

Pemaknaan Korban Body Shaming Di Instagram (Studi Fenomenologi Pada Korban Tindak Body Shaming Di Instagram)

Interpretation Of The Body Shaming Victims On Instagram (Phenomenological Study On The Body Shaming Victims On Instagram)

Aditya Prayoga¹, Adi Bayu Mahadian²

¹ Ilmu Komunikasi, Fakultas Komunikasi dan Bisnis, Universitas Telkom, Indonesia, adityapra@student.telkomuniversity.ac.id

² Ilmu Komunikasi, Fakultas Komunikasi dan Bisnis, Universitas Telkom, Indonesia, adibayumahadian@telkomuniversity.ac.id

Abstract

Advances in information technology led us to positive changes in social life, communication style is change in order to modern society which tends to use social media to provide the process of exchanging information. On the other side, behind the positive impact, there is also a negative impact because the fast process of exchanging information that causes the body shaming on social media. This study uses a constructivist paradigm with qualitative methods and Alfred Schutz's phenomenological approach. Data was collected by observation, and semi-structured interviews with 10 informants who had experienced acts of body shaming behavior. The results showed that the experience of the victim can influence and cause changes to the self-meaning of the victim of body shaming.

Keywords : *body shaming, new media, phenomenological*

Abstrak

Kemajuan teknologi informasi mendorong perubahan yang positif terhadap kehidupan sosial di masyarakat, salah satunya merupakan perubahan gaya komunikasi masyarakat modern yang cenderung menggunakan media sosial untuk memudahkan proses pertukaran informasi. Tetapi, dibalik dampak positif yang dihasilkan juga terdapat dampak yang negatif karena cepatnya proses pertukaran informasi ini menjadi salah satu penyebab terjadinya tindak *body shaming* di media sosial. Penelitian ini menggunakan paradigma konstruktivis dengan metode kualitatif serta pendekatan fenomenologi Alfred Schutz. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi, dan wawancara semi-terstruktur terhadap 10 orang informan yang pernah mengalami tindak perilaku *body shaming*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman dari korban dapat memengaruhi dan menyebabkan perubahan terhadap pemaknaan diri dari korban *body shaming*.

Kata kunci : *body shaming, media baru, fenomenologi*

I. PENDAHULUAN

Pada era modern seperti saat ini, kemajuan teknologi, informasi serta komunikasi tidak dapat dihindari dan menyebabkan perubahan dalam berbagai kehidupan, salah satunya adalah bidang sosial yang berujung pada perubahan gaya berkomunikasi masyarakat modern yang cenderung menggunakan media sosial untuk bertukar pesan serta informasi. Menurut Ward (1995), Media sosial merupakan wadah baru untuk memungkinkan seseorang memainkan peran yang memungkinkan individu memainkan peran sebagai warga negara yang aktif dan sekaligus menjadi konsumen karena media baru dapat meningkatkan akses dari warga biasa menjadi lebih terinformasi secara politis yang menjadikan masyarakat lebih demokratis. Perlakuan *body shaming* dapat hadir melalui beberapa bentuk serta media penyampaiannya. Salah satunya, media sosial yang paling banyak digunakan saat ini adalah Instagram. Instagram merupakan media sosial yang kontennya mencakup visual dan audio. Instagram menjadi salah satu aplikasi banyak digemari oleh orang-orang untuk saling berkomentar mengenai foto atau video sesama penggunanya. Oleh karena itu, Instagram bisa menjadi salah satu sosial media yang paling banyak digunakan sebagai alat untuk melakukan tindak perundungan, termasuk *body shaming* di internet. Hal ini dibuktikan oleh Lembaga donasi *anti-bullying*, Ditch The Label menobatkan Instagram sebagai media sosial yang paling sering digunakan untuk melakukan *cyberbullying*. Survei tersebut dilakukan pada 10.020 remaja asal Inggris dengan rentang usia 12 hingga 20 tahun, sebanyak 42 persen di antaranya mengaku pernah menjadi korban *cyberbullying* di Instagram. Lembaga survei tersebut juga menambahkan bahwa sebanyak 60 persen remaja mengaku pernah mengalami tindakan *bullying* serta 87 persen lainnya pernah mengalami perundungan secara online. Terlebih dalam kondisi pandemi Covid-19 saat ini yang sebagian besar aktivitas telah beralih secara daring atau *online*. Di Indonesia, pada tahun 2021, jumlah pengguna Instagram hingga Juli 2021 mencapai 91,77 juta pengguna. Pengguna terbesar terdapat di kelompok usia 18 – 24 tahun yaitu 36,4%. Selain itu, Instagram juga berada di urutan ketiga sebagai platform media sosial yang paling sering digunakan, setelah YouTube dan WhatsApp (Databoks, 2021).

