

**DAMPAK KORBAN *BODY SHAMING* PADA REMAJA
WANITA YANG MEMBATASI INTERAKSI SOSIAL DI DESA
BAGAN BATU KECAMATAN BAGAN SINEMBAH
KABUPATEN ROKAN HILIR PROVINSI RIAU**

SKRIPSI

OLEH :

SYAH INDAH ARMADANI 208530062



**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN**

2025

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 28/7/25

Access From (repository.uma.ac.id)28/7/25

**DAMPAK KORBAN *BODY SHAMING* PADA REMAJA
WANITA YANG MEMBATASI INTERAKSI SOSIAL DI DESA
BAGAN BATU KECAMATAN BAGAN SINEMBAH
KABUPATEN ROKAN HILIR PROVINSI RIAU**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana
di Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Medan Area

Oleh :

SYAH INDAH ARMADANI 208530062

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN**

2025

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 28/7/25

Access From (repository.uma.ac.id)28/7/25

HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 25 Maret 2025



Syah Indah Armadani

208530062

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Syah Indah Armadani

NPM : 208530062

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Fakultas : Ilmu Komunikasi

Jenis karya : Tugas Akhir/Skripsi/Tesis

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul : *Dampak Korban Body Shaming Yang Membatasi Interaksi Sosial di Desa Bagan Batu Kecamatan Bagan Sinembah Kabupaten Rokan Hilir Provinsi Riau*

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Medan, 22 Maret 2025

Yang menyatakan,



Syah Indah Armadani

ABSTRAK

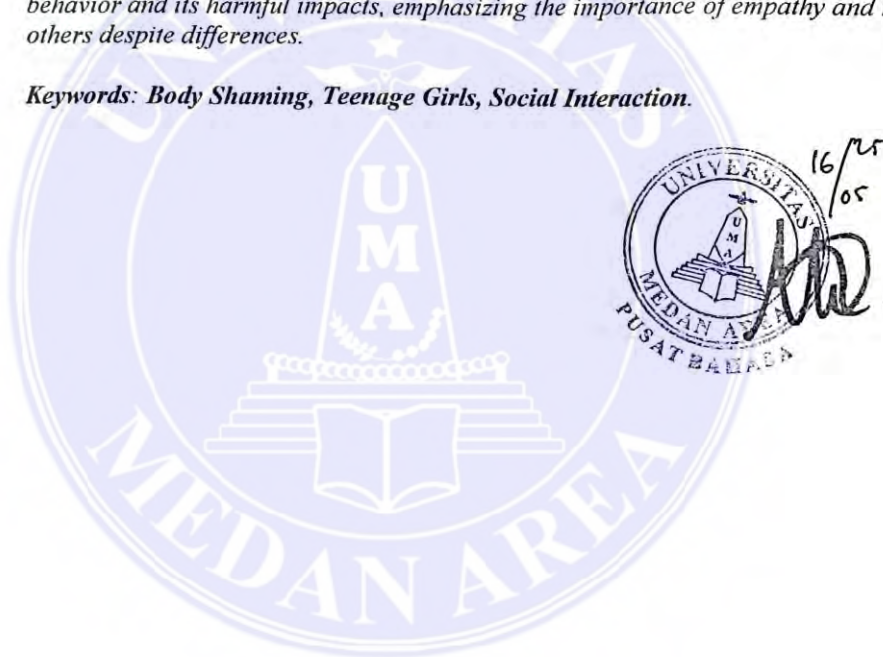
Body shaming merupakan tindakan mengkritik, mengejek, atau memberikan komentar negatif terhadap ukuran tubuh, bentuk tubuh, berat badan, atau penampilan seseorang. Ini dapat terjadi dalam berbagai bentuk, termasuk komentar langsung, pelecehan, atau tindakan halus yang dapat membuat seseorang merasa malu atau terhina terkait atribut fisik mereka. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana bentuk perlakuan *body shaming* yang dialami remaja wanita ditinjau dari komunikasi verbal dan non verbal, Untuk mengetahui apa dampak kata-kata verbal dan non verbal tentang *body shaming* terhadap remaja wanita. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dan pendekatan fenomenologi. Jumlah informan pada penelitian ini adalah 5 orang. Teori yang menjadi landasan penelitian ini adalah Teori Kecemasan Komunikasi yang diungkapkan oleh MC. Croskey dan Stigma oleh Erving Goffman. Penelitian ini menggunakan triangulasi metode yaitu untuk mengecek data melalui proses wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan remaja wanita yang menjadi korban *Body Shaming* secara verbal maupun non verbal memiliki dampak terhadap lingkungan sosialnya, dan dampak terhadap kelancaran dalam berkomunikasi. Manfaat yang didapat yaitu pengetahuan untuk semua kalangan tentang perilaku *Body Shaming* yang berdampak buruk bagi korbannya, manusia yang sebagai makhluk sosial harus menanamkan rasa kemanusiaan terhadap orang lain meskipun memiliki perbedaan.

Kata Kunci : *Body Shaming*, Remaja Wanita dan Interaksi Sosial

ABSTRACT

Body shaming is the act of criticizing, mocking, or making negative comments about someone's body size, shape, weight, or appearance. It can occur in various forms, including direct comments, harassment, or subtle actions that may make someone feel embarrassed or humiliated about their physical attributes. The purpose of this research is to investigate how body shaming is experienced by teenage girls from both verbal and non-verbal communication perspectives, and to understand the effects of verbal and non-verbal body shaming on teenage girls. This study uses a descriptive qualitative research method and a phenomenological approach. The research sample consisted of 5 first-year female students. The theoretical framework of this research was based on Communication Anxiety Theory by McCroskey and Stigma by Erving Goffman. The research employed triangulation methods to check the data through interviews, observations, and documentation. The results indicated that female teenagers who experience body shaming, both verbally and non-verbally, face social and communication challenges. The findings highlight the need to raise awareness about body shaming behavior and its harmful impacts, emphasizing the importance of empathy and respect for others despite differences.

Keywords: *Body Shaming, Teenage Girls, Social Interaction.*



RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Desa Bagan Batu, Kecamatan Bagan Sinembah, Kabupaten Rokan Hilir, Provinsi Riau, pada tanggal 22 November 2001. Penulis merupakan putri bungsu dari tiga bersaudara, anak dari Bapak Syamsuar dan Ibu Ilen Ardia. Pada tahun 2020, penulis lulus dari SMA Negeri 1 Bagan Sinembah dan pada bulan September 2020, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Program Studi Ilmu Komunikasi, Universitas Medan Area. Selama mengikuti perkuliahan, penulis tinggal di kost-kostan yang dekat dengan kampus, jauh dari orangtua. Pada tahun 2023, penulis melaksanakan Praktek Kerja Lapangan (PKL) di PDAM Tirtanadi Cabang Pemasaran Air Limbah, Jalan Rumah Sambu, Pasar Merah Barat, Kota Medan, Sumatera Utara. PKL ini berlangsung selama satu bulan, dimulai pada tanggal 1 Agustus hingga 30 Agustus 2023. Penulis melaksanakan penelitian skripsi dengan judul "Dampak Korban Body Shaming Pada Remaja Wanita yang Membatasi Interaksi Sosial di Desa Bagan Batu, Kecamatan Bagan Sinembah, Kabupaten Rokan Hilir, Provinsi Riau." Penelitian ini dimulai pada tahun 2024. Dari bulan Mei hingga Agustus 2024, penulis sempat menghentikan penelitian karena kondisi ekonomi yang tidak stabil, yang mengharuskan penulis untuk pulang ke kampung halaman. Namun, pada akhir Agustus 2024, penulis kembali melanjutkan penelitian ini hingga selesai.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrahiim,

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas Rahmat, Hidayah dan karunia- Nya kepada kita semua sehingga dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul **"Dampak Korban *Body Shaming* pada Remaja Wanita yang Membatasi Interaksi Sosial di Desa Bagan Batu Kecamatan Bagan Sinembah Kabupaten Rokan Hilir Provinsi Riau"** disusun sebagai salah satu syarat untuk skripsi pada program Strata-1 prodi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu sosial dan Politik Universitas Medan Area. Penulis memahami bahwa tanpa bantuan berbagai pihak, penyusunan proposal skripsi ini tidak akan terselesaikan. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramadan, M. eng, M.sc, selaku Rektor Universitas Medan Area.
2. Bapak Dr. Walid Musthafa Sembiring, S.Sos, M.Si selaku Dekan Universitas Medan Area
3. Bapak Dr. Taufik Walhidayat, S.Sos, M.AP selaku ketua program studi Ilmu Komunikasi Univiersitas Medan Area.
4. Ibu Dr. Effiati Juliana Hasibuan M.Si atas petunjuk, nasehat dan dorongan yang diberikan sebagai dosen pembimbing.
5. Bapak Dr. Selamat Riadi, SE, M.I. Kom atas nasehat dan bimbingan selaku sekertaris dosenpembimbing.
6. Seluruh Bapak/ Ibu Dosen Ilmu kamunikasi Universitas Medan Area yang telah memberikan arahan dan pembelajaran kepada penulis.

7. Kepada yang tercinta, tersayang, dan terkasih kedua orang tua penulis ayahanda Syamsuar dan Ibunda Ardia selalu mencurahkan cinta dan kasih sayangnya, yang telah memberikan dukungan serta do'a dan kerja keras keduanya dalam memenuhi kebutuhan selama perkuliahan dan penelitian ini berlangsung.
8. Kepada kakanda Syah Putri Ardila dan abangda Febryan Jaya yang telah memberikan, arahan dan dukungan, dalam melaksanakan penelitian ini.
9. Kepada sahabat saya yang dari awal saya datang di kota Medan selalu berteman tanpa ada keributan apapun sampai saat ini Vivit Tio Dora Siagian, terimakasih banyak sudah banyak membantu saya dalam hal apapun, semoga kebaikanmu akan dibalas yang terbaik lagi menurut Tuhan.
10. Kepada teman seperjuangan dari semester 1 sampai semester 8 Cahaya Rahmayani Nasution, serta teman-teman yang lain yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu terimakasih atas dukungan, bantuan dan doanya kepada peneliti sejauh ini, semoga hubungan pertemanan kita akan tetap terus terjalin.
11. Kepada sahabat terasayang yang dari kampung tempat tinggal penulis yang selalu memberiku support dan doa yang tulus darinya "Vega Ananta Sari", terimakasih segala dukungan, doa dan nasehat yang membangkitkan saya. Semoga doa yang terbaik juga Kembali kepadamu.

