming* merupakan fenomena yang penting untuk diperhatikan bersama karena bukan hanya merujuk pada kritik negatif semata,

¹ Politwika. 99 Cara Super Lesatkan Bisnis Via *Social Media*. (Jakarta: Gramedia Widiasarana, 2015) h. 82

tetapi sudah masuk dalam kategori *bullying* atau kekerasan secara verbal. *Body shaming* identik dengan perilaku menghina yang lebih ditujukan pada orang yang berbadan gemuk atau *plus size*. Namun banyak ditemui juga, orang dengan ukuran badan yang kecil seringkali mendapat perlakuan *body shaming*.² Hal ini sangat berpengaruh terhadap konsep diri, citra diri dan rasa percaya diri seseorang. Penelitian yang dilakukan oleh *Departement of Medical Psychology of Leipzig, Germany* mengungkapkan adanya hal yang berkaitan antara *body shaming* dengan keinginan bunuh diri. Riset tersebut mengungkapkan bahwa perempuan dengan tipe *fat shaming* lebih rentan terhadap resiko percobaan bunuh diri.³ Dikutip dari *Oxford Dictionary* :

“Body shaming is the practice of making critical, potentially humiliating comments about a person’s body size or weight”⁴

Dapat diartikan bahwa, *body shaming* merupakan tindakan mengolok-olok atau mempermalukan tubuh dengan membuat komentar dan kritikan memalukan tentang ukuran tubuh, warna kulit atau berat badan seseorang.

Penggunaan kata-kata seringkali tidak terkontrol ketika media sosial tidak digunakan secara bijak. Berawal dari postingan mengenai bentuk tubuh seseorang yang dipublikasikan di *Instagram* saja sudah dapat menghasilkan komentar-komentar bernada *body shaming*. Tindakan dari *body shaming* sendiri dapat memberikan pengaruh negatif yang besar bagi para korbannya karena tidak hanya

² Pijar Psikologi. Mengapa Kita Sering Melakukan *Body Shaming*? (Diakses, 2 Oktober 2019 pukul 19.05)

³ Dewanggi Putri, Anggun. Konstruksi Pemberitaan Kasus *Body Shaming* Artis Dian Nitami Di NAKITA.GRID.ID dan TEMPO.CO. 2019. Jurnal PDF no.1 h. 85 (Diakses, 6 Oktober 2019 pukul 10.11)

⁴ *Your Dictionary.com* (Diakses, 2 Oktober 2019 pukul 19.15)

meninggalkan bekas luka secara fisik, tetapi juga bisa memicu tekanan mental dan gangguan psikologis serta menimbulkan rasa krisis kepercayaan diri seseorang. Korban dari *body shaming* akan merasa sedih, marah, benci terhadap penampilan diri sendiri dan mempengaruhi *self esteem* mereka sehingga pada akhirnya mereka mati-matian melakukan diet ketat hingga berakibat fatal pada gangguan obsesif kompulsif, gangguan dismorfik tubuh, depresi, *stress* dengan lingkungan sekitar sampai mengalami *eating disorder*.⁵ Secara psikologis, korban *body shaming* akan mengalami *psychological distress*; tingkat kecemasan yang tinggi hingga depresi dan pikiran untuk bunuh diri.



Gambar 1.1

Body shaming dan media sosial.
Sumber: Google

⁵ Lestari, Sumi. *Bullying or Body Shaming? Young Women in Patient Body Dysmorphic Disorder*. 2019. Jurnal PDF. vol.3 no.1 h.60 (Diakses, 2 Oktober 2019 pukul 15.30)

Meskipun semua orang dapat menjadi korban *body shaming*, tetapi perempuan memang lebih rawan menjadi korbannya. Beberapa aspek dalam diri perempuan menarik untuk diteliti terlebih lagi dalam membahas aspek kehidupan sosial yang berkaitan dengan bentuk tubuh. Polivy & McFarlane serta Rice & Dolgin (Mukhlis, 2013:5-6) menjelaskan bahwa banyak perempuan dikonfrontasi dengan pesan melalui media bahwa kecantikan, keberhasilan dan harga diri dapat diraih jika perempuan tersebut memiliki bentuk tubuh yang ideal. Dari sinilah terbentuk berbagai macam *stereotype* negatif dikalangan perempuan mengenai kegemukan. Secara tidak langsung, standarisasi yang berkembang di masyarakat mengenai citra tubuh ideal telah memberikan sugesti yang kemudian diterima oleh individu dalam suatu kelompok masyarakat sebagai paradigma.



