

PENDAHULUAN

Body shaming sudah menjadi hal biasa dan sangat sering dilakukan, tanpa disadari banyak sekali korban perlakuan *body shaming* yang menderita. Pada tahun 2018 terdapat 966 kasus penghinaan fisik atau *body shaming* yang ditangani polisi dari seluruh Indonesia. Sebanyak 347 kasus di antaranya selesai, baik melalui penegakan hukum maupun pendekatan mediasi antara korban dan pelaku (Fauzia & Rahmiaji, 2019). Kemudian survei yang dilakukan oleh Study Fit Rated, didapat hasil bahwa sebanyak 92,7% dari 1.000 wanita yang mengisi survei mengatakan pernah mengalami *body shaming*. Dengan standar kecantikan saat ini orang-orang yang dianggap tidak memenuhi standar ini akan menerima omongan, ejekan, dari orang-orang sekitarnya atau bahkan terkadang keluarga. *Body shaming* sering dilakukan tanpa disadari dan menyakiti korban yang menerima perlakuan tersebut. Diharapkan orang-orang lebih sadar akan hal ini dan tidak melakukannya terhadap orang-orang yang disayangi.

Body shaming dapat terjadi pada siapapun, terlebih lagi *public figure* seperti atlet angkat besi Indonesia yaitu Nurul Akmal mendapat perlakuan *body shaming* saat kedatangannya di bandara, saat giliran Nurul mendapat buket bunga dan berpose untuk difoto media salah satu pria meneriakan “yang paling kurus” (Henry, 2021). Salah satu pengalaman *body shaming* lain dialami oleh *public figure* bernama Aurel Hermansyah di akun Instagramnya. Anak tertua penyanyi Anang Hermansyah itu menerima banyak komen dan kritik dari netizen ketika dia sedang hamil. Ketika Aurel memposting foto dirinya, akun yang bernama @sylaishaxxxx berkomen, “gendut kali, kaget gua tapi masih imut sih” dan akun yang bernama @annisaxxxx9x juga menambahkan komen, “kok bisa dagunya gitu, tajam banget”. Perlakuan *body shaming* seperti ini bisa berdampak pada kesehatan mental dan kehidupan korban (Muarifah et al., 2022). Kemudian didapat dari 800 siswa yang berpartisipasi terdapat 44,9% yang mengalami *body shaming* selama satu tahun terakhir (Gam et al., 2020).

Mahasiswa adalah makhluk individu dan makhluk sosial, yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan. Mahasiswa digolongkan pada tahap perkembangan masa remaja akhir sampai masa dewasa awal yang usianya sekitar 18-25 tahun. Dan mahasiswa juga memiliki tugas perkembangan sesuai dengan usianya, tugas perkembangan ini ada karena adanya perubahan yang terjadi pada beberapa aspek fungsional individu, yaitu fisik, psikologis dan sosial (Hulukati & Djibran, 2018). Memasuki perguruan tinggi

mahasiswa mengalami berbagai hal baru salah satunya seperti ejekan atau komentar terhadap penampilannya. Seperti hasil survei singkat yang saya lakukan menunjukkan hasil sebanyak 96,7% mahasiswa pernah diejek atau dikomentari penampilannya. 54% diantaranya sering hingga lumayan sering mendapat komentar mengenai penampilan mereka. Dan 76% merasa terganggu dengan ejekan atau komentar yang diterima. Hasil penelitian menunjukkan dari 28 siswa yang menjadi subjek penelitian didapat hasil 75% sadar bahwa terkadang mereka menerima perlakuan *body shaming* (Gani & Jalal, 2020). Hasil menunjukkan sebanyak 96% mahasiswa dari 50 orang menyatakan bahwa mereka pernah mengalami *body shaming*. Bentuk *body shaming* yang diterima bermacam-macam seperti candaan, sindiran, cemooh, dan hinaan dengan tujuan untuk menyakiti (Sugiati, 2019). Hasil penelitian terdahulu (Hidayat et al., 2019) menunjukkan hasil sebanyak 53 responden (51,5%) mendapat perlakuan *body shaming* yang buruk dan ada 50 responden (48,5%) mengalami *body shaming* yang baik. Hasil penelitian menunjukkan (Sri Widiyani et al., 2021) bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami *body shaming* yang rendah yaitu sebanyak 85,2%, dan sebesar 2,3% responden mendapat perlakuan *body shaming* yang tinggi.

