

## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

### **2.1 Definisi Konsep**

#### **2.1.1 Body Shaming**

Menurut Dolezal (2015) penghinaan fisik adalah tindakan mengomentari atau membandingkan penampilan orang lain dan diri sendiri, seperti membandingkan warna kulit putih dan warna kulit hitam seseorang. Banyak orang merasa bahwa mereka tidak dapat memenuhi standar kecantikan ideal yang mengarah pada emosi negatif terhadap diri mereka sendiri, pada akhirnya hal ini mengarah pada perlakuan penghinaan fisik orang lain tanpa disadari. Penghinaan fisik adalah situasi yang memicu perasaan emosional dan menyakitkan karena dikritik oleh orang lain dan mengarah pada kebencian diri. *Body shaming* ini selain dijumpai di dunia nyata kerap kali juga dijumpai pada dunia maya seperti media sosial.

Awalnya *body shaming* hanya menjadi tren untuk bahan candaan saja, namun lama kelamaan menjadi serius hingga menjatuhkan atau menjelek-jelekan orang lain yang mengakibatkan ketidaknyamanan dari korban *body shaming* tersebut. Pada era modern seperti sekarang penggunaan kata-kata di dalam media sosial maupun di dalam masyarakat kerap kali tidak bisa dikontrol dan melampaui batas. Jika Penghinaan fisik ini masih tetap berlanjut dalam jangka waktu yang lama kemungkinan besar akan mempengaruhi mental korban. Dikutip dari artikel halodoc menurut Handayani (2020) Berikut ini adalah pengaruh *body shaming* terhadap kesehatan mental, antara lain:

### 1. Depresi

Depresi merupakan akibat yang ditimbulkan dari tindakan *body shaming*, khususnya pada kalangan anak usia remaja. Dampak awal dari tindakan ini pertama akan melukai harga diri pada korban tindakan *body shaming*. Kemudian korban dapat meluapkan rasa amarahnya, rasa putus asa, atau dapat juga membenci pada tubuhnya sendiri. Emosi negatif ini harus mendapatkan pertolongan medis yang tepat, jika tidak dilakukan pertolongan maka tidak menutup kemungkinan korban yang sudah mengalami depresi akan melakukan tindakan bunuh diri.

### 2. Gangguan makan

*Body shaming* lainnya juga dapat memicu gangguan makan seperti bulimia dan anoreksia. Tindakan *body shaming* bisa mendorong psikologis seseorang untuk emoh menjaga berat badan yang sehat. Korban *body shaming* yang diolok gendut atau ceking bisa saja frustrasi dan justru makan semakin berlebihan. Atau, kondisi ini juga bisa bikin korban sama sekali emoh makan sampai mengalami kurang gizi (malnutrisi) berat.

### 3. Gangguan kecemasan sampai serangan panik

Korban yang terus-menerus mengalami *body shaming* lambat laun bisa mengasihani diri sendiri sampai harga dirinya luntur dan tidak percaya diri. Korban bisa memandang dirinya tidak berharga, tidak layak bahagia, atau tidak punya kehormatan, membuat korban menarik diri dari lingkaran sosial, dan memilih mengisolasi diri sendiri. Jika tidak segera

mendapatkan pertolongan medis, korban bisa mengalami gangguan kecemasan parah dan memicu serangan panik.

Menurut Samosir & Sawitri (2015) penghinaan fisik dapat menyebabkan gangguan kesehatan bagi korban karena penghinaan fisik merupakan tindakan kekerasan mental. Tanpa disadari menghina fisik sering terjadi di lingkungan sekitar kita dan menghina fisik bisa dilakukan secara sengaja maupun tidak sengaja. Seperti Mulai bercanda dan basa basi, Situasi ini sering terjadi dilingkungan dimana teman-teman kita sendiri menertawakan bentuk tubuh yang tidak memuaskan. Perilaku ini membuat korban kurang percaya diri karena merasa orang-orang disekitarnya dipermalukan. Menurut Chairani (2018:33) Berikut adalah bentuk- bentuk *body shaming* .