Gambar 1.2

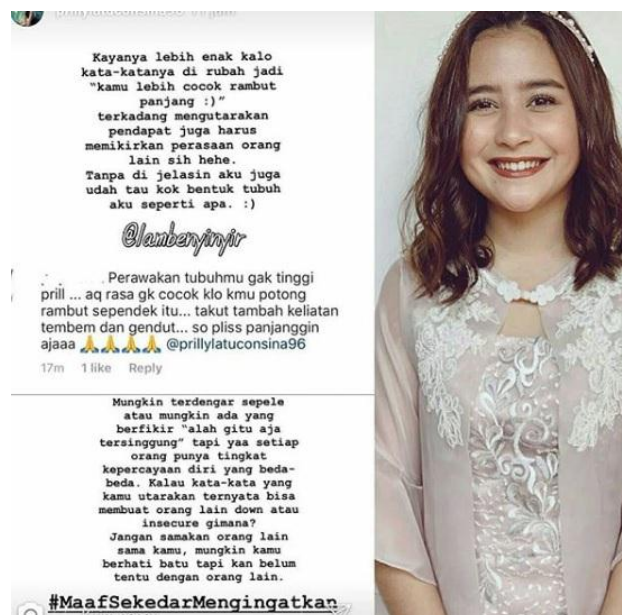
Komentar *body shaming* di media sosial



Gambar 1.3

Komentar *body shaming* di media sosial

Gambar diatas adalah salah satu bukti fenomena *body shaming* di media sosial. Media sosial sendiri menjadi tempat dimana khalayak memperoleh informasi yang terjadi di sekitar mereka mengenai realitas kehidupan dari berbagai aspek seperti politik dan sosial. Oleh sebab itu, penafsiran individu mengenai sebuah peristiwa dipengaruhi dengan bagaimana media membingkai atau menyajikan peristiwa tersebut.



Gambar 1.4

Prilly Latuconsina mengalami *body shaming* di media sosial *Instagram*. Sumber: akun *Instagram* @lambenyinyir

Kasus *body shaming* di media sosial dialami oleh Prilly Latuconsina. Dirinya mengaku sempat kehilangan nafsu makan hingga asam lambungnya naik akibat

ulah para netizen yang mengomentari fotonya yang diunggah di akun *Instagram*.

Prilly mengaku kesal sehingga membuat kepercayaan dirinya menurun.⁶



Gambar 1.5

Artis senior, Dian Nitami yang mengalami *body shaming* di media sosial. Sumber: @igtainment

Kasus *body shaming* di media sosial juga dialami oleh Dian Nitami. Kejadian bermula dari sebuah unggahan foto Dian Nitami di akun *Instagram* yang sedang berpose memegang payung. Salah satu netizen dengan akun *Instagram* @corissa.putrie justru melemparkan komentar bernada hinaan fisik. Tidak terima dengan perlakuan netizen tersebut, Anjasmara dan Dian Nitami melaporkan kasus ini ke pihak berwajib.

⁶ Kompas.com. Prilly Latuconsina Kehilangan Nafsu Makan Gara-Gara Kena *Body Shaming*. (Diakses, 7 Januari 2020 pukul 21.40). Situs: <https://www.kompas.com/hype/read/2019/11/14/182436366/prilly-latuconsina-kehilangan-nafsu-makan-gara-gara-kena-body-shaming>



Gambar 1.6

Audy menanggapi dengan santai salah satu netizen yang berkomentar dengan nada *body shaming* pada dirinya. Sumber: @audyitem

Kasus *body shaming* di media sosial berikutnya juga terjadi pada artis cantik, Audy. Bentuk tubuhnya yang berisi selalu menjadi bahan hinaan netizen di media sosial.

Dari penjelasan kasus-kasus diatas, kita bisa menarik kesimpulan bahwa *body shaming* dapat terjadi pada siapa saja, kapan saja, dan dimana saja jika dibiarkan terus menerus tanpa ada tindakan pencegahan. Di Indonesia, kasus *body shaming* tergolong marak terjadi. Menurut Detik.com, pada tahun 2018 kemarin sudah terdapat 966 kasus *body shaming* yang ditangani polisi, 347 kasus diantaranya selesai baik melalui penegakan hukum maupun pendekatan mediasi antara pelaku

Rp. 750 juta.⁹ Salah satu contoh kasus korban yang mengalami *body shaming* dan berhasil menciduk pelakunya, adalah seorang ibu yang berprofesi sebagai *public figure* bernama Ussy Sulistiawaty. Dia berhasil menangkap pelaku *body shaming* yang meresahkannya di media sosial, dan menurut keterangan tersebut pelaku mengaku tidak sadar dengan kata-kata yang ditulisnya di salah satu postingan Ussy Sulistiawaty.¹⁰

Meskipun begitu, *body shaming* di media sosial *Instagram* masih marak terjadi seakan-akan ancaman pidana diatas hanya sebagai hiasan belaka tanpa memberikan efek jera para pelaku *body shaming* di dunia maya. Semakin lama, oknum *body shaming* menciptakan kelompok-kelompok sosial di media sosial untuk menebarkan kebencian dengan mengomentari atau mengolok-olok orang lain. Oleh karena itu, perlu adanya gebrakan baru yang diciptakan untuk mencegah penyebaran *body shaming* baik di media sosial maupun di kehidupan nyata. Gebrakan baru tersebut tentunya untuk mengajak masyarakat mengetahui lebih dalam lagi tentang apa itu *body shaming* dan dampak apa saja yang ditimbulkan dari perilaku *body shaming*. Gebrakan tersebut harus bersifat sistemik. Dalam arti, perlu menciptakan kebijakan dan program edukasi untuk mencegah dan meminimalisir tindakan *body shaming*. Salah satunya menciptakan sosialisasi dalam bentuk *project campaign/social campaign* (kampanye).

⁹ Kompas.com. INDOGRAFIK: Ancaman Pidana untuk Pelaku “*Body Shaming*”. (Diakses, 2 Oktober 2019 pukul 21.00)

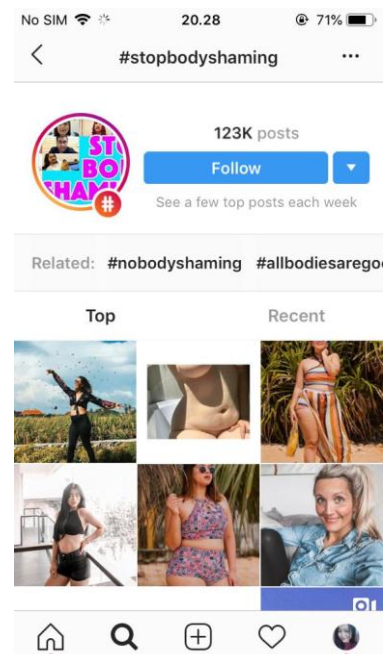
¹⁰ Chandra Olivia, Adib Ahmad, Wijayanti Ani. Perancangan Komunikasi Visual *Social Campaign* Media “*Body Shaming*” Pada Anak 13-18 Tahun Pemakai Media Sosial. Jurnal h.2 (Diakses 6 Oktober 2019 pukul 9.24)

Belakangan ini, kampanye *body shaming* di media sosial sudah banyak dilakukan sebagai bentuk pendekatan kepada masyarakat yang resah dengan kemunculan fenomena *body shaming*. Ada kampanye kecil-kecilan yang menyuarakan keresahan pengguna *Instagram* terhadap *body shaming* lewat tulisan-tulisan di *story gram* atau membagikannya di lini masa *Instagram*, menciptakan *hashtag* yang berhubungan dengan *body shaming* sampai dengan kampanye yang teknikal dengan mengusung konsep serta penyebarannya langsung di masyarakat. Ada juga kampanye tubuh positif perempuan (*body positivity*) yang dilakukan oleh kelompok orang di media sosial untuk mencegah *body shaming*.



Gambar 1.8

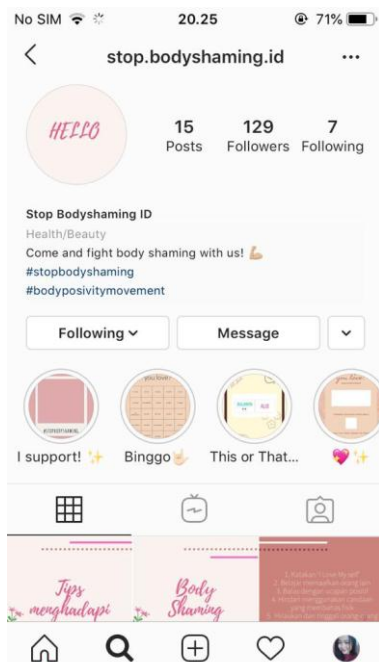
Hashtag body shaming di media sosial. Sumber: *instagram*