Seiring dengan perkembangan jaman, fungsi Instagram bukan hanya menjadi media sosial untuk mengunggah

foto ataupun video saja, tetapi juga bisa berubah tergantung bagaimana individu menggunakannya. Salah satunya adalah untuk dijadikan sebagai media komunikasi antar individu untuk bertukar informasi dan membagikan cerita sehingga dapat menjadikan pemicu dari timbulnya *cyber bullying* akibat mudahnya pertukaran informasi tersebut. Hal ini merupakan salah satu bentuk pergeseran yang negatif pada perkembangan teknologi informasi. Sebagai salah satu media sosial yang banyak digunakan oleh masyarakat, Instagram dapat menjadi media untuk masyarakat agar dapat berinteraksi serta bersosialisasi. Hal ini juga kemudian disusul dengan adanya penyebaran nilai yang dapat memengaruhi cara pandang serta sikap manusia terhadap sesuatu. Salah satunya merupakan terdapat standarisasi tubuh ideal yang terjadi di masyarakat. Hal ini dapat membuat seseorang menjadi membandingkan keadaan dirinya dengan orang di sekitarnya karena komentar atau perkataan yang didapat oleh seseorang terhadap dirinya, lalu menimbulkan rasa malu terhadap tubuh, atau yang biasa disebut dengan *body shame.*, menurut Lestari (2017), *body shaming* adalah fenomena penting serta harus lebih diperhatikan karena bisa jadi salah satu bentuk perundungan secara verbal.

Orang-orang masih banyak yang menganggap remeh pengaruh atas tindak *body shaming* yang biasanya terjadi pada kehidupan sosial. Biasanya, mereka masih sering menilai dan menertawakan seseorang hanya berdasarkan bentuk dari fisiknya saja (Fauzia & Rahmiaji, 2019). Menurut penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Putri (2019), mengatakan bahwa fenomena *body shaming* pada empat respondennya menjadi korban *body shaming* dan pada awalnya tidak menggubris serta menganggap *body shaming* yang mereka dapatkan adalah komentar yang baik, tetapi lama kelamaan mereka mulai memikirkan tentang penilaian yang diberikan dari orang-orang kepada dirinya dan akhirnya mulai merasa tidak nyaman serta menganggap hal tersebut menjadi hal yang buruk. Responden dari penelitian tersebut juga mengalami kecemasan berlebih serta malu akan dirinya sendiri karena penilaian yang didapatkan oleh orang-orang tersebut (Putri, 2019)

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dimana penelitian ini akan menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata atau lisan dari informan (Moleong, 2017). Selain itu, penelitian ini juga menggunakan paradigma konstruktivisme yang memberikan pandangan bahwa kenyataan itu merupakan hasil dari konstruksi dari yang dialami oleh manusia itu sendiri (Febriani, 2016). Penelitian ini juga menggunakan pendekatan fenomenologi dengan tujuan untuk mempelajari pemaknaan dari pengalaman yang dialami oleh korban tindak *body shaming* di Instagram. Peneliti berusaha untuk mengartikan makna pada komentar tersebut dengan tujuan untuk mendapatkan pemahaman perihal pemaknaan diri dari korban tindak *body shaming* baik secara positif maupun negatif di Instagram.

II. TINJAUAN LITERATUR

A. Cyberbullying Pada New Media

Cyberbullying merupakan turunan dari perbuatan perundungan (*bullying*). Menurut Kowalski (2008:17), perundungan merupakan sebuah tindakan ofensif antara teman sebaya yang memiliki tiga bentuk yaitu intensional, berulang sepanjang waktu, serta kekuatan yang tidak seimbang antara pelaku dan korban. Tindak *cyberbullying* lebih condong pada tindakan perundungan yang terjadi di dunia maya. Perbedaan dari tindakan perundungan dan *cyberbullying* terletak pada ruang terjadinya tindakan tersebut.

Cyberbullying juga merupakan istilah yang telah ditambahkan pada kamus *Oxford English Dictionary* (OED) sejak tahun 2010. Istilah tersebut merujuk kepada penggunaan teknologi informasi untuk mengganggu orang dengan cara mengirim pesan yang bersifat mengintimidasi atau mengancam. Pengertian dari *Cyberbullying* juga biasanya diartikan sebagai bentuk intimidasi yang dilakukan untuk melecehkan korbannya melalui perangkat teknologi. Biasanya, pelaku ingin melihat seseorang terluca dan menggunakan banyak cara untuk menyerang atau mengganggu korbannya (Machsun Rifauddin, 2016).