#### 1. *Fat Shaming*

*Fat shaming* merupakan istilah untuk tindakan memermalukan tubuh orang-orang yang dianggap besar atau gemuk. Orang memiliki tubuh yang besar atau gemuk pada umumnya memiliki ciri penampilan yang menonjolkan berat yang berlebihan seperti adanya lipatan pada leher, pinggang, perut buncit serta anggota-anggota tubuh lainnya yang tidak sedap dipandang mata.

#### 2. *Skinny* atau *Thin shaming*

*Skinny* atau *Thin shaming* adalah kebalikan dari istilah *fat shaming* , yaitu tindakan memermalukan tubuh orang yang dianggap kurus atau kekurangan berat badan. Terkadang tubuh kurus adalah keturunan atau

gen yang dimiliki seseorang dalam keluarganya secara turun temurun dan tidak dapat diubah.

### 3. Bulu Tubuh

Bulu tubuh adalah suatu bentuk penghinaan terhadap tubuh dengan cara menghina seseorang yang diyakini memiliki bulu tubuh yang tidak diinginkan, jika perempuan memiliki bulu tubuh mereka dianggap kurang menarik.

### 4. Warna kulit

Warna kulit yaitu bentuk *body shaming* dengan mengomentari warna kulit yang dianggap tidak sesuai dengan standar ideal juga banyak terjadi, seperti warna kulit yang terlalu pucat atau terlalu gelap.

Berdasarkan dari pernyataan artikel yang ditulis oleh Santoso pada hari Rabu 28 November tahun 2018 Polri menangani total 966 kasus penghinaan fisik atau *body shaming*. Melalui penegakan hukum dan mediasi antara korban dan pelaku sebanyak 347 kasus telah diselesaikan. Untuk kasus seperti itu, polisi sangat berhati-hati dalam menangani kasus penghinaan fisik di media sosial. Penghinaan fisik dibagi menjadi dua jenis perilaku yaitu perilaku seseorang yang menggunakan media sosial untuk menceritakan wajah, warna kulit, dan postur seseorang dalam bentuk penghinaan atau ejekan. (Detiknews 2018)

Menurut CNN Indonesia (2018) Polisi menerima pengaduan tentang hinaan fisik atau *body shaming*, Pasal dalam undang-undang informasi dan transaksi elektronik (UU ITE) dan hukum pidana (KUHP) menyatakan bahwa kasus penghinaan fisik atau penganiayaan fisik melalui media sosial dapat

menempatkan seseorang pada resiko tuntutan pidana. Yaitu pelaku dapat dikenakan pidana penjara 6 tahun sebagaimana diatur dalam pasal 45 ayat 1 dan pasal 27 ayat 3 UU teknologi informasi, dilanjutkan dengan pidana penjara 9 bulan sebagaimana diatur dalam pasal 310 KUHP dan dijatuhi hukuman 4 tahun penjara, hal ini dapat kita ketahui tindakan *body shaming* telah menjadi perhatian hukum agar pelaku jera terhadap tindakan yang dilakukan.

### **2.1.2 Kekerasan**

Kekerasan mental adalah jenis kekerasan yang meliputi serangan secara verbal dan ditampilkan secara tidak langsung, contohnya seperti meremehkan, merendahkan atau mengintimidasi. Kekerasan mental sifatnya lebih halus dan menyerang pikiran sehingga dapat membuat korban kehilangan kepercayaan diri. Jadi secara harfiah kekerasan berarti membawa kekuatan, kekuasaan dan paksaan. Menurut Fitriana (2019:33) adapun jenis-jenis kekerasan terhadap perempuan sebagai berikut:

#### **1. Kekerasan Fisik**

Dimana kekerasan fisik ini berupa kekerasan yang dapat menyakiti fisik perempuan seperti memukul, menjambak, mencekik, mendorong dan yang lain-lain.

#### **2. Kekerasan Psikologis/Mental**

Dimana kekerasan jenis ini dapat menyakiti psikologis atau mental perempuan. Kekerasan psikologis ini dapat membuat korban merasakan trauma, malu dan kehilangan rasa kepercayaan diri.