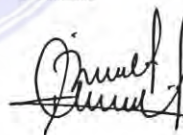
Terakhir terimakasih untuk diri sendiri Syah Indah Armadani sudah berjuang dan bertahan sejauh ini, setiap penulis tidak percaya akan dirinya namun penulis selalu mengingat bahwa setiap langkah yang penulis jalani merupakan Keputusan yang terbaik untuk diri sendiri walaupun terasa berat dan sulit. Perjalanan menuju

Impian bukanlah lomba sprint, tetapi lebih seperti marathon yang memerlukan ketekunan, kesabaran, dan tekad yang kuat. Tidak hanya itu, disaat kendala “people come and go” dan selalu disalahkan akan pilihannya sendiri dengan hal menghantui pikiran selama ini menghambat proses penyelesaian skripsi ini, terimakasih sudah dapat bertahan dan mampu menyelesaikan studi ini. Terimakasih telah memilih berusaha sampai titik ini, tetap menjadi manusia yang selalu mau berusaha dan tidak Lelah mencoba. Ini merupakan hal yang patut dirayakan untuk diri sendiri. Berbahagialah selalu apapun kekurangan dan kelebihanmu tetap berjuang untuk kedepan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak lepas dari berbagai kekurangan. Penulis menyambut baik saran dan kritik demi perbaikan dan penyempurnaan agar laporan proposal skripsi ini pada akhirnya bermanfaat bagi dunia pendidikan dan ruang lingkup serta dapat dikembangkan lebih lanjut.

Medan, 22 Maret 2024

Penulis



(Syah Indah Armadani)

DAFTAR ISI

ABSTRAK	II
ABSTRACT	III
RIWAYAT HIDUP	IV
KATA PENGANTAR	V
DAFTAR GAMBAR	XI
DAFTAR LAMPIRAN	XII
 BAB I PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Fokus Penelitian	8
1.3 Rumusan Masalah	8
1.4 Tujuan Penelitian	8
1.5 Manfaat Penelitian	9
 BAB II LANDASAN TEORI	 10
2.1. Body Shaming	10
2.1.1. Pengertian Body Shaming	10
2.1.2. Bentuk-Bentuk Body Shaming	11
2.1.3. Aspek Body Shaming	13
2.1.4. Faktor Body Shaming	15
2.1.5. Dampak Body Shaming	17
2.2. Interaksi Sosial	21
2.2.1. Definisi Interaksi Sosial	21
2.2.2. Bentuk – Bentuk Interaksi Sosial	23
2.2.3. Faktor Interaksi Sosial	25
2.3. Teori Kecemasan Komunikasi Mc.Croskey	27
2.4. Teori Stigma Erving Goffman	31
2.5. Komunikasi Verbal dan NonVerbal	34
2.5.1. Definisi Komunikasi Verbal	34
2.5.2. Definisi Komunikasi NonVerbal	36
2.5.3. Perbedaan Komunikasi Verbal dan NonVerbal	37
2.6. Hubungan Interpersonal	38
2.7. Pentingnya Harga Diri Pada Remaja	41
2.8. Penelitian Sebelumnya	45
2.6. Kerangka Berpikir	51
2.7. Tinjauan Pustaka	52
 BAB III METODE PENELITIAN	 54
3.1. Metode Penelitian	54

3.2. Lokasi Penelitian	54
3.3. Informan Penelitian	55
3.4. Teknik Penentuan Informan	55
3.5 Teknik Pengumpulan Data	55
3.6. Keabsahan Data	57
3.7. Teknik Analisis Data	58
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	60
4.1. Gambaran Umum Objek Penelitian.....	60
4.1.1. Kondisi Umum Kecamatan Bagan Sinembah.....	60
4.1.3. Jenjang Pendidikan Di Kecamatan Bagan Sinembah	62
4.1.4. Visi Dan Misi Kecamatan Bagan Sinembah.....	63
4.2. Deskripsi Singkat Profil Informan Dan Narasumber.....	64
4.3. Hasil Penelitian.....	70
4.3.1. Bentuk <i>Body Shaming</i> Pada Remaja Wanita Didesa B. Batu.....	70
4.3.2. Dampak Kata-kata Verbal dan NonVerbal Terhadap Interaksi Sosial Remaja Wanita Dengan Temannya	74
4.4. Pembahasan	84
4.4.1. Bentuk Body Shaming Pada Remaja Wanita Didesa Bagan Batu.....	84
4.4.2. Dampak Kata-kata Verbal dan NonVerbal Terhadap Interaksi Sosial Remaja Wanita Dengan Temannya	88
BAB V PENUTUP	95
5.1. Kesimpulan	95
5.2. Saran	96
DAFTAR PUSTAKA.....	97

DAFTAR GAMBAR

Kerangka Berpikir	51
Gambar 4.1 Bentuk Kaki Pengkor	65
Gambar 4.2 Informan TFZ	66
Gambar 4.3 Informan FM	67
Gambar 4.4 informan RH.....	68
Gambar 4.5 informan SA	69
Gambar 4.6 Informan AJR	70



DAFTAR LAMPIRAN

Pedoman Wawancara	102
Wawancara Informan ke 1	104
Wawancara Informan ke 2	104
Wawancara Informan ke 4	105



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada era digital terhubung secara global, remaja wanita sering kali menghadapi tekanan untuk memenuhi standar kecantikan masyarakat. Salah satu bentuk tekanan tersebut adalah *body shaming*, yaitu meremehkan atau mengkritik penampilan fisik seseorang. Selain dampak fisik, remaja wanita yang menjadi korban *body shaming* juga mempunyai dampak psikologis yang serius, yang pada akhirnya dapat membatasi interaksi sosial mereka. Perubahan bentuk tubuh remaja bisa menjadi emosional kurangnya kepercayaan diri. dengan bentuk tubuh ideal yang berkembang di tengah masyarakat saat ini menjadikan tolak ukur oleh remaja sebagai aturan saat mengevaluasi bentuk tubuh diri sendiri atau tubuh orang lain. Ketika ditemukan bentuk tubuh yang tidak ideal, remaja terbiasa untuk menilai dengan mengejek bentuk tubuh sendiri atau orang lain (*body shaming*).

Setiap negara memiliki perbedaan dalam pandangan pada standar kecantikan. Standar kecantikan di Indonesia yang merupakan negara berkembang meliputi bentuk fisik yang ideal dan adanya keseimbangan antara berat badan dan tinggi badan yang mana digambarkan dengan bentuk tubuh yang cenderung kurus, berlekuk, kuat, dan sehat sedangkan laki-laki memiliki bentuk tubuh yang berotot, ramping, dan sehat (Strandbu dan Kvalem dalam Widiasti 2016:1). Anggapan-anggapan ini yang kemudian lambat laun membentuk adanya konstruksi kecantikan di dalam masyarakat. Media massa yang memiliki pengaruh dalam mengkonstruksikan standar kecantikan pada masyarakat dapat dilihat mulai dari majalah seperti majalah femina yang menggambarkan standar kecantikan

perempuan Indonesia seperti muda, memiliki kulit yang mulus, putih, bertubuh ramping, memiliki *high fashion*, seksi, hingga memiliki *power* (Islamey, 2020 dalam Ramahardhila, 2022: 961).

Data yang ditemukan oleh peneliti (WCNC 2017 dalam Kissya, 2024: 512) bahwa kelompok remaja, terutama remaja perempuan lebih rentan mengalami *body shaming*. Hasil survey yang dilakukan di Amerika menunjukkan bahwa sebanyak 94% remaja perempuan pernah mengalami *body shaming*. Di beberapa negara, *body shaming* dianggap sebagai bentuk perundungan, diskriminasi dan pelanggaran pribadi sebab mengomentari bentuk tubuh seseorang bukanlah sesuatu yang lazim. Sepanjang tahun 2018 terdapat 966 kasus *body shaming* yang ditangani oleh pihak kepolisian dari seluruh Indonesia, sebanyak 347 kasus diselesaikan secara baik melalui penegak hukum maupun pendekatan mediasi antara korban dan pelaku (Ramahardhila, 2022: 961). *Body shaming* dapat menimbulkan dampak yang kurang baik bagi korban yang mengalami sehingga permasalahan ini perlu adanya perhatian dan tidak terabaikan secara terus menerus, mengingat era saat ini sikap saling menghargai dan menghormati dalam perbedaan di antara sesama mulai terabaikan (Rahmadhila, 2022: 962).

Data demografi menunjukkan populasi remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% populasi penduduk dunia dan lebih dari setengah remaja hidup di Asia. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) yang dipublikasikan dalam Statistik Indonesia 2023 pada Februari lalu, diketahui bahwa jumlah penduduk Indonesia saat ini mencapai 275,7 juta jiwa. Jumlah ini terdiri dari 139,3 juta orang laki-laki dan 136,3 juta orang perempuan. kelompok umur 10-20 tahun dengan total 44,25 juta orang.

Berdasarkan dari *survei* yang digelar oleh *Yahoo! Health* yang berjudul *Body Peace Resolution* dapat dilihat bahwa Perempuan lebih sering mendapat perlakuan *body shaming* daripada laki-laki. Tercatat bahwa 94% perempuan pernah mengalami tindakan *body shaming*, adapun laki-laki hanya 64% berdasarkan *survei* yang dilakukan terhadap 2000 orang dalam rentang usia 13-64 tahun ini. Di Indonesia sendiri sepanjang tahun 2018 telah tercatat sebanyak 966 kasus yang telah ditangani oleh polisi mengenai *body shaming* ataupun penghinaan bentuk fisik. Sementara itu hanya 347 kasus diantaranya memiliki status selesai, baik diselesaikan di meja hijau maupun secara kekeluargaan. (www.news.detik.com), (Kinarsih, 2022: 22).

Contohnya saja kasus yang terjadi pada artis Dian Nitami, pada tahun 2019 lalu ia mendapatkan komentar negatif mengenai hidungnya dalam foto yang diunggah ke aplikasi Instagram. Ia mengaku sakit hati dan berniat melaporkan kasus tersebut ke meja hijau. Ironisnya lagi, pelaku *body shaming* tersebut merupakan seorang perempuan. Perempuan yang seharusnya mendukung dan peduli terhadap sesama perempuan, bukannya saling menjatuhkan. (Kinarsih, 2022: 22-23).