Cyberbullying merupakan segala bentuk kekerasan yang dialami seseorang yang dilakukan oleh orang lain melalui internet atau dunia *cyber*. *Cyberbullying* meliputi ejekan, hinaan, intimidasi serta perlakuan memalukan di internet. Menurut Patchin (2008), *Cyberbullying* merupakan kejadian saat seseorang mengalami ejekan, hinaan, intimidasi atau juga dipermalukan oleh orang lainnya melalui internet. *Cyberbullying* juga didefinisikan sebagai perbuatan yang dilakukan secara berulang-ulang dan berbahaya melalui kemajuan teknologi.

Kemajuan teknologi mengembangkan sebuah media baru yang interaktif yang menggunakan perangkat komputer untuk menggunakannya. Menurut Croteau (1997), media baru merupakan inovasi teknologi dalam bidang media meliputi komputer, teknologi *optic fiber*, satelit, serta televisi kabel. Melalui teknologi ini penggunaannya dapat lebih interaktif menyediakan respon media serta membuat pilihan secara beragam.

Mcquail (2000), mengelompokkan media baru menjadi empat kategori. Pertama, media komunikasi interpersonal seperti telfon, *handphone*, *e-mail*,. Kedua, komputer seperti *videogame*, dan permainan di internet yang bersifat interaktif. Ketiga, portal pencarian media informasi. Serta keempat merupakan media partisipasi kolektif yang menggunakan internet untuk bertukar serta membagikan pengalaman, pendapat, informasi, serta menjalin hubungan melalui komputer yang bukan hanya sebagai alat, namun bisa juga menimbulkan afeksi dan perasaan emosional antar penggunaannya. Penelitian ini menggunakan teori new media terkait tindak *body shaming* yang diterima oleh korban di media sosial *Instagram*.

B. Instagram dan Body Shaming

Instagram merupakan salah satu bentuk jejaring sosial yang diciptakan sejak tahun 2010. Instagram diciptakan oleh Kevin Systrom bersama rekannya yaitu Mike Krieger. Instagram adalah salah satu media sosial yang memfasilitasi penggunaanya untuk dapat berinteraksi dan juga membagikan foto maupun video ke sesama penggunaanya. Saat ini, Instagram mengarah kepada anak muda yang menggunakan aplikasi ini kepada hal yang menyimpang, salah satunya adalah *body shaming* mengingat anak muda memiliki kecenderungan dominan aktif berkomunikasi dengan media daring. Berkaitan dengan fenomena tersebut, media sosial tidak hanya digunakan untuk bersosialisasi atau mencari informasi, tetapi juga menjadi media untuk melakukan tindakan *body shaming* terhadap orang lain. Hal ini juga diperkuat dengan adanya pembahasan dari artikel maupun penelitian yang terfokus pada media sosial di kalangan anak muda serta caranya menggunakan media sosial untuk tujuan immoral seperti *body shaming* (Corliss, 2017)

Menurut Yani (2009), *body shaming* adalah sebuah tindakan yang bertujuan untuk mengomentari, mengkritik atau juga menilai seseorang terhadap bentuk tubuhnya yang tidak ideal sehingga berdampak buruk bagi orang tersebut. *Body shaming* terdiri dari dua jenis yaitu *Actue body shaming* yang merupakan aspek dari perilaku atau gestur tubuh. Dalam aspek ini, contohnya adalah kegagapan yang terjadi saat presentasi. Selanjutnya, ada juga *Chronic body shaming* yang berkaitan tentang bentuk atau penampilan seperti berat badan, tinggi, serta warna kulit.

Manusia pasti menginginkan bentuk tubuh yang ideal. Sehingga terdapat standar kecantikan pada masyarakat sehingga menyebabkan seseorang yang tidak memenuhi standar kecantikan ideal pada umumnya mendapatkan perlakuan *body shaming*. *Body shaming* bisa muncul karena persepsi masyarakat akan standar kecantikan yang terbentuk dalam lingkungannya. Tindakan untuk mengkritik bentuk tubuh, membandingkan fisik seseorang hingga menjelekkan penampilan seseorang menjadikan korbannya menjadi memiliki rasa tidak percaya diri akan tubuhnya sendiri.

