

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Tubuh ideal sering dikaitkan dengan kondisi fisik yang dimiliki oleh seseorang. Seseorang dianggap memiliki tubuh ideal ketika memiliki kondisi fisik yang baik serta menarik menurut dirinya maupun menurut pandangan orang lain. Tubuh ideal yang dimiliki oleh seseorang tersebut selanjutnya sangat mempengaruhi terhadap perilaku dalam kehidupannya sehari-hari. Tetapi, ada satu hal yang harus diingat bahwa tidak semua manusia terlahir dengan kondisi fisik yang ideal atau sama dengan manusia yang lain. Oleh karena itu, perbedaan kondisi tubuh yang dimiliki oleh setiap orang tidak seharusnya menjadi suatu permasalahan.

Di era sekarang remaja terpengaruhi oleh *pop culture* yang menetapkan standar kecantikan dan ketampanan dinilai menurut bentuk tubuh yang langsing dan ideal, wajah putih mulus jika tidak sesuai dengan penilaian ideal maka remaja itu tidak masuk standar. Ditambah dengan kebanyakan figur remaja di arus media yang membentuk pandangan masyarakat yang menerapkan standarisasi bentuk tubuh ideal semakin merajalela dengan adanya iklan-iklan pelangsing, pemutih dan lain sebagainya.

Tubuh adalah bagian utama dari penampilan fisik yang merupakan cermin diri dari seseorang. Tubuh dapat dilihat dan sangat mudah dinilai oleh diri sendiri bahkan orang lain. Bagi seorang remaja, penampilan adalah

hal yang sangat penting. Oleh sebab itu, penting baginya untuk memperlihatkan penampilan yang bisa menarik perhatian orang lain atau dengan kata lain tampil sempurna. Dengan adanya penilaian dari orang lain yang mengenai fisik terutama mengomentari atau mengejek kekurangan fisik akan menimbulkan rasa tidak percaya diri atau menyalahkan diri sendiri karena kekurangan yang ada pada dirinya. Bukti yang menunjukkan pengalaman memalukan yang terjadi menjadi identitas diri dan di jadikan sebagai kenangan traumatis terkait dengan perasaan malu di masa depan serta meningkatkan kerentanan terhadap traumatis, traumatis termasuk salah satu efek dari perlakuan *Body Shame* tersebut (Matos, 2013:78).

*Body Shame* saat ini menjadi trend dan menjadi pembahasan yang serius mengingat banyak perilaku yang di lontarkan kepada korban atau orang yang terkena perundungan mengenai anggota badannya. *Body Shame* adalah tindakan memermalukan seseorang dengan mengkritik bentuk atau ukuran tubuh, dengan kata lain *Body Shame* adalah perbuatan mencela orang lain atau diri sendiri sebab penampilan fisiknya, seperti mengejek karena kegendutan (*fat shaming*), mencelanya karena terlalu kurus (*skinny shaming*), ataupun menghina karena jelek (*ugly shaming*), dan masih banyak contoh lain lagi. Istilah *Body Shame* kadang kala digunakan untuk mencela seseorang, dan bahkan dianggap menjadi guyonan untuk bahan tertawaan bagi siswa-siswa ataupun remaja milenial sekarang ini (Serni, dkk., 2020:134).

Secara sederhana, *Body Shame* (memermalukan tubuh) dapat diartikan sebagai sikap atau perilaku yang negatif terhadap berat badan,

ukuran tubuh, dan penampilan seseorang. Istilah *Body Shame* juga merujuk pada istilah *body image*. *Body Shame* ini tentu sangat dipengaruhi oleh tingkat kepercayaan diri masing-masing orang. *Body Shame* dapat terjadi pada siapapun tanpa mengenal usia dan jenis kelamin. Tidak hanya itu, *Body Shame* dapat terjadi pada berbagai lingkungan. Mulai dari lingkungan keluarga, lingkungan sekolah sampai lingkungan kerja. Merujuk pada lingkungan sekolah khususnya menengah atas, perilaku *Body Shame* tidak seharusnya terjadi, karena antara siswa satu dengan siswa yang lain memiliki kondisi fisik yang berbeda. Perbedaan kondisi fisik tersebut seharusnya menjadi poin penting para siswa untuk saling menghargai satu sama lain. Perlu ditegaskan bahwa perkembangan fisik siswa satu dengan siswa yang lain tidaklah sama.

Berdasarkan hasil observasi dan data yang peneliti temui dilapangan pada hari rabu 19 Februari 2020 pada kelas X SMA Negeri 13 Kota Jambi terdapat siswa yang mengalami perlakuan *Body Shame* oleh temannya. Pelaku mengatakan mengatakan kepada korban tersebut “eh ada kera hitam lewat” dengan sebutan "kera hitam" yang dimaksud kan bahwa korban tersebut memiliki wajah yang seperti kera dan kulit berwarna hitam. Bentuk perlakuan *body shame* lainnya yang peneliti dapatkan adalah seperti adanya tanda lahir di wajah, jerawat sebagai bahan candaan sampai celaan, warna kulit, berat badan, tinggi badan. Perilaku *body shame* di kalangan siswa tersebut terjadi begitu saja tanpa disadari oleh siswa. Berikut data siswa/siswi

korban *body shame* pada kelas X yang saya peroleh dari Guru Bimbingan dan Konseling SMA Negeri 13 Kota Jambi :