Peneliti memilih remaja wanita sebagai subjek penelitian dikarenakan remaja wanita memiliki pribadi cenderung sensitif akan perilaku *body shaming*. Wanita dengan rentang usia 17-25 tahun, usia dimana mereka berfikir bahwa penampilan fisik itu adalah hal yang utama dalam meningkatkan kepercayaan diri. Adanya perubahan bentuk fisik yang terjadi pada remaja wanita memunculkan rasa tidak puas yang sangat besar bagi remaja wanita. Beberapa peneliti juga menambahkan bahwa penampilan fisik memiliki kaitan yang erat dengan rasa

kepercayaan diri remaja wanita. Pengaruh dari penampilan fisik kepada rasa kepercayaan diri begitu besar. (Murasmutia, 2012 dalam Kinarsi, 2022: 23).

Terdapat kasus di salah satu sekolah swasta desa Bagan Batu, salah seorang siswa telah mengalami perilaku *body shaming* oleh teman sekolah bahkan diluar lingkungan sekolah, siswa tersebut berusia +- 17 tahun. Ia sering kali mendapat perlakuan verbal maupun nonverbal, misalnya dipanggil dengan sebutan dut, atau gendut. Bahkan seringkali teman sekolah menolak untuk berteman dengannya karena bentuk fisik yang dimilikinya. Menurut penjelasannya bahwa “teman sekolahnya memilih-milih dalam pertemanan, misalnya yang cantik hanya boleh berteman dengan orang-orang yang cantik juga”. Sehingga ia pun memutuskan untuk berhenti dari sekolahnya, dan bahkan membatasi interaksi dilingkungan sekolah dan diluar sekolah. Hal ini yang membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di desa Bagan Batu, yang Berkecamatan Bagan sinembah, Kabupaten Rokan Hilir, dan berada di provinsi Riau.

Penelitian ini dilakukan di suatu desa yang bernama Bagan Batu, kecamatan Bagan Sinembah, Kabupaten Rokan Hilir, dan Provinsi Riau. Fakta telah membuktikan bahwa dilokasi penilitian masih ada remaja yang mengalami tindakan *Body Shaming*, baik itu dengan teman sebaya, lingkungan rumah, bahkan keluarga sendiri tanpa memikirkan perasaan dan dampak yang dirasakan oleh korban.

Body shaming adalah istilah yang mengacu pada kritik dan komentar negatif terhadap fisik atau bentuk tubuh orang lain (Chairani, 2018). *Body shaming* merupakan suatu peristiwa yang kerap kali dialami oleh remaja wanita dan ditandai

dengan adanya tindakan seperti memberikan perkataan atau komentar negatif mengenai kekurangan bentuk fisik yang dimiliki oleh seseorang (Ramahardhila, 2022: 961). *Body shaming* merupakan perbuatan mengkritik pada bentuk, ukuran, dan penampilan orang lain. Survey yang dilakukan di Amerika menunjukkan bahwa banyak remaja wanita pernah mengalami *body shaming*. Korban yang mendapatkan *body shaming* terkait paras wajah dan bentuk tubuhnya, akan mengalami depresi kemudian memilih untuk membatasi interaksi sosialnya, baik kepada teman seusia, lingkungan sekitar, bahkan dengan keluarga sendiri (Kissya, 2024: 511).

Body shaming dibagi menjadi dua jenis perilaku, yaitu: pertama, tindakan menggunakan jejaring sosial untuk mengirimkan pesan yang berbentuk hinaan atau mengejek tipe tubuh, wajah, warna kulit atau penampilan orang lain. Terjerat pasal 45 ayat 1 dan pasal 27 ayat 3 UU ITE dan bisa tergolong tindak pidana yang ancaman hukumannya paling lama 6 tahun. Kedua, jika secara sadar melakukan *body shaming* langsung perbuatan terhadap seseorang berdasarkan pasal 310 KUHP diancam pidana paling lama 9 bulan. Hal ini (*body shaming* yang ditujukan langsung kepada korban) dilakukan secara tertulis, dalam bentuk komunikasi melalui publikasi di jejaring sosial, berdasarkan pasal 311 KUHP, ancaman hukuman empat tahun penjara (Fauziah, 2022: 1-2).

Dari beberapa pengalaman *body shaming* yang dialami oleh remaja perempuan bahwasanya perilaku *body shaming* tersebut dikategorikan ke dalam beberapa bentuk (Tri, 2019: 4) meliputi:

1. *Fat shaming*, istilah ini digunakan ketika seseorang ada yang memberikan komentar negatif mengenai kelebihan berat badan atau dianggap badannya

terlalu gemuk.

2. *Skinny/thin Shaming*, istilah ini digunakan oleh seseorang dengan mengomentari atau mempermalukan seseorang yang memiliki tubuh terlalu kurus atau kekurangan berat badan.
3. Rambut tubuh/tubuh berbulu, bentuk *body shaming* yang dilakukan dengan merujuk pada seseorang yang dianggap memiliki kelebihan rambut atau bulu di bagian tubuh seperti lengan dan kaki karena dianggap tidak menarik untuk perempuan.
4. Warna kulit (*color skin shaming*), istilah bentuk *body shaming* ini merujuk pada dengan memberikan komentar negatif mengenai warna kulit tubuh seseorang yang dinilai terlalu pucat atau terlalu gelap (Rahmadhila, 2022: 965).
5. Perilaku *body shaming* sering di temuin bersamaan dengan sikap *bullying*, karena sikap dan prilaku *bullying* merupakan tindakan kekerasan pada hak seseorang, *body shaming* sering di gunakan sebagai bahan perlakuan intimidasi atas ketidak idealan tubuh seseorang (Fauzy: 2021: 269).

(Papalia dan Olds dalam Budiargo dalam flah, 2022: 4), masa remaja adalah masa dimana ada perubahan atau transisi dari anak-anak dan dewasa. Sejalan dengan pendapat Hurlock bahwa pada masa remaja merupakan periode peralihan, periode perubahan, sebagai usia bermasalah, masa mencari identitas, usia yang menimbulkan ketakutan, masa yang tidak realistis dan sebagai ambang dewasa. Pada usia itulah fenomena seputar gaya hidup mudah dan cepat berkembang serta banyak diikuti oleh remaja perempuan. Mereka sangat

memperhatikan perubahan pada fisiknya dan mulai memunculkan pemikiran mengenai bentuk tubuh yang dimilikinya serta bagaimana mereka menerima bentuk tubuh dengan apa adanya.

Interaksi merupakan bentuk hubungan antara dua orang atau lebih yang didasarkan pada tujuan tertentu. Jenis interaksi ini dapat berupa kegiatan kelompok yang mencerminkan harapan individu terkait perilaku dalam konteks sosial. Dalam konteks interaksi sosial, kemampuan seseorang untuk beradaptasi dengan orang lain atau sebaliknya memiliki peran signifikan. Dalam konteks perubahan, individu dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya atau sebaliknya, dapat mengubah lingkungannya sesuai dengan preferensinya (Pratiwi 2020:109).

Menurut (Walgito 2019:247 dalam N Khairunnisa 2023:28), interaksi sosial merupakan keterkaitan antara dua orang di mana satu individu dapat memberikan pengaruh terhadap individu lainnya atau sebaliknya, sehingga menciptakan hubungan yang saling menguntungkan. Sementara menurut (Gilin 2019:247 dalam N Khairunnisa 2023: 28), interaksi sosial adalah relasi sosial yang dinamis yang terjadi di antara manusia, baik itu di dalam maupun antar kelompok, serta di antara individu. Remaja wanita yang menjadi korban dari perilaku *Body Shaming* sangat besar dampaknya pada interaksi sosial, pada usia remaja, seseorang seharusnya mengembangkan pola pikirnya dengan melakukan banyak berinteraksi ke teman sebaya atau orang yang lebih dewasa, mengembangkan diri melalui pertunjukan pentas seni yang diadakan di sekolah tanpa rasa malu akan bentuk fisiknya. Seseorang yang membatasi interaksi sosialnya lebih cenderung tidak melakukan apa-apa, bahkan untuk berkomunikasi

saja korban akan merasa canggung dan merasa takut. Korban *body shaming* juga akan lebih memilih teman, karena korban tidak ingin mendapatkan tindakan *body shaming* dengan temannya sendiri, atau bahkan tidak memiliki teman untuk melindungi dirinya sendiri dari perilaku *body shaming*.

Oleh karena itu berdasarkan uraian dari latar belakang masalah diatas, penulis tertarik melakukan penelitian yang berjudul: **Dampak Korban Body Shaming Pada Remaja Wanita Yang Membatasi Interaksi Sosial di Desa Bagan Batu Kecamatan Bagan Sinembah Kabupaten Rokan Hilir Provinsi Riau.**

1.2 Fokus Penelitian

Penelitian ini memfokuskan masalah pada dampak korban *Body Shaming* pada remaja wanita yang membatasi interaksi sosial. Fokus penelitian juga berkaitan erat dengan rumusan masalah yang di uraikan oleh peneliti. Fokus penelitian juga dapat berubah dan berkembang seiring dengan perkembangan masalah penelitian yang ada dilapangan.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana bentuk perlakuan *body shaming* yang dialami remaja wanita ditinjau dari komunikasi verbal dan non verbal?
2. Apa dampak kata-kata verbal dan non verbal tentang *body shaming* terhadap Interaksi sosial remaja wanita dengan temannya?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana bentuk perlakuan *body shamin* yang dialami remaja wanita ditinjau dari komunikasi verbal dan non verbal.
2. Untuk mengetahui apa dampak kata-kata verbal dan non verbal tentang *body shaming* terhadap Interaksi sosial remaja wanita dengan dengan temannya

1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian merupakan potensi yang bisa diperoleh oleh berbagai pihak tertentu setelah penelitian selesai. Apabila dalam penelitian ini rumusan masalah dapat terpecahkan dan tujuan penelitian dapat tercapai maka manfaat penelitian ini antara lain adalah.

1. Secara Teoretis

Secara teoritis, diharapkan penelitian ini dapat memberikan sebuah ide dan ilmu baru yang berkaitan dengan Ilmu Komunikasi.