Body shaming dapat dilakukan dan dialami oleh siapapun dan dengan berbagai bentuk. Bahkan artis hingga model pun dapat mengalami *body shaming* (Chomet, 2018:6). Akibat dari *body shaming* terhadap korban dapat menimbulkan perasaan bahwa dirinya tidak berharga sehingga bisa menyebabkan korban putus asa atau bahkan bunuh diri. Terdapat dua bentuk *body shaming* (Yarni, 2019:18), yaitu verbal dan non-verbal. Berikut merupakan jenis dari tindak *body shaming* yang biasanya ditemui:

Tabel 1
Jenis *body shaming*

NO	VERBAL	NON-VERBAL
1.	<i>Fat shaming</i> 'Wah, makin subur aja!', 'Lemak semua!', 'Pipi udah kaya bakso aja nih!'	<i>Apperance</i> Melihat penampilan atau gaya berpakaian dari atas sampai bawah
2.	<i>Skinny/Thin shaming</i> 'Kurus banget, takut dibawa angin!', 'Badan atau layangan tuh?', 'Makin kurus aja'	<i>Gesture</i> Merubah gestur tubuh saat melihat seseorang seperti mengolok-olok
3.	<i>Hairy Body shaming</i> Waduh, bulu kaki udah kaya hutan rimba!', 'Cukur dong, risih liatnya'	<i>Para-Linguistics</i> Merubah intonasi suara saat berbicara dengan maksud mengejek
4.	<i>Skin tone shaming</i> 'Kok iteman?', 'Dekil banget'	<i>Facial Expression</i> Memberikan respon senyum mengejek, mengangkat sebelah alis
5.	<i>Apperance shaming</i> 'Pasti makannya tangga ya?', 'Dasar cebol'	

(Sumber : Coloroso, 2003)

C. Pemaknaan Dalam Perspektif Fenomenologi Alfred Schutz

Dalam tradisi filsafat, fenomenologi telah diperbincangkan oleh para perintis seperti Edmund Husserl dan beberapa nama lainnya yang menyebutkan bahwa bagaimanapun kebenaran fenomenologi meskipun memiliki pemikiran yang berbeda, tetapi tetap berusmber pada keterkaitan antara metafisika, epistimologi, logika, serta etika.

Selanjutnya, Alfred Schutz membangun fenomenologi sosial yang mengaitkan antara fenomenologi filosofis

Edmund Husserl dan sosiologi. Menurut pemikiran Husserl, ilmu pengetahuan selalu berakar pada 'yang eksperiensial' (bersifat pengalaman). Baginya, hubungan antara persepsi dengan objek-objeknya tidaklah pasif. Fenomenologi sosial Schutz bermaksud untuk merumuskan ilmu sosial yang mampu menjelaskan antara tindakan dan pemikiran manusia dengan cara menggambarkan struktur-struktur dasar. Inilah poin yang memusatkan perhatian pada makna serta pengalaman subjektif sehari-hari yang menjelaskan bagaimana objek dan pengalaman bisa tercipta secara penuh makna dan dikomunikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Agenda utamanya bertujuan untuk memperlakukan subjektivitas sebagai topik penelitian itu sendiri. (Denzin & Lincoln, 2009)

Makna merupakan gabungan dari pengalaman-pengalaman seseorang yang telah melalui proses interaksi dengan orang lain. Maka dari itu, terdapat makna individual serta makna kolektif tentang sebuah fenomena. Menurut Schutz (Hasbiansyah 2005:165), tindakan manusia selalu memiliki makna dan identik dengan motif tindakan.

III. METODOLOGI PENELITIAN

Tujuan utama penelitian fenomenologi merupakan untuk mempelajari bagaimana fenomena yang dialami dalam kesadaran, pikiran serta tindakan seperti bagaimana fenomena tersebut diterima secara estetis. Fenomenologi Alfred Schutz menekankan pada pentingnya intersubjektivitas.. Fenomenologi mencoba mendapatkan pemahaman bagaimana manusia dapat melakukan sebuah konstruksi mengenai makna dan konsep penting dalam kerangka intersubjektivitas. Hal ini karena pemahaman manusia mengenai dunia dibentuk oleh hubungan manusia satu dengan lainnya.

Teori fenomenologi Alfred Schutz menunjukkan bahwa untuk memahami suatu realitas, manusia akan menggali pemahaman dari aspek yang dianggap penting, lalu mengkonstruksi realitas tersebut dan menginterpretasikannya. Berikut tahapan fenomenologi menurut Alfred Schutz:

1. Proses Pemahaman

Proses ini merupakan kemampuan dalam menangkap suatu makna dan arti dari bahan-bahan yang telah dipelajari (W.S. Winkel, 1996). Arikunto mengungkapkan bahwa pemahaman merupakan bagaimana manusia dapat memperkirakan, memberikan contoh, menggeneralisasikan, menyimpulkan, memperluas, mempertahankan, menduga, membedakan, menerangkan, dan lainnya.