#### **3. Kekerasan Seksual**

Contoh dari kekerasan seksual itu sendiri yaitu penyiksaan, pemerkosaan, intimidasi, pelecehan seksual, eksploitasi seksual, pemaksaan aborsi dan lain sebagainya.

Menurut Suyanto (dalam Nidya, 2014) kekerasan mental merupakan jenis kekerasan yang tidak mudah untuk dikenali. Wujud konkret dari kekerasan mental adalah penggunaan kata-kata yang kasar, mempermalukan seseorang di depan umum dan melontarkan ancaman yang berupa kata-kata. Kekerasan mental juga merupakan suatu hal yang dapat menyakitkan, yang dapat membuat korban merasakan ada yang salah di dalam dirinya dan menganggap dirinya tidak berharga. Kekerasan mental biasanya dilakukan oleh orang-orang terdekat seperti keluarga, teman dekat dan orang tua.

Menurut John (2010) Kekerasan mempunyai ciri khas pemaksaan dan paksaan dapat berupa paksaan persuasif dan paksaan fisik atau kombinasi keduanya. Kemudian pemaksaan berarti menyalahgunakan kehendak pihak lain dan hak pihak lain disalahgunakan. Keberadaannya sebagai pribadi yang rasional, berselera tinggi dan berkehendak. Keutuhan tubuhnya tidak lagi dijaga dan dihormati lagi, dari beberapa poin tentang kekerasan diatas yang peneliti rujuk dalam penelitian ini tidak hanya kekerasan fisik, melainkan kekerasan mental yang tidak terlihat oleh mata telanjang. Segala situasi, tindakan atau sikap yang menyebabkan perempuan diperlakukan tidak adil.

### **2.1.3 Remaja**

Menurut Hurlock (dalam Izzaty, 2008) Masa remaja dapat dikatakan sebagai masa perubahan yang meliputi perubahan sikap dan tubuh. Remaja pada tahapan

ini telah banyak mengalami perubahan seperti emosi yang tidak stabil dan penuh dengan masalah selama masa remaja mereka. Menurut Hurlock ada tiga tahap perkembangan remaja yaitu :

1. Remaja awal usia 11-13 tahun

Remaja pada tahap ini masih sangat asing dengan perubahan tubuhnya dan akan tertarik pada lawan jenis. Pada tahap ini remaja awal mengalami kesulitan memahami dan dipahami oleh orang dewasa, sulit menyesuaikan diri, merasa bebas dan mulai berpikir abstrak.

2. Remaja setengah baya 14-17 tahun

Pada tahap ini remaja sangat perlu bersosialisasi dan berteman jika banyak teman yang menyukai, mereka akan merasa senang. Pada tahap ini remaja mulai ingin berkencan dengan lawan jenis dan berfantasi tentang aktivitas seksual sehingga remaja mulai mencoba aktivitas seksual yang diinginkan.

3. Remaja akhir 18-21 tahun

Pada tahap ini remaja mulai membentuk identitas seksual yang tidak akan pernah berubah, mulai mencari pengalaman baru dan lebih memperhatikan diri sendiri.

Hingga saat ini masih banyak pertanyaan mengenai batasan usia remaja dan definisi batasan usia remaja sangat beragam. Menurut WHO 2018 remaja adalah penduduk dalam rentan usia 10 sampai 19 tahun. Menurut Peraturan Menteri Republik Indonesia Nomor 25 tahun 2014 remaja adalah penduduk dengan rentan usia 10 sampai 18 tahun. Menurut Badan Kependudukan Dan

Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10 sampai 24 tahun dan belum menikah.

#### **2.1.4 Perempuan**

Menurut Aida (2010) Wanita adalah makhluk yang lemah lembut dan penuh perhatian karena perasaan mereka yang halus. Secara umum, sifat wanita adalah cantik, lembut, rendah hati dan penuh kasih sayang inilah gambaran wanita yang sering kita dengar di sekitar kita. Perbedaan anatomi dan fisiologi juga dapat menyebabkan perbedaan perilaku dan juga perbedaan kemampuan, untuk secara selektif melakukan kegiatan yang bertujuan terkait dengan kodrat perempuan. Arti kata perempuan berasal dari kata master yang berarti “tuan” orang yang cakap atau berkuasa, kepala, halu dan hebat. Namun dalam bukunya Subhan “perempuan” berasal dari kata “empu” yang berarti penghargaan. Lebih lanjut Subhan menjelaskan wanita diduga berasal dari bahasa sansekerta, dan kata dasar wanita berarti keinginan sehingga kata wasiat berarti keinginan atau wanita.