2. Secara Praktis

Secara Praktis diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan masukan pada dampak perilaku *Body Shaming* pada korban remaja Wanita yang membatasi interaksi sosial. Bagi pihak-pihak yang berkaitan dengan penelitian.

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1. Body Shaming

2.1.1. Pengertian Body Shaming

Body shaming merupakan tindakan mengkritik, mengejek, atau memberikan komentar negatif terhadap ukuran tubuh, bentuk tubuh, berat badan, atau penampilan seseorang. Ini dapat terjadi dalam berbagai bentuk, termasuk komentar langsung, pelecehan, atau tindakan halus yang dapat membuat seseorang merasa malu atau terhina terkait atribut fisik mereka. *Body shaming* bisa terjadi dalam berbagai konteks, seperti media sosial, lingkungan, sekolah, atau dalam hubungan personal.

Perilaku ini dapat memiliki konsekuensi serius terhadap kesejahteraan mental dan emosional seseorang, menyebabkan rendahnya harga diri, masalah citra tubuh, kecemasan, depresi, dan bahkan gangguan makan. Ini juga dapat memperkuat standar kecantikan yang tidak realistis dan berkontribusi pada budaya yang menstigmatkan beberapa jenis tubuh.

Body shaming merupakan suatu fenomena yang kerap kali dialami oleh remaja perempuan dan ditandai dengan adanya tindakan seperti memberikan perkataan atau komentar negatif mengenai kekurangan bentuk fisik yang dimiliki oleh seseorang (Rahmahardhila 2022: 961). Selain dengan itu, *Body Shaming* adalah istilah yang merujuk kepada kegiatan mengkritik dan mengomentari secara negatif terhadap fisik atau tubuh orang lain atau tindakan mengejek/menghina dengan mengomentari fisik (bentuk tubuh maupun ukuran tubuh) dan penampilan seseorang (Chairani 2018 dalam Fauziah 2022 :9752-9753). Salah satu dampak

yang dialami korban *Body Shaming* adalah individu yang membatasi interaksi sosial pada individu dan kelompok yang lainnya. Karena Tindakan *Body Shaming*, korban akan mengalami stres, depresi, merasa terhina bahkan bunuh diri. Maka dari itu, untuk menghindari perilaku *body shaming* korban memilih untuk membatasi interaksi sosialnya.

Berdasarkan paparan pengertian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *Body Shaming* adalah Tindakan negatif yang menilai fisik seseorang baik itu bentuk tubuh, warna kulit, dan berat badan seseorang yang memberikan dampak pada interaksi sosial korban.

2.1.2. Bentuk-Bentuk Body Shaming

Dari beberapa pengalaman *body shaming* yang dialami oleh remaja perempuan bahwasannya perilaku *body shaming* tersebut dikategorikan ke dalam beberapa bentuk meliputi:

1. *Fat shaming*, istilah ini digunakan ketika seseorang ada yang memberikan komentar negatif mengenai kelebihan berat badan atau dianggap badannya terlalu gemuk.
2. *Skinny/thin Shaming*, istilah ini digunakan oleh seseorang dengan mengomentari atau mempermalukan seseorang yang memiliki tubuh terlalu kurus atau kekurangan berat badan.
3. Rambut tubuh/tubuh berbulu, bentuk *body shaming* yang dilakukan dengan merujuk pada seseorang yang dianggap memiliki kelebihan rambut atau bulu di bagian tubuh seperti lengan dan kaki karena dianggap tidak menarik untuk perempuan.

4. Warna kulit (*color skin shaming*), istilah bentuk *body shaming* ini merujuk pada dengan memberikan komentar negatif mengenai warna kulit tubuh seseorang yang dinilai terlalu pucat atau terlalu gelap. (Fauzia, 2019 dalam Rahmadhila, 2022: 965).

(Dolezal dalam iflah 2022, 37-38), *body shaming* terdiri dari dua bentuk, yaitu:

1. *Acute body shaming*

Acute body shaming lebih berhubungan dengan aspek perilaku dari tubuh, seperti pergerakan atau tingkah laku. Istilah ini biasa dikenal dengan *embarrassment*, yaitu tipe *body shaming* yang biasanya terjadi pada persiapan yang tidak terduga atau tidak direncanakan. Jenis *body shaming* ini terjadi pada kasus seperti interaksi sosial dalam sebuah presentasi diri yang mengalami kegagapan, gagal atau tidak sesuai dengan tingkah laku yang diharapkan. Serta dapat muncul sebagai hasil dari pelanggaran perilaku, penampilan atau pertunjukkan, atau kehilangan kontrol sementara dan tidak terduga atas fungsi tubuh.

2. *Chronic body shaming*

Jenis kedua ini muncul disebabkan oleh bentuk permanen dari sebuah penampilan atau kondisi fisik, seperti berat badan, tinggi badan, dan warna kulit. Selain itu, *body shaming* ini juga dapat muncul karena stigma atau cacat seperti bekas luka atau kelumpuhan. Selain penampilan, *chronic body shaming* juga berhubungan dengan fungsi tubuh dan kecemasan yang biasa dialami seperti halnya tentang jerawat, penyakit, penuaan, dan sebagainya. *Body shaming* ini akan muncul secara berulang-ulang pada suatu kesadaran dan membawa pada gejala

psikologis terhadap korbannya.

Berdasarkan penjabaran diatas, dapat disimpulkan bahwa *body shaming* memiliki beberapa bentuk diantaranya *fat shaming*, *skinny / thin shaming*, rambut tubuh, dan warna kulit. Bentuk *body shaming* juga terlihat dari perilaku tubuh dan bentuk permanen dari sebuah penampilan atau kondisi fisik seseorang.

2.1.3. Aspek Body Shaming

Aspek dari body shame menurut (Gilbert dan Miles 2020:207 dalam N Khirunnisa, 2023: 19-20), meliputi aspek kognitif, evaluasi diri, emosional, perilaku, dan psikologis.

a) Kognitif

Aspek kognitif berkaitan dengan pendapat orang lain yang memberikan penilaian negatif atau rendah pada diri mereka sendiri. Selain itu, dia merasa orang-orang menganggapnya rendah, yang menurunkan harga dirinya.

b) Evaluasi diri

Penilaian diri internal mengacu pada citra diri yang buruk yang terbentuk melalui pemikiran kritis terhadap diri sendiri. Hal ini terjadi sebagai akibat dari penilaian diri yang rendah, yang menurunkan kepercayaan diri target dan menanamkan gagasan malu dalam pikiran mereka.

c) Emosional

Aspek emosional meliputi rasa marah, takut, cemas dan membenci diri sendiri. Hal ini terjadi sebagai akibat dari memiliki pandangan yang tidak menguntungkan tentang diri sendiri dan tidak mampu mengikuti standar yang ada dari lingkungan sekitar.

d) Perilaku

Perbuatan memalukan yang menyebabkan kecenderungan untuk menghindari situasi. Rendahnya penilaian terhadap orang-orang di sekitarnya menimbulkan perasaan tidak menyenangkan yang membuat mereka merasa terintimidasi.

e) Psikologis

Perasaan malu bisa menyesuaikan diri dengan norma sosial, perasaan malu akan membuat seseorang menjadi pendiam. Selain itu, keinginan untuk memiliki tubuh yang sesuai dengan standar lingkungan yang ideal dapat menyebabkan gangguan makan akibat body shaming.

Duarte (2018:1-2) membagi aspek-aspek body shaming ke dalam dua kategori, yakni:

a) Aspek Eksternal

Aspek luar melibatkan perasaan dan pandangan negatif terhadap citra tubuh seseorang yang dapat menjadi sasaran pemantauan negatif, seperti kritikan dan penghinaan dari orang lain. Dampaknya adalah individu cenderung menghindari interaksi sosial.

b) Aspek Internal

Aspek dalam mencakup rasa malu terhadap tubuh yang telah terinternalisasi, termasuk evaluasi negatif yang terfokus pada diri sendiri berdasarkan citra tubuh seseorang dan perilaku pengendalian terhadap citra tubuh yang dimiliki.

(Vargas, 2015 dalam Chairani, 2018: 16) Tindakan *body shaming* juga ditandai dengan beberapa aspek, yaitu:

- a. Mengkritik penampilan sendiri, melalui penilaian atau perbandingan dengan orang lain seperti
- b. Mengkritik penampilan orang lain di depan mereka.
- c. Mengkritik penampilan orang lain tanpa sepengetahuan mereka.

Dari beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek *dari body shaming* terdiri dari aspek internal dan eksternal. Selain itu, aspek tersebut meliputi kognitif sosial, evaluasi diri, emosi, dan perilaku. Serta *body shaming* juga ditandai oleh beberapa aspek, yaitu mengkritik diri sendiri, mengkritik penampilan atau fisik seseorang, dan mengkritik penampilan orang lain tanpa sepengetahuan orang tersebut.

2.1.4. Faktor Body Shaming

Ada banyak faktor yang mempengaruhi orang melakukan tindakan *body shaming*, salah satunya penilaian orang lain terhadap seorang individu yang memiliki keunikan pada dirinya. menurut (Gam 2020:3 dalam N Khairunnisa, 2023:21) faktor yang mempengaruhi *body shaming* yaitu:

1) Ukuran Tubuh

Ukuran tubuh yang berkaitan dengan standar ideal maupun citra diri pada lingkungan sekitar, dimana penentu kecantikan disesuaikan dengan standar cantik di masyarakat.

2) Kondisi Perasaan Terhadap Lingkungan Sekolah

Ketidakpekaan sosial dimana tindakan-tindakan yang mengacu pada perilaku *body shaming* ini dianggap sebagai hal yang biasa, bahkan dijadikan sebagai bahan lelucon antar sesama teman sebaya.