2. Proses konstruksi realitas

Proses ini merupakan tahapan dimana realitas merupakan hal yang ditangkap, direduksi serta dimaknai oleh seseorang terkait dengan subjektivitas. Misalnya pengetahuan, kesadaran diri, serta nilai yang dianut. Realitas tersebut tidak dapat terbentuk secara ilmiah, melainkan terjadi karena dibentuk dan dikonstruksikan. Realitas dapat dimaknai dengan berbeda oleh tiap individu tergantung bagaimana pengalaman, pendidikan, lingkungan, atau sosial dari tiap individu.

3. Proses Interpretasi

Istilah interpretasi dapat merujuk pada proses penafsiran yang sedang berlangsung atau hasil dari proses tersebut. Interpretasi dapat diartikan sebagai salah satu proses aktif untuk memberikan makna terhadap sesuatu yang dialami oleh manusia. Atau dalam pengertian lain, merupakan suatu pemahaman atas suatu tindakan kreatif, yaitu tindakan menuju pemaknaan.

Fenomenologi yang digagas oleh Alfred Schutz juga merupakan cara pandang baru dalam sebuah penelitian yang mengutamakan pada penggalian makna yang dibangun oleh realitas kehidupan sehari-hari yang ada dalam sebuah penelitian secara khusus dan dalam kerangka luas pembangunan ilmu sosial (Barnawi dan Jajat, 2018). Schutz memahami bahwa dalam sebuah penelitian fenomenologi dia harus mengetahui dan mengerti tentang perilaku, tindakan maupun pemikiran manusia.

Penelitian ini memiliki fokus mengenai pemaknaan dari pengalaman korban tindak *body shaming* yang dialaminya di Instagram. Pemaknaan terhadap individu ini merupakan fokus dari penelitian ini. Peneliti menggunakan teori pemaknaan untuk melihat bagaimana informan memaknai tindak *body shaming* yang dialaminya berdasarkan pengalaman sadar mereka. Pemaknaan tepat digunakan karena menekankan interpretasi untuk memperoleh deskripsi dari suatu fenomena yang dialami secara sadar oleh informan.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dari peneliti terdahulu yang berjudul *Dinamika Psikologis Perempuan Mengalami Body Shame* yang ditulis oleh Tita Mariana Damanik, (2018) menunjukkan bahwa dari pengalaman korban yang diwawancarai, semuanya memberikan pernyataan bahwa pengalaman dari tindak perilaku *body shaming* yang dialaminya memberikan tekanan kepada korban, dengan komentar tentang tubuh serta wajahnya yang menjadikan dirinya memiliki penilaian diri yang negatif. Hal tersebut juga serupa dengan informan yang peneliti wawancara. Namun, pada penelitian ini peneliti membagi pengalaman dari informan menjadi tiga kategori berdasarkan bentuk reaksi dari para informan setelah mendapatkan komentar *body shaming* terhadap dirinya. Diantaranya merupakan: (1) Reaksi membalas dengan makian; (2) Reaksi cuek; (3) Reaksi pasrah. Semua reaksi yang dituliskan diatas merupakan hasil dari pengalaman para informan yang disesuaikan ketika mendapat perilaku dari tindak *body shaming* yang

didapatkannya. Peneliti membuat tabel olahan yang berkaitan dengan pengalaman para korban antara lain sebagai berikut:

Tabel 2

Pengalaman Informan Terkait Tindak Perilaku *Body Shaming* Yang Diterimanya

No.	Nama Informan	Pengalaman Informan Terkait Tindak Perilaku <i>Body Shaming</i> Yang Diterimanya
1.	Informan 1	Memilih untuk tidak menanggapi pelaku sama sekali
2.	Informan 2	Seiring berjalannya waktu, memilih untuk bersikap cuek terhadap tindak <i>body shaming</i> yang diterimanya
3.	Informan 3	Memilih untuk tidak peduli, kadang menjadikan perkataan tersebut sebagai lelucon untuk menghibur dirinya
4.	Informan 4	Bersikap cuek, kadang melakukan perlawanan berupa perkataan seperti ' <i>iya hehe</i> ', ' <i>emang kenapa?</i> '
5.	Informan 5	Tidak pernah membalas komentar, cenderung bersikap cuek, tetapi kadang-kadang merasa sensitif dan perasa
6.	Informan 6	Melakukan perlawanan berupa perkataan seperti mengatakan ' <i>masia</i> ' dalam bahasa Sunda yang berarti bagaimana anda dengan pengertian kasar
7.	Informan 7	Karena merasa <i>insecure</i> , Afrizal memilih untuk tidak melawan, kecuali terdapat kekurangan juga pada orang yang mengomentarnya
8.	Informan 8	Perlawanan yang dilakukannya seperti menjawab ' <i>iya nih gendutan sama ngeitemin maaf yaa</i> '
9.	Informan 9	Tidak terlalu memikirkan perkataan yang dilontarkan karena sudah menganggap hal tersebut sebagai hal yang biasa
10.	Informan 10	Memilih untuk bersikap biasa saja dan tidak mengambil pusing perkataan yang dilontarkan kepadanya

