

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Berkembangnya teknologi modern yang hadir di tengah-tengah peradaban manusia memiliki dampak yang cukup berpengaruh di berbagai bidang. Perkembangan ini salah satunya dalam hal kemajuan teknologi komunikasi dan internet, hal ini berpengaruh semakin cepat manusia mendapatkan dan mengakses berbagai informasi di banyak negara di belahan dunia Indonesia termasuk negara yang jumlah penduduknya sebagian besar menggunakan media sosial.

Menurut data dari Kementerian Komunikasi dan Informatika tercatat 63 juta penduduk Indonesia yang menggunakan internet dengan rincian 95% pengguna internet dan sisanya sebagai pengguna media sosial. Banyaknya informasi dan kemudahan untuk mengaksesnya tidak jarang mempengaruhi gaya hidup serta standar yang dimiliki masyarakat Indonesia contohnya di bidang tren kecantikan (Priscilla et al., 2021).

Banyak istilah di masyarakat yang menyebutkan bahwa kecantikan fisik itu yang utama dan disebabkan oleh sudut pandang khalayak megenai sebuah definisi kecantikan Dari definisi kecantikan itu yang sedang tren timbulah standar atau patokan (Priscilla et al., 2021). Adanya pemisahan tentang patokan sebuah kecantikan dan individu yang dianggap menarik seperti kulit putih, badan langsing, postur tubuh yang tinggi, hidung mancung.

Menurut Kasiyan (2008) perempuan yang cantik tidak hanya dilihat dari wajah, tetapi juga dilihat dari kondisi kulit yang mulus serta kencang, lekukan tubuh yang menonjol, seperti dada dan pinggul, bibir, dan apapun yang berkaitan dengan organ

tubuh perempuan. Sehingga dari proporsi penampilan fisik tersebut memicu perilaku mengejek atau bullying terhadap penampilan fisik yang berkebalikan dari yang disebutkan sebelumnya.

Memiliki postur tubuh yang lebih pendek bahkan lebih tinggi, berat badan yang berlebih sehingga terlihat berisi dan besar bahkan terlalu memiliki berat badan yang kurang, serta kulit yang cenderung lebih gelap berpotensi mengalami bullying (Tri Fajariani Fauzia., 2019).

Penghinaan atau ejekan-ejekan mengenai bentuk fisik maupun penampilan ini kerap dialami oleh remaja termasuk mahasiswa (Widiasti, 2016). Menurut Widiasti (2016) remaja menjadi sasaran *body shaming* karena mengalami perubahan yang terlihat secara fisik akibat pubertas dan secara psikologis. Remaja adalah masa transisi dari anak-anak menjadi dewasa, transisi tersebut diawali pada usia 12 tahun dan berakhir pada usia awal 20 tahun (Papalia & Olds, 2014).

Di usia ini individu semakin memperhatikan penampilan dan bagaimana pandangan serta komentar orang-orang disekitarnya, khususnya teman sebaya dan lingkungan. Perilaku mengejek atau perundungan terhadap penampilan fisik seseorang lebih dikenal dengan *body shaming*. Schlorke dalam Karyanti mendefinisikan perilaku *body shaming* sebagai perkataan tidak baik dan sikap yang tidak sopan yang ditujukan terhadap penampilan dan bentuk tubuh orang lain. Perlakuan *body shaming* terjadi akibat anggapan bentuk badan yang terlihat berbeda dan penilaian akan tampilan fisik yang dianggap buruk oleh orang lain.

Selain itu istilah *body shaming* merupakan perilaku dengan memberi sebutan atau nama panggilan dengan gendut, pesek, cungkring, dan lain sebagainya yang berhubungan dengan

kondisi tubuh orang tersebut (Fauziah & Rahmiaji: 2019). Ciri-ciri dari *body shaming* yakni 1) Mengkritik pada penampilan diri sendiri dengan membandingkan dengan penampilan orang lain 2) Memberi kritikan terhadap orang lain secara langsung di depan orang tersebut 3) memberikan kritikan pada orang lain tanpa sepengetahuan orang yang bersangkutan (Vargas dalam Chairani: 2018).

Perbuatan tersebut menurut Pengamat sosial Universitas Indonesia, Devie Ramawati memiliki beberapa alasan selain adanya tren kecantikan yakni minimnya pengetahuan tentang dampak dari kalimat atau komentar tentang penampilan orang lain. Serta berlindung dengan alasan bercanda menjadi tameng untuk mengkritik dan memperolok kondisi fisik orang yang bersangkutan.

Efek yang ditimbulkan dari perilaku *body shaming* bermacam-macam menurut Marini selaku Psikologi Universitas Muhamadiyah Surabaya diantaranya adalah korban *body shaming* akan merasakan berkurangnya rasa percaya kepada dirinya sendiri, menganggap dirinya rendah dan menimbulkan gangguan mental seperti depresi dan kecemasan.