3) Jumlah Teman Dekat

Banyak sedikitnya jumlah teman biasanya dijadikan bahan perbandingan, sehingga individu merasa insecure atau tidak percaya diri.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi *body shaming* menurut Cash dan Pruzinsky dalam Iflah, 2022 yaitu:

a. Jenis kelamin

Ketidakpuasan terhadap tubuh dan tindakan *body shaming* lebih sering terjadi pada wanita daripada laki-laki. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Cash dan Pruzinsky yang menjelaskan bahwa sekitar 40-70% gadis remaja tidak puas dengan dua atau lebih aspek dari tubuh mereka.

b. Media massa

Media massa yang muncul dimana-mana memberikan gambaran *ideal* mengenai *figure* perempuan dan laki-laki yang dapat mempengaruhi gambaran tubuh seseorang. Media menciptakan citra tubuh yang menyebabkan sejumlah efek negatif yang membuat seseorang merasa buruk tentang tubuhnya. Standarisasi mengenai tubuh *ideal* di media juga membuat

body shaming semakin marak terjadi.

c. Hubungan interpersonal

Hubungan interpersonal cenderung akan membuat seseorang membandingkan diri dengan orang lain dan dampak yang diterima akan mempengaruhi bagaimana perasaan terhadap penampilan fisik. Hal inilah yang sering membuat orang merasa cemas dengan penampilannya dan gugup ketika orang lain melakukan evaluasi terhadap dirinya yang biasa mengarah kepada *body shaming*.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi adalah ukuran tubuh, kondisi perasaan terhadap lingkungan sekolah, jumlah teman dekat, jenis kelamin, media massa, dan hubungan interpersonal.

2.1.5. Dampak Body Shaming

Perlakuan *body shaming* tentu berakibat pada berbagai dampak bagi individu yang mengalaminya. Dampaknya meliputi gangguan psikologis, perasaan tidak aman, dan ketidaknyamanan terhadap penampilan fisik. Banyak pakar yang telah mengupas mengenai konsekuensi *body shaming* terhadap korban.

Setiap individu memiliki dampak yang berbeda saat menghadapi perlakuan *body shaming* (cahyani 2012:18-20 dalam N Khairunnisa, 2023: 24-25) dampak-dampak *body shaming* yaitu:

1. Gangguan makan

Body shaming merupakan tindakan yang berdampak negatif bagi seseorang, dan mereka yang mengalaminya sering mengalami gangguan makan.

Penyakit mental yang dikenal sebagai gangguan makan ditandai dengan pola makan yang tidak teratur dan gangguan emosional. Seseorang biasanya mengubah penampilan fisiknya dengan makan berlebihan untuk menambah berat badan atau melakukan diet untuk menurunkan berat badan. *Body shaming* cenderung memberikan dampak yang cukup besar pada perilaku makan semakin parah *body shaming* tersebut.

2. Mempengaruhi kesehatan fisik

Body shaming adalah tindakan seseorang yang menjelekkan fisik orang lain dimana sangat berpengaruh terhadap kesehatan seseorang. Karena tidak memperhatikan kesehatannya, mereka yang mengalami *body shaming* cenderung lebih mudah untuk jatuh sakit. Seseorang yang mengalami biasanya rentan terkena penyakit karena individu acuh terhadap kesehatannya.

3. Depresi

Body shaming dapat menyebabkan seseorang mengalami depresi, terutama pada remaja. Korban bisa merasa putus asa, membenci tubuhnya sendiri, bahkan sampai melukai dirinya sendiri. Depresi dapat dialami seseorang karena pemikiran negatif yang terus dialami seseorang serta ketidakpuasan terhadap penampilan fisik yang terjadi pada diri seseorang, terutama pada wanita (Damanik, 2018:20 dalam N Khairunnisa 2023:25).

(Sakinah, 2018: 62) Dampak dari *body shaming* mencakup peningkatan perasaan tidak aman dan kurang percaya diri, yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

a) Meningkatkan Perasaan Tidak Aman dan Kurang Percaya Diri

Individu yang pemalu sering mengalami perasaan tidak aman karena mereka merasa berbeda dari orang lain, yang dapat memengaruhi kepercayaan diri

mereka.

b) Mengadopsi Citra Diri Ideal

Seseorang yang pernah mengalami body shaming mungkin berupaya untuk mencapai kesempurnaan agar diterima oleh orang lain. Meskipun mungkin dianggap sebagai lelucon oleh orang lain, individu tersebut seringkali berusaha keras untuk memperlihatkan kesempurnaan di hadapan banyak orang, termasuk melalui pengikutan diet ketat, konsumsi suplemen, penggunaan susu penggemukan, dan partisipasi dalam kegiatan olahraga ekstrem.

Hubungan antara interaksi sosial dengan *body shaming* adalah remaja yang mengalami *body shaming* cenderung lebih memperhatikan penampilan fisik diri sendiri daripada berinteraksi dengan teman sebaya. *Body shaming* menyebabkan penurunan kesehatan psikis dan menurunkan keinginan berinteraksi dengan orang lain. Mengomentari (bahkan menghina) bentuk tubuh orang lain seringkali dianggap hanya sebagai hal biasa dapat berdampak pada penurunan kepercayaan diri (*lack of self confidence*), rasa tidak aman (*insecure feeling*), dan berupaya untuk menjadi ideal (*strive to be ideal*), (Rusminingsih 2020:49-50).

1. Penurunan Kepercayaan Diri (*Lack of Self Confidence*)

Penurunan kepercayaan diri, atau *lack of self-confidence*, merujuk pada kondisi di mana seseorang mengalami ketidakyakinan atau keraguan terhadap kemampuan, nilai diri, atau potensinya sendiri. Individu yang mengalami penurunan kepercayaan diri cenderung merasa tidak mampu atau kurang kompeten dalam menghadapi situasi atau tugas tertentu.

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan penurunan kepercayaan diri meliputi pengalaman kegagalan, kritik berlebihan, perbandingan diri dengan orang lain, atau pengaruh lingkungan sosial yang negatif. Penurunan kepercayaan diri dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan seseorang, termasuk hubungan sosial, kinerja di tempat kerja, dan kesejahteraan mental secara umum.

Meningkatkan kepercayaan diri melibatkan serangkaian langkah seperti mengidentifikasi dan mengatasi pikiran negatif, mengenali dan memanfaatkan kelebihan diri, menetapkan tujuan yang realistis, dan belajar dari pengalaman untuk tumbuh dan mengembangkan diri. Terkadang, dukungan dari orang-orang terdekat atau bantuan profesional juga dapat membantu individu mengatasi penurunan kepercayaan diri.

2. Rasa Tidak Aman (*Insecure Feeling*)

Rasa tidak aman, atau *insecure feeling*, merujuk pada keadaan emosional di mana seseorang merasa tidak aman atau tidak yakin mengenai dirinya sendiri, hubungan interpersonal, atau situasi tertentu. Orang yang merasakan ketidakamanan ini mungkin mengalami perasaan tidak pasti, khawatir, atau tidak memiliki keyakinan diri yang cukup.

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan rasa tidak aman meliputi pengalaman traumatis, kurangnya dukungan sosial, perasaan tidak diterima, atau ketidakpastian tentang masa depan. Rasa tidak aman dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan, termasuk hubungan interpersonal, kesejahteraan mental, dan kinerja di berbagai bidang.

Mengatasi rasa tidak aman melibatkan pengenalan dan pemahaman atas

akar penyebabnya, kemudian mengambil langkah-langkah untuk memperkuat rasa keamanan dan keyakinan diri. Ini bisa melibatkan pekerjaan pada pemahaman diri, meningkatkan keterampilan interpersonal, mencari dukungan sosial, dan mencari bantuan profesional jika diperlukan. Dalam konteks hubungan interpersonal, komunikasi terbuka dan dukungan emosional dapat membantu mengatasi perasaan tidak aman.

3. Berupaya Untuk Menjadi Ideal (*Strive to be Ideal*)

Berupaya untuk menjadi ideal merujuk pada usaha atau upaya yang dilakukan seseorang untuk mencapai standar atau gambaran yang dianggap sebagai ideal" oleh dirinya sendiri atau oleh masyarakat. Idealisme dalam konteks ini mencakup berbagai aspek kehidupan, termasuk citra diri, nilai-nilai, keterampilan, atau pencapaian tertentu. Upaya untuk menjadi ideal seringkali melibatkan refleksi diri, penentuan tujuan, dan usaha aktif untuk meningkatkan diri. Orang mungkin merasa terdorong untuk mencapai standar tertinggi yang mereka tetapkan untuk diri mereka sendiri atau mencocokkan harapan sosial yang ada. Perlu diingat bahwa definisi "ideal" dapat sangat bervariasi antar individu dan dipengaruhi oleh nilai-nilai pribadi, budaya, atau norma sosial. Oleh karena itu, upaya untuk menjadi ideal juga dapat menjadi pengalaman yang sangat individual dan kontekstual. Seseorang dapat berupaya untuk menjadi ideal dalam berbagai aspek kehidupan, seperti karier, hubungan, kesehatan fisik dan mental, atau pencapaian pribadi. Proses ini seringkali melibatkan komitmen, disiplin, dan kemauan untuk terus belajar dan berkembang.

Dari penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa dampak dari *body*

shaming terhadap korbannya adalah gangguan makan, mempengaruhi Kesehatan fisik, dan depresi. Selain itu dampak *body shaming* pada interaksi sosial yaitu penurunan kepercayaan diri (*lack of self confidence*), Rasa Tidak Aman (*Insecure Feeling*), dan Berupaya Untuk Menjadi Ideal (*Strive to be Ideal*).

2.2. Interaksi Sosial

2.2.1. Definisi Interaksi Sosial

Interaksi sosial berasal dari Bahasa latin: *Con* atau *Cum* yang berarti bersama-sama, dan *tango* berarti menyentuh, jadi pengertian secara harfiah adalah bersama-sama menyentuh. Interaksi sosial adalah proses antara individu dengan individu, individu dengan kelompok, atau kelompok dengan kelompok berhubungan satu dengan yang lain (Fahri & Qusyairi, 2019: 153).