(Sumber: Olahan Peneliti)

Pada bagian ini, proses pemahaman terhadap pengalaman serta pengetahuan individu merupakan suatu elemen penting yang bertujuan untuk membentuk makna diri pada tiap individu sehingga makna yang dihasilkan oleh tiap individu pasti berbeda. Hal ini berkenaan dengan kemampuan seseorang untuk merespon dirinya sebagai objek yang memungkinkan dirinya untuk berkomunikasi melalui penggunaan symbol. Pengalaman informan terkait tindak perilaku *body shaming* yang diterimanya merupakan salah satu hal yang dapat memengaruhi tentang pandangan diri dari korban seiring dengan berjalannya proses-proses komunikasi yang dialami oleh korban.

Tahap kedua, yaitu tahap konstruksi realitas, pada tahap ini realitas merupakan hasil dari pemahaman dari pengalaman yang ditangkap, direduksi serta dimaknai oleh seseorang terkait dengan subjektivitas. Misalnya pengetahuan, kesadaran diri, serta nilai yang dianut. Realitas tersebut tidak dapat terbentuk secara ilmiah, melainkan terjadi karena dibentuk dan dikonstruksikan. Schutz mempertimbangkan aspekkausalitas dalam proses pemberian makna oleh manusia (Ishak, 2011). Informan pertama mengungkapkan walaupun dirinya bersikap cuek terhadap tindak perilaku *body shaming* yang diterimanya, tetapi lama kelamaan, secara tidak langsung dari pengalaman yang diterimanya Jessica menganggap bahwa dirinya tidak cantik dan membandingkan dirinya dengan orang lain serta berusaha untuk menutupi kekurangan yang dimilikinya dan takut jika orang lain menyadari tentang kekurangan yang ada pada dirinya.

Beberapa informan seperti informan kedua, informan ketiga, informan kelima, informan kedelapan yaitu, serta informan kesembilan mengungkapkan meskipun dirinya telah berusaha untuk menanggapi tindak *body shaming* yang diterimanya, atau pendapat mengenai tubuh ideal, namun tetap saja secara tidak langsung menyebabkan korban menganggap bahwa tubuhnya tidak ideal dan tidak termasuk kepada standar kecantikan yang dibuat oleh masyarakat.

Informan keempat mengaku walaupun dirinya memahami akan tindak *body shaming* yang dialaminya, walaupun dia mengaku kesal dengan tindak *body shaming* yang dialaminya, dia tidak menjadikan alasan tersebut sebagai alasan untuk tidak mencintai dirinya sendiri. Alicia memilih untuk mengacuhkan komentar dari orang lain. Hampir serupa, informan ketujuh dan informan kesepuluh juga mengaku tindak *body shaming* yang dialaminya memengaruhi kepercayaan dirinya dan membuat dirinya menjadi *insecure*, namun perkataan dari orang lain tidak membuat tindakan '*self love*' yang dimaknainya berkurang.

Informan keenam mengaku mendapat perlakuan *body shaming* semenjak dirinya menginjak bangku SMP. Perkataan yang paling diingatnya adalah julukan berupa '*kelapa*' dan '*semangka*' karena memiliki ukuran tubuh serta payudara yang besar. Bukan hanya tindak *body shaming* yang diterimanya tetapi juga sekaligus pelecehan seksual yang membuat dirinya kesal dan sakit hati.

Pada titik tertentu, informan melakukan proses perlawanan terhadap tindak *body shaming* yang diterimanya. Perlawanan ini terbentuk sebagai titik balik informan setelah merasakan *body shaming* yang diterimanya, menurut data wawancara dengan informan, bentuk perlawanan yang ditujukan biasanya berupa pengabaian, pembelaan diri, dan refleksi diri. Dibutuhkan waktu yang lama untuk dapat menyikapi serta mencoba melakukan perlawanan terhadap tindak *body shaming* yang mereka alami. Informan semakin terbiasa dan mulai tidak menghiraukannya karena semakin seringnya informan mendengar perkataan *body shaming* yang diterimanya. Perlawanan yang dilakukan ini juga akhirnya merupakan hal yang positif karena dapat mendorong semangat para korban *body shaming* untuk bangkit dan tidak terpuruk. Akan tetapi, di sisi lain hal ini juga dapat menjadi hal yang buruk. Saat melakukan pembelaan diri dengan membalikan ucapan mereka secara tidak langsung, mereka juga melakukan tindak *body shaming* kepada orang lain.