Body shaming adalah bentuk sikap atau perilaku yang menunjukkan rasa tidak suka maupun negatif terhadap berat badan, ukuran tubuh dan pada penampilan diri sendiri ataupun orang lain (Tracy et al., 2007). Terdapat lima komponen dalam *body shame* yaitu komponen kognitif sosial atau eksternal, komponen mengenai evaluasi diri yang berasal dari dalam, komponen emosi, komponen perilaku, dan komponen psikologis (Gilbert & Miles, 2002). Faktor-faktor yang mempengaruhi *body shaming* menurut (Cameron & Russell, 2016) ada 4 yaitu yang pertama adalah *fat shaming* dan termasuk jenis *body shaming* yang paling banyak dilakukan. *Fat shaming* yaitu komentar yang ditujukan kepada orang yang memiliki berat badan lebih atau *overweight*. *Skinny/thin shaming* yaitu lawan dari *fat shaming* namun sama juga memiliki dampak negatif pada korban. *Skinny/thin shaming* ini memberi komentar pada perempuan yang memiliki badan yang kurang berisi atau terlalu kurus. Kemudian ada rambut tubuh yaitu bentuk *body shaming* yang menghina orang dengan rambut di tubuhnya yang banyak atau dianggap berlebihan. Terakhir faktor *body shaming* ada warna kulit yaitu berkomentar terhadap seseorang yang memiliki kulit putih yang terlalu pucat dan kulit yang gelap.

Perlakuan *body shaming* sudah dianggap hal yang lumrah. Orang-orang sering tidak sadar telah melakukan *body shaming* kepada orang terdekatnya, jika hal ini berlanjut maka akan

memberi dampak buruk pada korban *body shaming*. Evans (2010) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa perlakuan *body shaming* jika terjadi secara terus menerus pada seseorang akan memberikan dampak depresi pada korban perlakuan *body shaming*. Mukhlis (2013) menyatakan bahwa *body shaming* membawa dampak kepada kehidupan sehari-hari korban baik itu dari segi fisik, psikologis contohnya dalam bentuk menarik diri dari lingkungan sekitarnya (Lestari, 2019). Penelitian menunjukkan bahwa *body shaming* mempengaruhi citra diri individu, semakin sering seseorang menjadi korban *body shaming*, maka semakin negatif citra dirinya (Safarina & Maulayani, 2021).

Pengalaman adalah hal yang tidak bisa dipisahkan dari kehidupan manusia sehari-hari. Pengalaman juga berharga pada setiap manusia baik itu pengalaman yang menyenangkan maupun tidak. Pengalaman seseorang dapat mempengaruhi bagaimana dia merespon suatu hal. Seperti orang yang pernah mengalami *body shaming* tentu akan lebih sadar akan penampilannya dan takut jika akan di komentari kembali penampilannya. Pengalaman menurut KBBI adalah yang pernah dialami (dijalani, dirasakan, ditanggung, dan sebagainya). Kemudian menurut (Pine II & Gilmore, 2011), berpendapat bahwa pengalaman adalah suatu kejadian yang terjadi dan mengikat pada setiap individu secara personal.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah setting tahun dan jenis *body shaming* yang diterima oleh mahasiswa beragam mulai dari bentuk tubuh, warna kulit, dan kondisi wajah sementara penelitian sebelumnya bentuk *body shaming* lebih banyak keukuran tubuh yaitu *fat shaming*. Rumusan masalah yang akan dibahas adalah bagaimana pengalaman *body shaming* pada mahasiswa. Tujuan dari penelitian ini sendiri yaitu untuk mendeskripsikan pengalaman *body shaming* pada mahasiswa. Pertanyaan penelitian ini adalah bagaimana pengalaman mahasiswa dengan *body shaming*? Dan bagaimana *body shaming* mempengaruhi mahasiswa dalam segala hal?

Untuk manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah untuk menambah wawasan, pengetahuan dan memberikan kontribusi konseptual dalam topik kajian *body shaming* pada mahasiswa. Dan untuk manfaat praktis yaitu menjadi informasi mengenai perilaku *body shaming* pada mahasiswa untuk masyarakat.