Dapat dipahami bahwa kata “ perempuan” pada dasarnya adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan suatu kelompok atau tipe dan membedakannya dengan tipe lainnya. Jadi secara simbolis merupakan penggunaan kata wanita menjadi perempuan adalah objek menjadi subjek. Sementara itu, feminisme perempuan mengatakan bahwa perempuan adalah istilah untuk konstruksi sosial yang identitasnya didefinisikan dan dikonstruksikan melalui penggambaran. Dapat dipahami bahwa kata perempuan pada dasarnya adalah istilah untuk menyatakan suatu kelompok atau tipe dan membedakannya dengan tipe lainnya.

## **2.2 Kajian Teori**

### **2.2.1 Teori Feminisme**

Menurut Moeliono (dalam Nurhamidah 2016:26) Feminisme adalah gerakan perempuan yang menuntut persamaan hak antara perempuan dan laki-laki. Dalam sastra, feminisme berkaitan dengan konsep kritik sastra feminis yaitu studi sastra yang mengarahkan fokus analisisnya kepada perempuan. Menurut Megawangi (dalam Dwi 2011:360) feminisme dapat dikelompokkan menjadi feminisme liberal, feminisme sosialis, feminis radikal. Berikut penjelasan singkat mengenai kelompok teori feminisme tersebut :

1. Feminisme liberal

Feminisme liberal adalah aliran yang mencoba memasukan gagasan bahwa perempuan adalah makhluk yang sama dengan laki-laki dan memiliki hak yang sama dengan laki-laki. Feminisme liberal memberikan dasar teoritis untuk kesetaraan dalam hal potensi rasionalitasnya.

2. Feminisme sosialis

Feminisme sosialis berusaha menghilangkan struktur kelas dalam masyarakat yang berbasis gender dengan mengangkat isu bahwa ketimpangan peran antara kedua jenis kelamin sebenarnya disebabkan oleh faktor budaya.

3. Feminisme radikal

Feminisme radikal berpandangan bahwa ketidakadilan gender bersumber dari perbedaan biologis antara laki-laki dan perempuan. Perbedaan

biologis didapat dari peran seorang perempuan yang selalu melekat dengan kehamilan dan keibuan.

### **2.3 Penelitian Yang Relevan**

Terdapat beberapa penelitian yang dilakukan oleh para peneliti terdahulu berkaitan dengan pembahasan mengenai *body shaming*, terdapat beberapa penulisan dalam bentuk skripsi yang membahas tentang *body shaming* diantaranya “Dinamika Psikologis Perempuan Mengalami *Body Shaming*” yang disusun oleh Tuti Maria Damanik Universitas Sanata Dharma Yogyakarta (2018). Penelitian Tuti Maria Damanik ini membahas tentang dinamika yang dialami empat perempuan yang mengalami internalisasi penilaian tentang bentuk tubuhnya. *Body shaming* menyebabkan partisipan mengalami dampak psikologis seperti kecemasan dan ketidakpercayaan diri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, metode pengumpulan data wawancara menggunakan semi terstruktur, sehingga penelitian ini dapat memberikan solusi terkait permasalahan *body shaming* yang terjadi.

Menurut penelitian yang dituliskan oleh Nadiatul Mawaddah Universitas Negeri Sultan Syarif Kasim (2020) dengan judul “Dampak *Body Shaming* Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri Di Desa Muara Uwai Kecamatan Bangkinang” membahas tentang tindakan *body shaming* yang sering terjadi dilingkungan masyarakat khususnya di Desa Muara Uwai yang mengakibatkan remaja tersebut kesulitan dalam bersosialisasi, mudah dipengaruhi orang lain dan tidak dapat bergaul secara fleksibel. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif

dengan menggunakan teknik deskriptif, penelitian ini dilakukan pada remaja berusia antara 13 sampai 21 tahun. Penelitian ini menggunakan purposive sampling sebagai teknik untuk menentukan informan.