Tabel 1 Data siswa/siswi korban *Body Shame* pada kelas X

N O	KODE RESPONDEN	KELAS	JENIS KELAMIN	KASUS
1	HS	X IPS 3	Perempuan	Wajah yang berjerawat
2	SR	X MIA 1	Perempuan	Wajah yang berjerawat
3	DR	X MIA 2	Perempuan	Wajah yang berjerawat dan berbadan pendek
4	SU	X MIA 2	Laki-laki	Badan yang terlalu tinggi
5	AZ	X IPS 2	Perempuan	<b>Badan terlalu pendek, dan gemuk</b>
6	BS	X IPS 2	Laki-laki	Berkulit hitam dan wajah di bilang mirip kera
7	TA	X IPS 2	Laki-laki	Kegendutan
8	EY	X IPS 2	Perempuan	Kegendutan dan jerawat
9	NA	X IPS 3	Perempuan	Kegendutan
10	SF	X IPS 1	Perempuan	Berkulit hitam dan kusam
11	N	X IPS 1	Perempuan	Kegendutan
12	SEH	X IPS 1	Perempuan	Berkulit hitam dan jerawat

Sumber data dari Guru Bimbingan dan Konseling

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ada orang yang melakukan tindakan *body shame* kepada seseorang karena alasan bentuk tubuh nya, fenomena ini menunjukkan adanya ketidak sinkronan perilaku manusia yang seharusnya tidak melakukan hal tersebut justru malah melakukannya tanpa tahu efek yang dapat ditimbulkan kepada orang yang terkena *body shame*.

Dari berbagai hasil wawancara pada siswa yang mengalami *Body Shame* tersebut, berdasarkan tingkat diterima perlakuan *Body Shame* yang diterima, terdapat satu siswa yang mengalami kondisi berat. Siswa tersebut yaitu **AZ**. **AZ** merupakan siswa perempuan kelas XI IPS 2, berdasarkan hasil wawancara dengan siswa tersebut, **AZ** kerap menerima perlakuan *Body Shame* dengan pemberian julukan mengenai fisiknya yang memiliki badan terlalu pendek, kulit hitam, dan jerawat. **AZ** merasa malu dengan fisik yang dimilikinya, dan memilih untuk tidak ingin berbaur dengan teman lainnya.

Berdasarkan peristiwa atau fenomena yang dialami oleh **AZ** di SMA N 13 Kota Jambi tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut tentang *Body Shame* serta dampaknya terhadap korban yang mengalami *Body Shame*. Karena belum banyak penelitian yang meneliti tentang hal ini dan juga peneliti berharap dengan adanya penelitian ini dapat membantu orang-orang dalam mengatasi *Body Shame*. Maka dari itu peneliti tertarik mengangkat judul tentang “Dampak *Body Shame* pada siswa X di SMA NEGERI 13 Kota Jambi”.

## **B. Batasan Masalah**

Adapun batasan masalah yang akan dipaparkan dalam penelitian ini adalah :

1. Dampak *Body Shame* yang dialami dilihat berdasarkan konsentrasi belajar yang dialami pada siswa X di SMA NEGERI 13 Kota Jambi.
2. Dampak *Body Shame* yang dialami dilihat berdasarkan depresi yang dialami pada siswa X di SMA NEGERI 13 Kota Jambi.
3. Dampak *Body Shame* yang dialami dilihat berdasarkan hilangnya kepercayaan diri yang dialami pada siswa X di SMA NEGERI 13 Kota Jambi.

### **C. Pertanyaan Penelitian**

Pertanyaan utama dari penelitian ini adalah: Bagaimanakah gambaran dampak *body shame* yang dialami pada siswa X di SMA Negeri 13 Kota Jambi ? Pertanyaan ini dirinci atas:

1. Bagaimanakah gambaran dampak *Body Shame* pada siswa X di SMA Negeri 13 Kota Jambi berdasarkan aspek konsentrasi belajar ?
2. Bagaimanakah gambaran dampak *Body Shame* pada siswa X di SMA Negeri 13 Kota Jambi berdasarkan aspek depresi ?
3. Bagaimanakah gambaran dampak *Body Shame* pada siswa X di SMA Negeri 13 Kota Jambi berdasarkan aspek hilangnya kepercayaan diri ?

### **D. Tujuan Penelitian**

Mengacu pada rumusan masalah diatas yang dikaji oleh peneliti maka penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengidentifikasi dampak *Body Shame* pada konsentrasi belajar.

2. Mengidentifikasi dampak *Body Shame* pada depresi.
3. Mengidentifikasi dampak *Body Shame* pada hilangnya kepercayaan diri.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat penelitian sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis
  - a. Peneliti diharapkan mampu memberikan kontribusi pemikiran pengetahuan, informasi, dan sekaligus referensi yang berupa bacaan ilmiah khususnya dalam hal identifikasi *body shame*.
  - b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pandangan bagi pembaca tentang *body shame* di kalangan siswa.
2. Manfaat Praktis
  - a. Bagi peneliti, mampu memahami kaidah yang benar dalam penelitian kualitatif khususnya dengan teknik deskriptif
  - b. Bagi peneliti selanjutnya, dapat dijadikan informasi dan acuan ilmu tentang identifikasi *body shame* karena penelitian ini masih tergolong baru.
  - c. Guru Bimbingan dan Konseling, dapat memberikan masukan bagi Guru Bimbingan dan Konseling mengenai dampak *body shame* serta dapat segera melakukan tindak lanjut mengenai kasus yang telah ada.

#### **F. Kerangka Konseptual**

Adapun kerangka konseptual pada penelitian ini adalah sebagai berikut:



