

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja sangat ingin mencari suatu hal yang bersifat baru. Sifat remaja yang sedang mencari jati diri dan terlalu mengukur standar diri, membuat mereka membandingkan lalu mengomentari satu sama lain. Remaja yang sedang berusaha membangun *body image* atau citra tubuh malah menghasilkan dampak yang negatif akibat komentar-komentar tidak baik dari rekan serta lingkungan mereka. Mengutip dari pendapat Chaplin (2011: 63) mengenai citra tubuh yaitu pemikiran seseorang tentang penampilan dirinya menarik didepan orang lain.

Tindakan menyinggung penampilan, baik fisik maupun citra tubuh disebut *body shaming*. Remaja perempuan di berbagai wilayah Indonesia cenderung memaksa diri membeli kosmetik yang murah bahkan tiruan, tidak peduli dampak dari kosmetik tiruan itu sendiri (sobatask.net, 2017). Efek dari *body shaming* mempengaruhi daya pikir para remaja, sehingga memaksakan mereka agar bisa mengikuti tren dan gambaran fisik ideal itu sendiri. *Body shaming* dapat memicu timbulnya *eating disorder*, depresi, hingga gangguan kesehatan seperti diabetes dan penyakit jantung. Contoh kasus nyata dampak dari *body shaming* terjadi pada publik figur yaitu, Tina Toon. Akibat komentar negatif yang dilontarkan teman sekolahnya, Tina Toon mengidap bulimia selama 3 tahun (wartakota.tribunnews.com, 2014). Dita Srugova pun pernah menjadi korban *body shaming* dan mencoba berbagai cara mulai dari minum obat diet sampai pola makan yang tidak baik, sehingga pada tahun 2013 jatuh sakit. (kumparan.com, 2018).

Dalam artikel yang berjudul “Eating Disorder: Dialami 38% Orang Indonesia” (cewekbanget.grid.id, 2013) pada tahun 2013 terdapat 38% orang di Indonesia yang mengidap gangguan pola makan atau *eating disorder*. Indonesia menempati posisi keempat sebagai negara yang memiliki penderita gangguan makan atau *eating disorder* yang dilansir dari artikel (koran-sindo.com, 2017). Bahkan, Angka kematian yang disebabkan oleh *eating disorder* meningkat

menjadi 77% dari tahun 1990 sampai 2013, dan terjadi peningkatan 3,4% setiap tahunnya (global-disease-burden.healthgrove.com, 2018). *Anorexia nervosa*, *bulimia nervosa*, dan *binge eating* adalah jenis-jenis dari eating disorder. Perempuan sangat identik dengan kecantikan sehingga banyak perempuan yang akan melakukan segala sesuatu agar mereka terlihat menarik terutama fisiknya. Padahal aspek kecantikan sendiri tidak hanya dinilai dari fisik.

Seiring perkembangan teknologi, banyak pengaruh-pengaruh dari media sosial baik facebook, twitter terutama instagram yang menjadikan para perempuan tidak ketinggalan akan tren yang sedang berlangsung di dunia. Media sosial sangat mempengaruhi citra seorang perempuan yang ditampilkan, para remaja perempuan akan berlomba-lomba memposting sesuatu yang menarik dari kehidupannya. Menurut hasil wawancara dengan psikolog di Yayasan Pulih yaitu Jane L Pietra, M. Psi, banyak pengguna Instagram yang tidak bisa memisahkan antara realita dan media sosial terutama Instagram, sebetulnya apa yang di post di Instagram adalah suatu citra yang ingin ditunjukkan, tidak selamanya apa yang diposting adalah 100% kebenaran. Selain itu, psikolog klinis dewasa Tara Adhisti de Thouars, dalam artikel yang dimuat oleh (viva.co.id, 24 Februari 2017), menjelaskan tekanan ini berasal dari majalah fesyen yang memamerkan citra tubuh yang ideal tetapi tidak realistis. Terpaparnya media elektronik seperti acara televisi dan juga media sosial yang menggambarkan model-model di ranah hiburan mempunyai kriteria tersendiri untuk menjadi sebuah panutan bagi remaja. Sehingga, tanpa disadari remaja ini melakukan apapun agar terlihat seperti panutan mereka.

Di Indonesia sendiri kampanye yang bertemakan *body shaming* dan *eating disorder* masih sedikit. Informasi mengenai bahayanya dampak dari *body shaming* sendiri masih sangat minim diulas, padahal bisa menyebabkan menurunnya kepercayaan diri, depresi hingga gangguan makan. Dari temuan penulis ada beberapa kampanye yang menyinggung masalah *body shaming* yaitu kampanye yang diselenggarakan oleh Edelweiss Company Medan “*Say Something Nice to Stop Body Shaming*”. Ada juga kampanye yang bertujuan untuk membangkitkan kepercayaan diri, diselenggarakan oleh Clear and Clean yaitu #BanggaDenganWarnaKulitmu. Kampanye mengenai eating disorder pun

pernah diselenggarakan oleh Mahasiswa UNJ yaitu *Anorexiacare* di *Car Free Day* Sudirman.

Dari fenomena diatas, penulis ingin membuat sebuah rancangan kampanye yang membahas isu *body shaming* dan memberikan beberapa informasi serta edukasi kepada masyarakat terutama remaja tentang apa itu dan dampak dari *body shaming*. Observasi diterapkan oleh penulis untuk mengamati remaja-remaja di lingkungan sekitar yang mengalami *body shaming* dan *eating disorder*. Hasil wawancara penulis dengan psikolog Jane L Pietra, M. Psi, menyatakan bahwa *body shaming* dapat menyerang berbagai usia tetapi remaja rentan terkena *body shaming* karena sifat mereka yang masih mencari jati diri.

Penulis berharap dengan adanya perancangan kampanye Cegah *Body Shaming* pada remaja perempuan akan mengedukasikan para remaja perempuan terutama di kota-kota besar bahwa ada dampak dibalik *Body Shaming* dan harus menghargai serta mencintai diri sendiri.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan masalah yang sudah dijabarkan, berikut kesimpulan dari identifikasi masalah:

- a. Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai *body shaming* serta dampaknya.
- b. Kurangnya media informasi yang membahas *body shaming*.
- c. *Body shaming* memiliki dampak sebagai berikut : *eating disorder* yaitu bulimia, anorexia, dan *binge eating*, depresi, *Body dysmorphia*, hingga gangguan kesehatan seperti, diabetes dan penyakit jantung.

1.3 Rumusan Masalah

Bagaimana membuat perancangan media kampanye cegah *body shaming* pada remaja perempuan yang tepat untuk menginformasikan mengenai isu *body shaming* dan agar masyarakat tidak melakukan *body shaming*?

1.4 Ruang Lingkup

1) Apa

Perancangan kampanye cegah *body shaming* akan ditujukan kepada remaja perempuan.

2) Siapa

Kampanye ini ditujukan kepada remaja perempuan yaitu usia 15-21 tahun. Segmen yang diambil adalah remaja yang berada dikelas ekonomi dan sosial golongan B.

3) Dimana

Kampanye ini ditargetkan di kota besar yaitu Jakarta, karena kota Jakarta merupakan trendsetter.

4) Kapan

Penelitian sampai dengan perancangan visual dilakukan pada bulan Januari sampai Agustus 2018

5) Mengapa

Perancangan kampanye ini dibuat untuk mengedukasikan para remaja mengenai *body shaming* serta dampaknya, karena banyak yang menyepelekan efek dari *body shaming*.

6) Bagaimana

Perancangan kampanye berupa kegiatan event dan akan ada informing berupa poster dan infografis, persuading twibbon di media sosial Instagram, dan reminding yaitu dengan menjual merchandise.

1.5 Tujuan Perancangan

Merancang kampanye “cegah *body shaming* pada remaja perempuan” agar masyarakat tidak melakukan *body shaming*.