(Nasdian, 2015:153 dalam Fahri & Qusyairi, 2019: 153), interaksi sosial merupakan suatu intensitas sosial yang mengatur bagaimana masyarakat berperilaku dan berinteraksi satu dengan yang lainnya. Interaksi sosial merupakan basis untuk menciptakan hubungan sosial yang terpola yang disebut struktur sosial. Interaksi sosial dapat pula dilihat sebagai proses sosial di mana mengorientasikan dirinya pada orang lain dan bertindak sebagai respon terhadap apa yang dikatakan dan dilakukan orang lain. (Jacky, 2015: 26-27 dalam Fahri & Qusyairi, 2019, mendefinisikan interaksi sosial sebagai bentuk tindakan yang terjadi antara dua atau lebih objek yang memiliki efek satu sama lain. Efek dua arah sangat penting dalam berinteraksi. Interaksi sosial memerlukan orientasi bersama. Memata-matai orang lain bukan merupakan bentuk interaksi sosial, karena orang yang dimata-matai tidak menyadarinya. Interaksi sosial juga diposisikan sama dengan proses sosial.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa interaksi sosial berasal dari Bahasa Latin, yaitu "*Con*" atau "*Cum*" yang berarti bersama-sama, dan "*tango*" yang berarti menyentuh. Secara harfiah, interaksi sosial dapat diartikan sebagai bersama-sama menyentuh. Proses interaksi sosial terjadi antara individu dengan individu, individu dengan kelompok, atau kelompok dengan kelompok, yang memungkinkan terjalinnya hubungan sosial yang teratur, dikenal sebagai struktur sosial. Interaksi sosial juga menciptakan intensitas sosial yang mengatur perilaku masyarakat secara keseluruhan. Proses ini melibatkan orientasi terhadap orang lain dan memberikan respon terhadap tindakan serta perkataan orang lain. Dalam konteks ini, interaksi sosial dianggap sebagai suatu bentuk tindakan yang melibatkan dua atau lebih objek dengan efek saling memengaruhi. Pentingnya adanya orientasi bersama dalam interaksi sosial ditekankan, sementara memata-matai orang lain bukanlah bentuk interaksi sosial karena pihak yang diamati tidak menyadarinya. Secara keseluruhan, interaksi sosial dapat dianggap sebagai suatu proses sosial yang memiliki peran penting dalam membentuk dan memelihara hubungan sosial dalam masyarakat.

2.2.2. Bentuk-Bentuk Interaksi Sosial

Ada beberapa bentuk jenis interaksi sosial, maka dari itu (Soekanto, 2000: 65 dalam Fahri & Qusyairi, 2019: 156) memaparkan bahwa interaksi sosial dikategorikan ke dalam bentuk kerja sama (cooperation), persaingan (competition), akomodasi (accommodation), dan pertentangan atau pertikaian (conflict). Adapun penjelasan bentuk interaksi sosial menurut Soekanto sebagai berikut:

1. Kerja sama (*cooperation*)

Kerja sama (*cooperation*) dalam konteks interaksi sosial mengacu pada tindakan saling bekerja sama antara individu atau kelompok dalam mencapai tujuan bersama atau memenuhi kebutuhan bersama. Ini melibatkan koordinasi dan kontribusi positif dari pihak-pihak yang terlibat, tanpa mengorbankan kepentingan individu sepenuhnya. Kerja sama adalah bentuk interaksi sosial yang positif dan membangun, di mana individu atau kelompok bekerja bersama untuk mencapai hasil yang menguntungkan semua pihak yang terlibat.

2. persaingan (*competition*)

Persaingan (*competition*) dalam konteks interaksi sosial merujuk pada upaya individu atau kelompok untuk mencapai tujuan atau sumber daya yang terbatas dengan mengungguli atau mengatasi pesaing-pesaingnya. Dalam situasi persaingan, terdapat elemen kompetisi dimana satu pihak berusaha untuk mencapai atau mempertahankan posisi yang lebih baik daripada pihak lainnya. Persaingan bisa terjadi dalam berbagai konteks sosial, termasuk lingkungan kerja, pendidikan, olahraga, dan kehidupan sehari-hari.

3. akomodasi (*accommodation*)

Akomodasi (*accommodation*) dalam konteks interaksi sosial merujuk pada proses atau tindakan penyesuaian individu atau kelompok terhadap perbedaan atau konflik dengan pihak lain. Ini melibatkan kemampuan untuk beradaptasi dengan kebutuhan, preferensi, atau tuntutan dari orang atau kelompok lain untuk menciptakan hubungan sosial yang lebih harmonis. Akomodasi mencakup tindakan pengorbanan atau penyesuaian agar interaksi sosial dapat berlangsung secara efektif dan damai.

Contoh situasi akomodasi dalam interaksi sosial mencakup memberikan masukan yang lebih rendah kepada teman atau rekan kerja agar menciptakan lingkungan kerja yang positif, menyesuaikan jadwal untuk memenuhi kebutuhan kelompok, atau mengubah pendekatan komunikasi agar lebih sesuai dengan preferensi orang lain. Akomodasi merupakan aspek penting dari keterampilan sosial dan dapat berkontribusi pada pembentukan hubungan yang sehat dan produktif.

4. Pertentangan atau Pertikaian (*conflict*)

Pertentangan atau pertikaian (*conflict*) dalam interaksi sosial merujuk pada situasi di mana terjadi ketidaksetujuan, perbedaan, atau ketegangan antara individu atau kelompok. Konflik dapat timbul dari perbedaan nilai, kebutuhan, tujuan, atau persepsi yang mungkin saling bertentangan. Konflik sosial bisa bersifat verbal, non-verbal, atau bahkan dapat mencapai tingkat fisik, tergantung pada tingkat ketegangan dan cara pengungkapannya.

2.2.3. Faktor Interaksi Sosial

(Sujarwanto, 2012: 62-63) Terjadinya interaksi sosial dalam sehari-hari dapat ditemukan dalam setiap pertemuan atau perjumpaan. Tempat atau wadah berbagai aktivitas sosial individu terhadap individu lain, individu terhadap kelompok atau kelompok terhadap kelompok dalam masyarakat baik aktivitas spontan maupun direncanakan dapat berfungsi sebagai saluran interaksi sosial.

Berlangsungnya suatu proses interaksi sosial didasarkan pada berbagai faktor yang ada diluar individu. (Partiwi, 2020: 10-12) Terdapat empat faktor eksternal yang mempengaruhi terjadinya interaksi sosial, yaitu: imitasi, sugesti, identifikasi, dan simpati. Pengaruh dari faktor eksternal tersebut kepada seseorang dapat berlangsung secara terpisah atau secara parsial dan berlangsung secara

bersamaan.

1. Imitasi (*Imitation*)

Imitasi berarti meniru perilaku dan tindakan orang lain. Sebagai suatu proses, imitasi dapat berarti positif apabila yang ditiru tersebut adalah perilaku individu yang baik sesuai nilai dan norma masyarakat. Akan tetapi, imitasi bisa juga berarti negatif apabila sosok individu yang ditiru adalah perilaku yang tidak baik atau menyimpang dari nilai dan norma yang berlaku di Masyarakat.

2. Sugesti (*Suggestion*)

Sugesti merupakan suatu proses dimana seorang individu menerima suatu cara pandangan, ide atau tingkahlaku dari orang lain tanpa proses berpikir kritis terlebih dahulu. Akibatnya, pihak yang dipengaruhi akan tergerak mengikuti pandangan, ide, atau perilaku tersebut dan menerimanya secara sadar atau tidak sadar tanpa berpikir panjang.

3. Identifikasi (*Identifikation*)

Identifikasi adalah kecenderungan dalam diri seseorang untuk menjadi sama dengan orang lain. Identifikasi merupakan bentuk lebih lanjut dari proses imitasi dan proses sugesti, di mana kedua proses tersebut telah memiliki pengaruh yang amat. Orang yang menjadi sasaran identifikasi dinamakan idola. Sikap, perilaku, keyakinan, dan pola hidup yang menjadi idola akan melembaga bahkan menjiwai para pelaku identifikasi, sehingga sangat berpengaruh terhadap pembentukan dan perkembangan kepribadiannya.

4. Simpati (*Sympathy*)

Simpati merupakan faktor yang sangat penting dalam proses interaksi sosial, karena menentukan terhadap proses sosial selanjutnya. Simpati merupakan suatu proses di mana seseorang merasa tertarik terhadap orang lain. Rasa tertarik tersebut didasari atau didorong oleh keinginan-keinginan untuk memahami pihak lain, mungkin memahami perasaannya atau pikirannya, sehingga ada keinginan untuk bekerja sama dengannya. Simpati muncul berdasarkan penilaian atas perasaan (emosional) terhadap orang lain dan seringkali mengabaikan pemikiran logis. Dibandingkan ketiga faktor interaksi sosial sebelumnya, yaitu: imitasi, sugesti, dan identifikasi, maka faktor simpati terjadi melalui proses yang relatif lambat. Namun demikian, simpati memiliki pengaruh yang lebih mendalam dan tahan lama. Agar simpati dapat berlangsung, diperlukan adanya saling pengertian antara kedua belah pihak. Pihak yang satu terbuka mengungkapkan pikiran ataupun isi hatinya. Sedangkan pihak yang lain mau menerimanya.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa interaksi sosial merupakan fenomena yang dapat ditemui dalam kehidupan sehari-hari, terjadi dalam setiap pertemuan atau perjumpaan antara individu atau kelompok dalam masyarakat. Tempat atau wadah berbagai aktivitas sosial dapat berfungsi sebagai saluran interaksi sosial, baik itu dalam konteks aktivitas spontan maupun yang direncanakan.

Faktor-faktor eksternal yang mempengaruhi terjadinya interaksi sosial, seperti yang dijelaskan oleh Partiwi (2020), melibatkan empat aspek utama, yaitu imitasi, sugesti, identifikasi, dan simpati.

2.3 . Teori Kecemasan Komunikasi Mc.Croskey

Teori kecemasan komunikasi membahas dampak dan pengaruh kecemasan terhadap proses komunikasi. Kecemasan dalam konteks komunikasi dapat muncul pada berbagai tingkat, baik pada pembicara maupun pendengar.

McCroskey mengklasifikasikan tingkat kecemasan komunikasi kedalam empat kategori utama:

- 1) Rendah: Individu merasa nyaman dan percaya diri dalam berkomunikasi.
- 2) Sedang: Kecemasan komunikasi muncul, tetapi masih dapat diatasi.
- 3) Tinggi: Tingkat kecemasan yang signifikan, dapat menghambat kemampuan komunikasi.
- 4) Sangat Tinggi: Kecemasan komunikasi sangat parah dan dapat menyulitkan individu untuk berkomunikasi efektif.