Berdasarkan dari kedua penelitian di atas sama-sama membahas tentang *body shaming* dan menggunakan metode pendekatan kualitatif, perbedaan penelitian pertama adalah membahas tentang dinamika psikologis perempuan akan *body shaming* yang di alami dan penelitian kedua membahas tentang rasa kepercayaan diri remaja putri akan dampak *body shaming*. Sedangkan perbedaan dari penelitian yang akan saya bahas tentang dampak kekerasan mental akibat *body shaming* yang terjadi pada remaja perempuan agar kita mengetahui bahwa tindakan *body shaming* sangat berpengaruh terhadap kehidupan oleh remaja perempuan yang mengalami *body shaming*.

**Table 2.1**  
**Penelitian yang relevan**

No	Nama peneliti, judul, bentuk skripsi dan tahun penerbit	Persamaan	Perbedaan	Kesimpulan
1	Hasil Penelitian Tuti Maria Damanik (2018) yang berjudul "Dinamika Psikologi Perempuan Mengalami <i>Body Shaming</i> ". Universitas Sanata Dharma Yogyakarta (2018).	a. Jenis penelitian (penelitian kualitatif) b. Menganalisis dampak yang ditimbulkan oleh korban <i>body shaming</i> .	a. Lokasi dan waktu penelitian b. Teori yang digunakan	Penelitian ini membahas tentang dinamika yang dialami 4 perempuan yang mengalami internalisasi penilaian tentang bentuk tubuh.

2	Hasil penelitian Nadiatul Mawaddah (2020) yang berjudul “Dampak <i>Body Shaming</i> Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri Di Desa Muara Uwai Kecamatan Bangkinang”. Universitas Negeri Sultan Syarif Kasim (2020).	a. Jenis penelitian (penelitian kualitatif) b. Menganalisis dampak yang ditimbulkan oleh korban <i>body shaming</i> .	a. Lokasi dan waktu penelitian b. Teori yang digunakan	Penelitian ini membahas tentang tindakan <i>body shaming</i> yang sering terjadi di lingkungan masyarakat di desa muara uwai yang mengakibatkan remaja tersebut kesulitan bersosialisasi.
---	---	--	---	---

#### 2.4 Alur Pikir Penelitian

*Body shaming* adalah salah satu bentuk komentar atau kritikan yang merupakan bentuk destruktif dari media sosial yang terkait dengan standar kecantikan ideal siapapun tanpa memandang usia. *Body shaming* dapat terjadi pada siapa saja tanpa memandang usia karena ukuran tubuh dan warna kulit dianggap tidak memenuhi estetika standar atau ideal. *Body shaming* adalah bentuk mengomentari penampilan diri sendiri dan orang lain, *body shaming* mempengaruhi perasaan, menyebabkan rasa malu, kurang percaya diri, marah, rendah diri, benci akan penampilan, diet ketat, gangguan makan dan gangguan mental lainnya. Masyarakat dan keluarga harus lebih berhati-hati dalam menyampaikan pendapat atau komentar, agar tidak menimbulkan penghinaan fisik bagi diri sendiri dan orang lain.

Untuk mendeskripsikan dan mengetahui penelitian ini, peneliti menggunakan teori feminisme dalam tubuh perempuan dari Moeliono yang telah

dijelaskan sebelumnya yaitu gerakan kaum perempuan yang menuntut persamaan hak antara kaum perempuan dan kaum laki-laki. Dengan metode penelitian kualitatif semi struktur sehingga dapat menjawab tujuan yang ingin peneliti capai yakni mendeskripsikan dan mengetahui kekerasan mental yang dialami remaja perempuan akibat *body shaming*. Untuk memahami skema penelitian ini maka peneliti menggambarkan kerangka pikir penelitian yang akan dijelaskan melalui bagan berikut ini.

## Bagan 2.2

### Kerangka Pikir Penelitian