1.6 Metode Pengumpulan Data dan Analisis

1.6.1 Metode Pengumpulan Data

a. Primer

Adapun dalam menyusun penelitian ini, penulis memilih metode sebagai berikut :

1) Wawancara

Wawancara dilakukan secara terstruktur dengan orang-orang yang ahli seperti psikolog, dan juga LSM Remaja yaitu ARI. Wawancara adalah salah satu alat penelitian. Kelebihan dari wawancara adalah penggalian pemikiran, konsep dan pengalaman pribadi pendirian serta pandangan dari individu yang diwawancara. Mendapatkan keterangan atau pendirian secara lisan dari narasumber, dengan berbincang-bincang serta berhadapan muka seperti yang dijelaskan oleh Koentjaraningrat (Soewardikoen, 2013:20).

2) Kuesioner

Kuesioner dirancang dan disebar untuk mengetahui tingkat kepuasan remaja akan dirinya sendiri dan berapa banyak kasus *body shaming* yang beredar di remaja sekitar. Cara untuk mendapatkan data dalam rentang waktu yang singkat dengan banyak partisipan sekaligus yang dapat dihubungi adalah prinsip dari kuesioner dijelaskan oleh Soewardikoen (2013:25). Dikutip dari saran Roscoe (Sugiyono, 2013: 91) ukuran sampel yang layak dalam sebuah penelitian adalah 30 sampai 500 koresponden. Kuesioner disebar di kota besar yaitu Jakarta dan Bandung, serta remaja yang menjadi target sasarannya.

3) Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang mempunyai ciri yang mendetail bila dibandingkan teknik pengumpulan data yang lain, yaitu wawancara dan kuesioner. Hadi mengemukakan (Sugiyono, 2013:145) bahwa observasi adalah suatu proses yang kompleks, proses yang tersusun dari berbagai proses psikologis maupun biologis.

4) Dokumentasi

Berisi file-file seperti foto milik pribadi selama melakukan penelitian mengenai *body shaming*. Dokumentasi adalah data pelengkap yang didapatkan dari penelitian yang menggunakan metode observasi dan wawancara yang berbentuk kualitatif. Merupakan catatan peristiwa yang sudah terjadi, bisa berbentuk tulisan, gambar atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan contohnya adalah catatan harian, sejarah kehidupan, biografi, peraturan, dan kebijakan (Sugiyono, 2013:240).

b. Sekunder

1) Studi Pustaka Cetak

Penulis mengumpulkan beberapa buku dan majalah yang membahas tentang eating disorder, psikologi remaja, DKV. Buku-buku yang sekiranya mendukung penulis dalam melakukan penelitian ini.

2) Studi Pustaka Digital

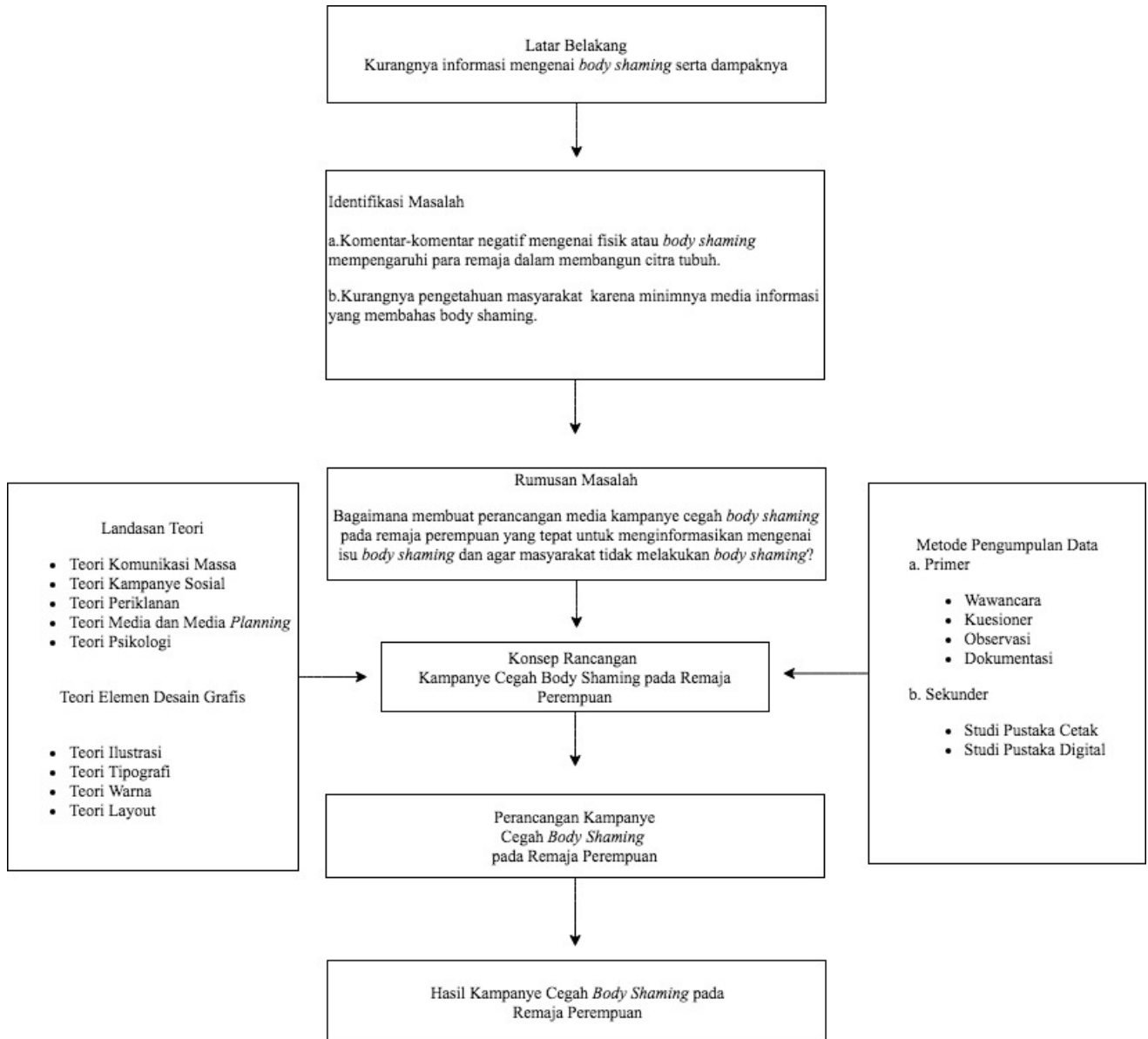
Penulis mengumpulkan jurnal-jurnal, artikel, serta ebooks yang membahas isu yang sejenis dengan penelitian yang dilakukan penulis dan juga artikel-artikel guna menambah wawasan penulis dalam melakukan penelitian ini.

1.6.2 Metode Analisis Data

a. Analisis Matriks

Analisis matriks adalah salah satu analisis yang digunakan untuk menyampaikan sejumlah besar informasi dalam bentuk ruang padat. Menurut Rohidi, dalam Soewardikoen (2013:51) Matriks merupakan alat yang rapi baik bagi pengelolaan informasi maupun analisis.

1.7 Kerangka Perancangan



1.8 Pembabakan

Susunan penulisan yang dilakukan terdiri dari Bab I – Bab IV, adapun isi dari bab tersebut :

a. Bab I. Pendahuluan

Bab terdiri dari latar belakang, identifikasi dan perumusan masalah dari latar belakang, tujuan dari penelitian yang dilakukan penulis, cara pengumpulan data yang diterapkan, kerangka penelitian dan pembabakan dari bab-bab dalam laoran penelitian iniyang disusun oleh penulis.

b. Bab II. Dasar Penelitian

Menjelaskan teori atau dasar pemikiran yang digunakan penulis sebagai pedoman untuk menganalisis data-data yang didapat peneliti berdasarkan masalah yang diteliti.

c. Bab III. Uraian Data Hasil Survey dan Analisis

Menjabarkan data-data yang didapat oleh penulis dilapangan serta hasil dari analisis dari data-data tersebut.

d. Bab IV. Penutup

Bab ini berisi kesimpulan dari laporan penelitian yang dibuat oleh penulis, serta saran yang berupa ide atau solusi dari permasalahan.