Menurut studi pendahuluan terdapat 40 responden yang berusia 17-20 tahun dan merupakan mahasiswa yang masuk pada tahun 2019 yang berasal dari universitas negri dan swasta yang berada di Bengkulu, Medan, Jakarta, Yogyakarta, dan Palembang tentang pengalaman *body* didapatkan hasil 67,5% responden pernah mendapat julukan yang tidak baik atau menyenangkan dari lingkungan dan 87,5% responden yang ingin memiliki bentuk tubuh proporsional (Resqia et al.,2021).

Menurut data dari kepolisian diperoleh 966 kasus *body shaming* yang terjadi di Indonesia sepanjang tahun 2018. Kasus itu terjadi rata-rata dialami oleh sebagian besar perempuan dibandingkan laki-laki yang diprosentasikan perempuan

sebanyak 94% kemudian laki-laki dengan angka 64% (Manan Kebenaran Ndruru et al., 2020). Dilansir dari portal berita okezone.com memberitakan ada seorang perempuan bernama Inrie hampir ingin menghilangkan nyawanya sebab mendapatkan hinaan dan cibiran mengenai bentuk fisiknya.

Breman, Lalonde & Bain dalam Priscilla menjelaskan bahwa *body shaming* memiliki efek tidak baik bagi kehidupan sehari-hari yang memicu turunnya harga diri seseorang sehingga membuat perasaan minder bila tampil di khalayak umum atau lingkungan sekitar. *Self esteem* individu akan mengalami penurunan menjadi negatif ketika memperoleh kritikan yang buruk seperti *body shaming*.

Ghufron dan Risnawati berpendapat ada beberapa penyebab yang menjadi tolak ukur tinggi dan rendahnya *self esteem* yang dialami individu, diantaranya seperti jenis kelamin, tingkat kecerdasan, keadaan fisik, lingkungan keluarga serta lingkungan sosial. Harga diri (*self esteem*) individu juga terbentuk dari kejadian yang telah dialami serta hubungan dengan lingkungan sosial mereka, yang sebelumnya dibentuk oleh kemampuan menerima pandangan, ejekan, hukuman, perintah, dan pembatasan yang berlebihan yang membuat mereka merasa tidak dihargai.

Menurut Coopersmith dalam Victoria terdapat keterkaitan antara kecantikan atau keindahan tubuh yang dimiliki seseorang, ukuran tubuh serta tinggi badan seseorang dengan *self esteem*. Penampilan fisik individu yang dikatakan menarik atau *good looking* lebih mempunyai *self esteem* yang tergolong tinggi dibandingkan seseorang yang tidak memiliki bentuk atau tinggi badan yang dianggap ideal.

Hal ini sependapat tentang adanya pengaruh body shaming dan *self esteem*, Maslow dalam Alwisol menyatakan bahwa kebutuhan akan *self esteem* dibagi menjadi 2 yaitu penghargaan dan penghargaan dari orang lain. Perempuan yang mendapatkan

komentar buruk terhadap kondisi fisiknya cenderung merasa rendah dan menilai dirinya seperti yang dipikirkan oleh orang lain tersebut. Keadaan ini bermula akibat tidak adanya pengakuan atau penghargaan yang positif dari orang lain terhadap kondisi perempuan tersebut (Cut Nurul Iflah, 2022).

*Self esteem* adalah sikap seseorang sesuai dengan persepsi masing-masing mengenai bagaimana menilai dan juga menghargai dirinya secara keseluruhan, penilaian tersebut dapat berupa sikap positif atau negatif terhadap dirinya sendiri (Priscilla et al., 2021). *Self esteem* merupakan bentukan dari hasil hubungan antara dirinya dengan linkungan sosial tempatnya berada yang meliputi penghargaan, penerimaan, dan pengertian orang lain terhadap dirinya atau sikap yang berbanding terbalik dengan itu.

Menurut Rosenberg dalam Priscilla terdapat dua aspek penting dari *self esteem*, yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri. Kedua aspek tersebut kemudian dibagi menjadi 5 indikator, yakni akademik, sosial, emosional, keluarga, dan fisik. Harga diri termasuk salah satu faktor penting yang mengontrol tingkah laku seseorang. Tiap-tiap individu menginginkan penghargaan yang baik terhadap dirinya.

Respon dan penghargaan yang baik mampu mendukung seseorang untuk menjalani hidup dengan positif serta memberikan efek kepada dirinya bahwa dirinya dihargai, bangga terhadap apapun yang dirinya miliki saat ini, menerima kekurangan dan kelebihan baik secara lahir atau batin (Ghufron & Risnawati., 2010). Selain itu menurut Ghufron dan Risnawati individu yang mendapatkan penghargaan diri yang baik akan merasa dirinya berarti atau mempunyai nilai keberartian atas keberadaannya.

Kebutuhan harga diri yang tercukupi akan menimbulkan rasa dan perilaku percaya kepada diri sendiri dan tidak putus asa

menjalani setiap tantangan kehidupan. Kualitas diri atau cara individu mengartikan keberartian dirinya terutama dalam diri mahasiswa sangat penting untuk keberlangsungan hidup serta pengembangan dirinya. Mahasiswa dengan *self esteem* yang baik mampu memberikan kontribusi yang maksimal untuk lingkungan kampus maupun untuk sekitar serta untuk dirinya sendiri.