(McCroskey, 1984 dalam Rahani, 2020: 21), mengungkapkan bahwa kecemasan berbasis luas yang terkait dengan komunikasi lisan atau berbicara merupakan konseptualisasi asli *communication apprehension (CA)*. Banyak yang menyebut *communication apprehension* dengan istilah seperti jenis kepribadian atau tipe kepribadian tetapi konseptualisasi aslinya menjelaskan bahwa *communication apprehension* adalah sifat dan pada saat ini telah diperbaharui lagi dengan menambahkan bahwa *communication apprehension* merupakan sifat yang tergantung dari pandangan situasional yang dialami oleh individu.

a. *Trait-Like Communication Apprehension*

Istilah *trait-like* digunakan untuk menunjukkan pandangan yang mengartikan *communication apprehension* sebagai suatu sifat sejati. Sifat yang dimaksud

disini yaitu karakteristik invarian individu seperti warna mata dan tinggi badan. *Trait-like communication apprehension* dipandang sebagai orientasi tipe kepribadian yang relatif lama atau yang tertua terhadap komunikasi tertentu diberbagai konteks (Mc.Croskey, 1984 dalam Rahani,2020: 22).

b. *Generalized-Context Communication Apprehension*

Communication apprehension yang dilihat dari sudut pandang ini mewakili orientasi terhadap komunikasi dalam konteks yang dapat di generalisasikan. Tipe *communication apprehension* ini merupakan konseptualisasi yang tertua dan menggambarkan salah satu jenis yang lebih spesifik yaitu kecemasan berbicara di depan umum. Pandangan yang dikemukakan dalam tipe ini mengakui bahwa orang dapat sangat cemas ketika berkomunikasi dalam satu jenis konteks tetapi pada konteks yang lain kurang memiliki kekhawatiran atau bahkan tidak mengalaminya sama sekali. *Generalized-context communication apprehension* dipandang sebagai orientasi tipe kepribadian komunikasi yang relatif bertahan lama dan hanya terjadi pada konteks tertentu saja. (Mc.Croskey, 1984 dalam Rahani,2020:22).

c. *Person-Group Communication Apprehension*

Communication apprehension tipe ini mewakili reaksi seseorang untuk berkomunikasi dengan individu atau kelompok individu tertentu sepanjang waktu. Orang yang melihat *communication apprehension* dari sudut pandang ini menyadari bahwa beberapa individu dan kelompok dapat menyebabkan seseorang menjadi sangat cemas sementara individu atau kelompok lain dapat menghasilkan reaksi balik. Bagi beberapa orang kecemasan yang dialami lebih mungkin didorong oleh individu atau kelompok

yang dikenal, dan ada juga yang dirangsang oleh individu atau kelompok yang tidak dikenal. Tipe *communication apprehension* ini dipandang sebagai fungsi dari Rahni, 2020: 23).

d. Situasional *Communication Apprehension*

Tipe ini mewakili reaksi seseorang untuk berkomunikasi dengan individu atau kelompok individu tertentu pada waktu tertentu. Pandangan dari *communication apprehension* ini mengungkapkan bahwa individu dapat mengalami ketakutan berkomunikasi dengan seseorang atau kelompok individu tertentu pada satu waktu tetapi tidak mengalaminya pada waktu yang lain. Situasional *communication apprehension (CA)* dipandang sebagai respon terhadap kendala situasional yang dihasilkan oleh orang lain atau kelompok. Keadaan ini juga merupakan respon sebagai orientasi transitori atau orientasi yang tidak bertahan lama terhadap komunikasi dengan orang atau kelompok orang tertentu (Mc.Croskey, 1984 dalam Rahani, 2020 :23-24).

Gejala-gejala psikologis, seperti rasa takut, kebingungan, kesulitan berkonsentrasi, kekhawatiran, dan gelisah, dapat mengakibatkan manifestasi fisik seperti gemetar, berkeringat, dan peningkatan detak jantung. Pernafasan juga menjadi lebih cepat, aktivitas yang berlebihan pada sistem syaraf otonom atau tegangan otot dapat terjadi, serta gejala lain seperti jantung berdebar-debar, berkeringat, dan sakit kepala. Penanganan permasalahan kecemasan ini menjadi penting ketika sudah mencapai tingkat patologis. Sayangnya, kecemasan ini sering diabaikan, terutama dengan anggapan bahwa peserta didik tidak mengalami masalah serius. Padahal, jika

kecemasan dibiarkan tanpa penanganan yang tepat dan peserta didik tidak mampu mengatasi, dapat mengakibatkan kesulitan dalam berkomunikasi interpersonal, kesulitan mengungkapkan pendapat, dan penurunan prestasi belajar. Akibatnya, peserta didik yang mengalami kecemasan sosial cenderung berpikir bahwa evaluasi negatif terhadap dirinya, baik nyata maupun prasangka, dapat terjadi. Untuk menghindari kecemasan ini, peserta didik kemungkinan akan menciptakan perasaan aman. (Clark, 2001; Wells, dkk., 2007 dalam Swasti & Wisnu, 2013:40).

(Mc Croskey 1984: 13 dalam Aswida 2012: 2) "*Communication apprehension is an individual's level of fear or anxiety associated with either real or anticipated communication with another person or persons*". Pendapat Mc Croskey dapat disimpulkan bahwa kecemasan berkomunikasi merupakan suatu level ketakutan atau kecemasan seseorang, baik nyata maupun hanya prasangka, berkaitan dengan komunikasi dengan orang lain ataupun dengan banyak orang.

2.4 Teori Stigma Erving Goffman

Erving Goffman adalah seorang sosiolog dan penulis yang terkenal dengan kontribusinya dalam memahami interaksi sosial dan dramaturgi kehidupan sehari-hari. Salah satu konsep terkenal yang dikembangkan oleh Goffman adalah teori stigma dalam bukunya yang berjudul "Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity" yang diterbitkan pada tahun 1963: 3. Goffman mendefinisikan stigma sebagai atribut, perilaku, atau identitas yang menandakan bahwa seseorang dianggap tidak sesuai dengan norma atau ekspektasi sosial tertentu. Stigma dapat bersifat fisik, sosial, atau psikologis.

(Anis Ardianti ;2017 dalam Suhastini, 2022: 665) stigma menurut Erving Gorman adalah “tanda”, tanda yang dibuat oleh tubuh seseorang untuk ditunjukan/ menginformasikan kepada masyarakat bahwa orang yang bersangkutan mempunyai “tanda” atas ketidak wajaran dan keburukan status moral yang dimilikinya, disebut sebagai atribut yang memperburuk citra seseorang. Erving Goffman mengaitkan antara *self* dan *identity* yang dimulai dari atas diri sendiri pada konsep *self*.

a. *Self*

Goffman mendefinisikan *self* berhubungan sebagai diri individu, bagaimana individu memaknai dan memahami dirinya sendiri dan terbentuk bagaimana orang lain memandang diri kita sendiri yang terbentuk oleh proses intraksi yang dilakukan individu dalam kehidupan sosialnya.

b. *Identity*

Terbagi dalam 2 bentuk oleh Goffman, *virtual social identity* yang disebut sebagai identitas yang terbentuk berdasarkan karakter-karakter yang diasumsikan dan *actual social identity* disebut sebagai identitas yang terbentuk berdasarkan karakter- karakter yang telah terbukti.

Menurut (Erving Goffman,1963:1 dalam Fatmawati, Arifin,Suardi 2015:3) Stigma merupakan tanda-tanda yang dibuat pada tubuh seseorang untuk diperlihatkan dan menginformasikan kepada masyarakat bahwa orang-orang yang mempunyai tanda-tanda tersebut merupakan seorang buruh, kriminal, atau seorang penghianat. Tanda-tanda tersebut merupakan suatu ungkapan atas ketidak wajaran dan keburukan status moral yang dimiliki oleh seseorang. Goffman menyebutkan 3 tipe stigma yang diberikan terhadap

seseorang, yaitu:

- 1) Stigma yang berhubungan dengan kecacatan pada tubuh seseorang (cacat fisik)
- 2) Stigma yang berhubungan dengan kerusakan-kerusakan karakter individu, misal *homosexuality*.
- 3) Stigma yang berhubungan dengan ras, bangsa dan agama.

Goffman, 1963 mengemukakan bahwa individu yang mengalami stigma aktif melakukan "manajemen identitas" untuk mengelola persepsi orang lain terhadap diri mereka. Ini melibatkan upaya untuk menyembunyikan stigma, mengubah atribut yang menandakan stigma, atau mencari dukungan dan penerimaan dari kelompok yang serupa. Goffman menggambarkan bahwa stigma dapat "mencemari" atau "merusak" identitas seseorang. Individu yang mengalami stigma mungkin mengalami ketidaknyamanan dan tekanan sosial yang signifikan karena perasaan rendah diri atau penolakan dari masyarakat. Stigma dapat memiliki dampak psikologis dan sosial yang signifikan pada individu, termasuk isolasi sosial, diskriminasi, dan perubahan dalam perilaku identitas.

1) Isolasi Sosial

Stigma dapat menyebabkan isolasi sosial, di mana individu yang mengalami stigma mungkin merasa sulit untuk terlibat dalam interaksi sosial atau merasa dikeluarkan dari komunitas. Orang-orang mungkin menghindari atau mengisolasi individu yang dianggap memiliki stigma.

2) Diskriminasi dan Marginalisasi

Individu yang mengalami stigma dapat mengalami diskriminasi dan marginalisasi dalam berbagai konteks kehidupan, seperti di tempat kerja, dalam hubungan interpersonal, atau dalam akses terhadap layanan kesehatan. Mereka mungkin dihadapkan pada perlakuan tidak adil atau dikeluarkan dari kesempatan-kesempatan tertentu.

3) Perubahan Identitas dan Manajemen Identitas

Untuk mengatasi stigma, individu seringkali terlibat dalam manajemen identitas, yaitu upaya untuk menyembunyikan atau mengelola atribut yang menandakan stigma. Hal ini dapat mengakibatkan perubahan dalam cara individu mengidentifikasi diri mereka sendiri dan cara mereka berinteraksi dengan orang lain.

Teori stigma Goffman, 1963 memberikan wawasan penting tentang bagaimana masyarakat merespon dan meresahkan individu yang dianggap berbeda atau tidak sesuai dengan norma. Konsep stigma ini masih menjadi referensi penting dalam studi sosial dan psikologi tentang bagaimana stigma memengaruhi interaksi sosial dan konstruksi identitas.