Selanjutnya merupakan tahap ketiga, yaitu proses interpretasi. Istilah interpretasi dapat merujuk pada proses penafsiran informan yang sedang berlangsung atau hasil dari proses tersebut. Setelah tahap konstruksi realitas, akan terjadi kesepakatan dalam proses pemaknaan dari pengalaman yang dialami oleh informan terkait tindak *body shaming* yang dialaminya. Peneliti membuat tabel olahan yang berkaitan dengan tindak serta pemaknaan diri para korban antara lain sebagai berikut:

Tabel 4.7

Tindak Serta Pemaknaan Diri Terkait Perilaku *Body Shaming* Yang Diterimanya

No.	Nama Informan	Tindak Serta Pemaknaan Diri Terkait Perilaku <i>Body Shaming</i> Yang Diterimanya
1.	Informan 1	Melakukan olahraga Yoga sebagai media meditasi karena keinginannya sendiri, bukan karena pengaruh dari omongan yang dilontarkan kepadanya
2.	Informan 2	Berusaha untuk melakukan diet dan pola hidup sehat
3.	Informan 3	Berusaha untuk diet serta menerapkan hidup sehat
4.	Informan 4	Melakukan pola hidup sehat karena keinginannya sendiri
5.	Informan 5	Dirinya memang sudah melakukan diet dan pola hidup sehat karena keinginannya sendiri
6.	Informan 6	Diet untuk mengurangi berat badannya karena baju yang digunakannya sudah mulai tidak muat dikenakan
7.	Informan 7	Merubah bentuk tubuhnya karena memiliki rasa keingintahuan yang lebih
8.	Informan 8	Mencoba untuk menurunkan berat badan dengan mengikuti <i>gym</i> , mencoba lulur untuk memutihkan kulit
9.	Informan 9	Diet, mencoba perawatan kulit, mengikuti kelas <i>gym</i> , dan <i>zumba</i> untuk menurunkan berat badan
10.	Informan 10	Melakukan pola hidup sehat sebagai bentuk ' <i>self love</i> '

(Sumber: Olahan Peneliti)

Terdapat kesamaan terhadap perilaku informan pada penelitian ini, yaitu informan pernah mengalami masa dimana mereka kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri, merasa tidak memenuhi 'standar kecantikan' masyarakat, serta mengalami kecemasan sosial. Informan merasa *insecure* terhadap perilaku *body shaming* yang dialaminya karena merasa tidak diterima dalam lingkungannya berkaitan dengan penampilannya yang berbeda seperti memiliki badan yang gemuk, kulit yang gelap, jerawat dan lainnya sehingga informan melakukan perubahan pada dirinya secara tidak langsung. Perubahan dilakukan oleh informan untuk memperbaiki diri agar tampil lebih baik dan menarik. Terlepas dari *body shaming* yang mereka alami, mereka melakukan hal tersebut dengan tujuan untuk menunjukkan bahwa mereka dapat berubah.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

Pengalaman dari informan pada penelitian ini menunjukkan bahwa semua informan pernah mendapatkan perlakuan *body shaming* di Instagram bukan hanya dari teman-temannya, melainkan sebagian besar juga mendapatkannya dari orang-orang terdekat, bahkan keluarganya. Informan juga memiliki pengalaman yang beragam saat merespon tindak perilaku *body shaming* yang didapatkannya. Biasanya, berbagai perasaan akan dirasakan oleh korban saat pertama kali mendapatkan komentar *body shaming* seperti marah, kecewa, *insecure*, takut, serta berkurangnya kepercayaan diri akan dirinya sendiri. Perasaan ini akan menuntun informan menuju sikap malu karena bentuk tubuhnya, bahkan bisa juga membuat informan menjadi menutup diri dari lingkungannya sehingga informan bisa saja dapat mengalami kesulitan untuk berfungsi secara normal dalam masyarakat. Akan tetapi, informan juga mengaku setelah seringnya mendapatkan komentar *body shaming* dari orang lain, mereka sudah mulai terbiasa dan bersikap cuek terhadap perkataan yang dilontarkan kepadanya. Namun, pada penelitian ini peneliti menemukan bahwa meskipun informan mengatakan bahwa dirinya sudah mulai terbiasa untuk cuek, tetapi pemaknaan diri yang negatif secara tidak sadar sudah mempengaruhi dan berdampak buruk pada diri informan. Akan tetapi, pemaknaan diri yang negatif terhadap informan ternyata tidak selalu menjadi hal yang buruk. Pada penelitian ini, peneliti membuktikan bahwa tindak perilaku *body shaming* juga dapat menjadi hal yang positif karena dalam hal ini, informan menjadi termotivasi untuk merubah dirinya dan membuktikan kepada orang yang mengejeknya bahwa dirinya dapat berubah lagi menjadi lebih baik dibanding sebelumnya walaupun sebenarnya tidak dibenarkan untuk melakukan *body shaming* untuk tujuan apapun.