Menurut M. Nur Gufron & Rini Risnawati harga diri berdampak pada lingkungan tergantung tinggi atau rendahnya harga diri individu tersebut. Nilai harga diri yang tinggi membawa efek positif terhadap lingkungan sekitar dan juga berlaku sebaliknya.

Pada tanggal 30 Agustus 2023 peneliti juga melakukan survey ke beberapa mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung ternyata ada 2 orang yang pernah mengalami *body shaming*, mereka menjabarkan respon yang biasa saja dan menganggap itu sebagai hal biasa lalu sisanya menanggapi itu dengan perasaan kecewa serta marah. Tidak hanya perasaan sakit hati yang menjadi dampak *body shaming* tersebut melainkan muncul rasa minder dan membandingkan kondisi fisiknya dengan orang lain.

Pengalaman *body shaming* yang dirasakan oleh individu bisa memunculkan efek buruk terhadap beberapa aspek diantaranya aspek kognitif, afektif dan psikomotorik. Korban *body shaming* menjadi berpikir jika pandangan orang lain itu benar adanya. Sedangkan aspek afektif membuat seseorang yang mengalami *body shaming* merasakan perasaan dan emosi terhadap keadaan dirinya, seperti merasa malu, takut untuk bertemu dan berkumpul dengan teman atau lingkungan sekitar, marah, muak terhadap cemoohan-cemoohan yang didapatkan. Selain itu pada aspek psikomotorik korban *body shaming* akan melakukan tindakan menghindar serta mengasingkan diri dari sekitar.

Cenderung menghentikan kontak sosial atau tidak bersosialisasi karena merasa dirinya berbeda dan hanya melakukan aktivitas bersama orang yang dianggap bisa menerima keterbatasannya. Seseorang yang pernah mendapatkan perilaku *body shaming* berupaya melakukan segala macam cara untuk bisa menyeimbangi standar yang diyakini oleh lingkungan masyarakat. Upaya ini dilakukan untuk menghindari cemoohan atau komentar negatif yang ditujukan kepada dirinya serta tidak merasa puas dengan kondisi fisiknya tersebut.

Perilaku *body shaming* yang terjadi pada mampu membuat seseorang menjadi menerima diri sendiri dengan beberapa keterbatasan fisik yang dimiliki. *Body shaming* menyebabkan berbagai macam reaksi yang diterima oleh korban seperti perasaan sakit hati hingga berujung pada masalah *self esteem*.

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu serta fenomena yang terjadi menarik peneliti untuk menggali lebih dalam bagaimana kondisi *self esteem* mahasiswa yang mengalami *body shaming* dan melakukan penelitian dengan judul “Gambaran *Self Esteem* Mahasiswa yang mengalami *body shaming* di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung”.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah dipaparkan, maka identifikasi masalah yang dijadikan bahan penelitian yakni sebagai berikut:

- 1.1.1 Perempuan sering mendapat kalimat negatif seperti ejekan serta cemoohan dari lingkungan sekitar mengenai penampilan fisiknya.
- 1.1.2 Pandangan masyarakat mengenai standar kecantikan dan tubuh ideal mempengaruhi seseorang dalam menilai diri sendiri.

1.1.3 Dibutuhkan pengetahuan mengenai dampak dan bahayanya perilaku *body shaming*.

### **1.3 Rumusan Masalah**

1. Bagaimana gambaran *body shaming* yang terjadi pada mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?
2. Bagaimana gambaran *self esteem* pada mahasiswa yang mengalami body shaming di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?

### **1.4 Tujuan Penelitian**

Dari beberapa rumusan masalah yang telah disebutkan maka yang menjadi tujuan dari penelitian ini yaitu:

1. Mengetahui gambaran *body shaming* yang terjadi pada mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung
2. Mengetahui gambaran *self esteem* pada mahasiswa yang mendapatkan perilaku body shaming di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung

### **1.5 Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian ini ada 2 yakni:

#### **1. Secara Teoritis**

Secara teoritis hasil penelitian ini memberikan manfaat sebagai:

- a. Memberikan sumbangsih keilmuan di bidang psikologi terutama mengenai *self esteem* pada mahasiswa yang mengalami *body shaming*
- b. Sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan *self esteem* pada mahasiswa yang mengalami *body shaming*

#### **2. Secara Praktis**

Secara praktis hasil penelitian ini memberikan manfaat sebagai:

- a. Bagi penulis

Penelitian ini diharapkan mampu mengembangkan kemampuan penulis dalam menghasilkan karya ilmiah serta menambah pandangan mengenai *self esteem* pada mahasiswa yang mengalami *body shaming*.

b. Bagi perempuan

Peneliti memiliki harapan bahwa adanya penelitian ini membantu menghilangkan stigma atau pandangan yang menganggap diri sendiri itu tidak baik. Mampu memberi kesadaran kepada perempuan untuk lebih menyanyangi keadaan tubuh atau penampilannya karena ini penting demi menjaga *self esteem* yang bersangkutan.

c. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan mampu memberi wawasan mengenai dampak yang tidak baik apabila standar kecantikan di masyarakat masih diberlakukan. Serta membuka pandangan mengenai untuk saling menghargai setiap keberadaan individu.