Gambar 1.9

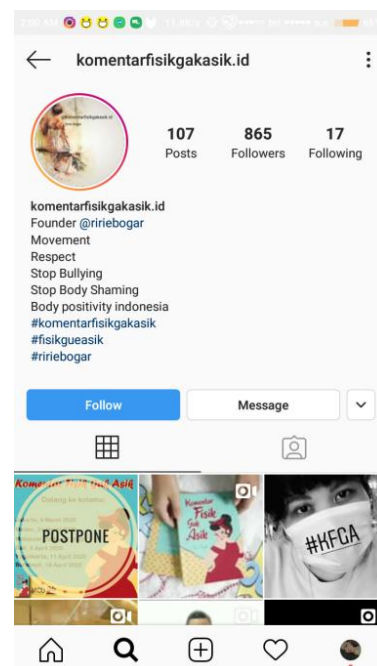
Hashtag body shaming di media sosial. Sumber: *instagram*

Banyak juga dijumpai kelompok-kelompok yang menamakan identitas mereka sebagai kelompok anti *body shaming* dengan menyuarakan kampanye *stop body shaming*. Dari sini bisa dilihat, media sosial *Instagram* tidak hanya menjadi sarana komunikasi saja, tapi juga sudah menjadi sarana edukasi dalam mencegah *body shaming*.



Gambar 1.10

Akun *Project Campaign*
Pencegahan *Body Shaming*



Gambar 1.11

Akun *Project Campaign*
Pencegahan *Body Shaming*

Dengan terbentuknya kampanye dan macam - macam *hashtag body shaming* di media sosial ini, diharapkan masyarakat sadar bahwa perilaku *body shaming* baik langsung maupun tidak langsung, baik melalui ucapan maupun tindakan merupakan suatu hal yang sangat tidak pantas dan dapat merugikan serta melukai orang lain. Perlu digaris bawahi juga, tidak semua korban *body shaming* memiliki

mental yang sama, beberapa diantaranya mungkin menganggap hal tersebut biasa saja namun ada juga yang merasa sakit hati sehingga membahayakan diri mereka sendiri.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penulis menjabarkan identifikasi masalah. Adapun identifikasi masalah yang dimaksud, yaitu sebagai berikut:

- 1.2.1 Masih banyak pengguna yang kurang memanfaatkan media sosial dengan bijak, terlebih dengan timbulnya fenomena *body shaming*. Kebanyakan korbannya mengalami *body shaming* di media sosial dengan pelaku yang menggunakan media sosial juga.
- 1.2.2 Masyarakat luas baik yang menggunakan media sosial maupun tidak, belum terlalu paham serta kurang *aware* dengan fenomena *body shaming* sehingga penting untuk memberikan edukasi kampanye *body shaming* di media sosial.
- 1.2.3 Edukasi di media sosial dalam bentuk kampanye sebagai bentuk dorongan atau gerakan untuk memobilisasi masyarakat virtual dalam menggunakan media sosial, kampanye yang dimaksud sejalan dengan masalah yang diteliti penulis, yaitu pencegahan *body shaming*.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut, “Bagaimanakah Peran Media Sosial Sebagai Sarana Edukasi Pencegahan *Body Shaming*?”

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini, yaitu sebagai bentuk karya ilmiah dimana penulis mengkaji dan menjelaskan terkait bagaimana peran media sosial untuk menjadikan media sosial sebagai sarana edukasi dalam mencegah *body shaming*.

1.5 Manfaat Penelitian

Dengan seluruh poin yang telah dijabarkan penulis diatas, tentunya penelitian ini memiliki beberapa manfaat. Manfaat dari penelitian ini, yaitu sebagai berikut :

- a. Penelitian ini diharapkan mampu menambah referensi untuk penelitian selanjutnya dalam bidang komunikasi, sosial dan psikologi.
- b. Bagi penulis sendiri hasil dari penelitian ini dapat menjadi nilai tambah terhadap pengetahuan pribadi sekaligus dalam mengkaji dan menganalisa permasalahan yang ada selama penelitian ini berlangsung.
- c. Penelitian ini memberikan pemahaman kepada penulis dan pembaca untuk memanfaatkan media sosial sebaik mungkin dengan berperilaku bijak menggunakan media sosial serta mendapatkan edukasi pentingnya mencegah *body shaming* agar tidak semakin meluas.