Dari hasil penelitian yang telah dijabarkan serta kesimpulan yang diambil, maka peneliti dapat memberikan saran kepada akademisi berikutnya yang berniat untuk mengangkat fenomena yang serupa namun dengan konteks yang berbeda agar memiliki sudut pandang yang berbeda. Dan Untuk remaja diharapkan agar dapat lebih percaya diri, menerima diri, mencintai diri dan lakukan apapun yang kalian sukai selama itu tidak merugikan diri dan orang lain dan untuk masyarakat yang berada dilingkungan atau disekitar remaja, sebaiknya tidak melakukan perkataan yang menyinggung perihal *body shaming* karena hal tersebut dapat mengganggu mental dari remaja, serta tidak menetapkan standar kecantikan di masyarakat.

REFERENSI

- Barnawi, Jajat Darajat. 2018. Penelitian Fenomenologi Pendidikan: Teori dan Praktik. Yogyakarta: Ar – Ruzz Media.
- Chomet, N. (2018). Coping with Body Shaming. The Rosen Publishing Group.
- Corliss 2019 Corliss, Cindy. L. 2017. The Established and the Outsiders: Cyberbullying as an Exclusionary Process. University of Glasgow.
- Croteau, David, and William Hoynes. (1997). Media/Society: Industries, Images, and Audiences. London: Pine Forge Press
- Denzin & Lincoln (1994). *Handbook of Qualitative Research*. Sage Pub
- Fauzia, tri fajariani, & Rahmiaji, lintang ratri. (2019). Memahami pengalaman. Memahami Pengalaman Body Shaming Pada Remaja Perempuan.
- Febriani, F. (2016). Model Tayangan Tabligh Inovatif (Studi Kasus pada Acara Berita Islami Masa Kini TRANS TV). UIN Sunan Gunung Djati Bandung
- Hasbiansyah, O. (2008). Pendekatan Fenomenologi: *Pengantar Praktik Penelitian dalam Ilmu Sosial dan Komunikasi*.
- Ishak, Abdulhak & Ugi Suprayogi. (2011). Penelitian Tindakan dalam Pendidikan Nonformal. Jakarta: Rajawali Pers
- Ward, K. J. (1999). Cyber-Ethnography and the Emergence of the Virtually New Community. *Journal of Information Technology*
- Jayani, D. H (2019). Databoks.katadata.co.id/datapublish/2019/12/12/pisa-murid-korban-bully-di-indonesia-tertinggi-kelima-di-dunia (diakses pada 10 Oktober 2021)
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2007). Cyberbullying Prevention and Response: Expert Perspectives. United Kingdom: Routledge
- Putri, T. A. (2015). Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Mahasiswa Yang Mengalami Obesitas
- Kowalski, M.R, Limber, S. P., & Agatston, P. W. (2008). Cyber bullying: Bullying in the digital age. Malden, MA:

Blackwell.

Lestari, S. (2017). Karakteristik Distorsi Kognisi Pada Remaja Putri Penderita Gangguan Dismorfik Tubuh. Prosiding Temu Ilmiah X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia, 180–189. Retrieved from <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/ippi/article/view/2188/1651> (Diakses 10 Oktober 2021)

Machsun, R. (2016). Fenomena cyberbullying pada remaja. Jurnal Ilmu Perpustakaan, Informasi, dan Kearsipan Khazanah Al-Hikmah.

McQuail, D. (2000). *Mcquail's Communication Theory* (45th edition). London: Sage Publication

Moleong, L. J. (2013) *Metode Penelitian Kualitatif* - Bandung: PT. Remaja Rosdakarya

Wiyani, Novan A.. 2012. *Save Our Children From School Bullying*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media

Winkel, W. S. (1983). *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar*. Jakarta: PT Gramedia