2.5 Komunikasi Verbal dan NonVerbal

2.5.1. Definisi Komunikasi Verbal

Komunikasi verbal (*verbal communication*) adalah bentuk komunikasi yang disampaikan komunikator kepada komunikan dengan cara tertulis (*written*) atau lisan (*oral*) (Kusmawati, 2019: 86). Komunikasi verbal memiliki peran yang sangat besar karena ide, pemikiran, atau keputusan lebih mudah disampaikan secara verbal dibandingkan dengan nonverbal. Hal ini diharapkan dapat memudahkan

komunikasikan (baik pendengar maupun pembaca) dalam memahami pesan-pesan yang disampaikan. Contohnya, komunikasi verbal secara lisan bisa dilakukan melalui media seperti percakapan telepon. Sementara itu, komunikasi verbal secara tulisan dilakukan secara tidak langsung antara komunikator dan komunikan, menggunakan media seperti surat, lukisan, gambar, grafik, dan lain-lain.

Simbol atau pesan verbal adalah semua jenis simbol yang menggunakan satu kata atau lebih. Bahasa dapat juga dianggap sebagai sistem kode verbal (Mulyana, 2005 dalam Kusmawati, 2019: 86). Bahasa dapat diartikan sebagai sekumpulan simbol dengan aturan untuk menggabungkan simbol-simbol tersebut, yang digunakan dan dimengerti oleh suatu komunitas.

Menurut Larry L. Barker (dalam Mulyana, 2005), bahasa memiliki tiga fungsi: penamaan (naming atau labeling), interaksi, dan transmisi informasi. Penamaan atau pelabelan merujuk pada usaha mengidentifikasi objek, tindakan, atau orang dengan menyebutkan namanya sehingga dapat dirujuk dalam komunikasi. Fungsi interaksi menekankan pada berbagi gagasan dan emosi, yang dapat memicu simpati dan pengertian atau kemarahan dan kebingungan.

Adapun komunikasi verbal memiliki 2 jenis, yaitu sebagai berikut (Kusmawati, 2019: 90).

a) Berbicara dan menulis

Berbicara adalah komunikasi verbal-vokal. Sedangkan menulis adalah komunikasi verbal-nonvocal. Contoh komunikasi verbal-vokal adalah presentasi dalam rapat dan contoh komunikasi verbal-nonvocal adalah surat-menyurat bisnis.

b) Mendengarkan dan membaca

Mendengar dan mendengarkan itu kata yang mempunyai makna berbeda, mendengar berarti semata-mata memungut getaran bunyi sedangkan mendengarkan adalah mengambil makna dari apa yang didengar mendengarkan melibatkan 4 unsur, yaitu mendengar, memperhatikan, memahami, dan mengingat. Membaca adalah suatu cara untuk mendapatkan informasi dari sesuatu yang ditulis.

2.5.2. Definisi Komunikasi NonVerbal

(Kusmawati, 2019: 90-91) mendefinisikan komunikasi nonverbal adalah komunikasi yang pesannya dikemas dalam bentuk tanpa kata-kata. Dalam hidup nyata komunikasi nonverbal jauh lebih banyak dipakai daripada komunikasi verbal. Dalam berkomunikasi hampir secara otomatis komunikasi nonverbal ikut terpakai. Karena itu, komunikasi nonverbal bersifat tetap dan selalu ada. Komunikasi nonverbal lebih bersifat jujur mengungkapkan hal yang mau diungkapkan karena spontan.

Nonverbal juga bisa diartikan sebagai tindakan-tindakan manusia yang secara sengaja dikirimkan dan diinterpretasikan seperti tujuannya dan memiliki potensi akan adanya umpan balik (*feed back*) dari penerimanya. Dalam arti lain, setiap bentuk komunikasi tanpa menggunakan lambang-lambang verbal seperti kata-kata, baik dalam bentuk percakapan maupun tulisan. Komunikasi nonverbal dapat berupa lambang-lambang seperti *gesture*, warna, mimik wajah dll (Kusmawati, 2019: 91).

1. (kusmawati, 2019: 91-92) menjelaskan beberapa bentuk komunikasi nonverbal.

Bentuk komunikasi nonverbal sendiri di antaranya adalah, bahasa isyarat, ekspresi wajah, sandi, symbol-simbol, pakaian seragam, warna dan intonasi suara. Beberapa contoh komunikasi nonverbal: Sentuhan, Sentuhan dapat termasuk: bersalaman, menggenggam tangan, berciuman, sentuhan di punggung, mengelus-elus, pukulan, dan lain-lain.

2. Gerakan Tubuh, Dalam komunikasi nonverbal, kinesik atau gerakan tubuh meliputi kontak mata, ekspresi wajah, isyarat, dan sikap tubuh. Gerakan tubuh biasanya digunakan untuk menggantikan suatu kata atau frase, misalnya mengangguk untuk mengatakan ya; untuk mengilustrasikan atau menjelaskan sesuatu; menunjukkan perasaan.
3. Vokalik, Vokalik atau paralanguage adalah unsur nonverbal dalam suatu ucapan, yaitu cara berbicara. Contohnya adalah nada bicara, nada suara, keras atau lemah-nya suara, kecepatan berbicara, kualitas suara, intonasi, dan lainlain.
4. Kronemik, Kronemik adalah bidang yang mempelajari penggunaan waktu dalam komunikasi nonverbal. Penggunaan waktu dalam komunikasi nonverbal meliputi durasi yang dianggap cocok bagi suatu aktivitas, banyaknya aktivitas yang dianggap patut dilakukan dalam jangka waktu tertentu, serta ketepatan waktu (*punctuality*).

2.5.3. Perbedaan Komunikasi Verbal dan NonVerbal

Dalam pemikiran Don Stacks dan kawan-kawan, ada tiga perbedaan utama di antara keduanya yaitu kesengajaan pesan (*the intentionality of the*

message), tingkat simbolisme dalam tindakan atau pesan (*the degree of symbolism in the act or message*), dan pemrosesan mekanisme (*processing mechanism*). Kita mencoba untuk menguraikannya satu per satu (Kusmawati, 2019: 95).

- a) Kesengajaan (*intentionality*), Satu perbedaan utama antara komunikasi verbal dan nonverbal adalah persepsi mengenai niat (*intent*). Pada umumnya niat ini menjadi lebih penting ketika kita membicarakan lambang atau kode verbal. Sebuah pesan verbal adalah komunikasi kalau pesan tersebut:

1. Dikirimkan oleh sumber dengan sengaja dan
2. Diterima oleh penerima secara sengaja pula.

- b) Pemrosesan Simbolik (*Symbolic Differences*), Mehrabian menjelaskan bahwa komunikasi verbal dipandang lebih eksplisit dibanding bahasa nonverbal yang bersifat implisit. Artinya, isyarat verbal dapat didefinisikan melalui sebuah kamus yang eksplisit dan lewat aturan-aturan sintaksis (kalimat), namun hanya ada penjelasan yang samar-samar dan informal mengenai signifikansi beragam perilaku nonverbal. Mengakhiri bahasan mengenai perbedaan simbolik ini, kita mencoba untuk melihat ketidaksamaan antara tanda (*sign*) dengan lambang (simbol). Tanda adalah sebuah representasi alami dari suatu kejadian atau tindakan. Ia adalah apa yang kita lihat atau rasakan. Sedangkan lambang merupakan sesuatu yang ditempatkan pada sesuatu yang lain. Lambang merepresentasikan tanda melalui abstraksi. Contoh, tanda dari sebuah kursi adalah kursi itu sendiri, sedangkan lambang adalah bagaimana kita menjelaskan kursi tersebut melalui abstraksi.

(*Processing Mechanism*), Perbedaan ketiga antara komunikasi verbal dan nonverbal berkaitan dengan bagaimana kita memproses informasi. Semua

informasi termasuk komunikasi diproses melalui otak, kemudian otak kita menafsirkan informasi ini lewat pikiran yang berfungsi mengendalikan perilaku-perilaku fisiologis (*refleks*) dan sosiologis (perilaku yang dipelajari dan perilaku sosial).

2.6. Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal menurut (Suranto, 2011:27 dalam Andni, 2019:33) merupakan karakteristik kehidupan sosial yang mewajibkan setiap individu untuk membangun sebuah relasi dengan yang lain, sehingga akan terjalin sebuah ikatan perasaan yang bersifat timbal balik dalam suatu pola hubungan tersebut. Dalam arti luas hubungan interpersonal adalah interaksi yang dilakukan oleh seseorang kepada orang lain dalam segala situasi dan dalam semua bidang kehidupan, sehingga menimbulkan kebahagiaan dan kepuasan hati pada kedua belah pihak.

Hubungan interpersonal adalah hubungan antara dua orang atau lebih yang dapat berkisar dalam durasi dari singkat untuk bertahan. Hubungan ini mungkin didasarkan pada kesimpulan, cinta, solidaritas, interaksi bisnis biasa, atau beberapa jenis lain dari komitmen sosial. Hubungan ini juga terbentuk dalam konteks pengaruh sosial, budaya dan lainnya. Konteksnya dapat bervariasi mulai dari hubungan keluarga atau kekerabatan, persahabatan, perkawinan, hubungan dengan rekan, kerja, klub, lingkungan, dan tempat-tempat ibadah. Pada prosesnya bisa jadi mereka diatur oleh hukum, adat, atau kesepakatan bersama, dan merupakan dasar dari kelompok-kelompok sosial dan masyarakat secara keseluruhan (Rahmawati, 2019: 697).

Studi tentang hubungan interpersonal melibatkan beberapa cabang ilmu-

ilmu sosial, termasuk disiplin ilmu seperti sosiologi, psikologi, antropologi, dan pekerjaan sosial. Penelitian ilmiah tentang hubungan berkembang selama 1990-an dan datang untuk disebut sebagai 'ilmu hubungan', yang membedakan dirinya dari bukti yang bersifat anekdot atau pseudo-ahli dengan mendasarkan kesimpulan pada data dan analisis obyektif. Hubungan interpersonal juga subjek dalam sosiologi matematika, (Rahmawati, 2019: 697-698).

Hubungan interpersonal adalah sistem dinamis yang berubah terus menerus selama keberadaan mereka. Seperti organisme hidup, hubungan memiliki awal, umur, dan akhir. Mereka cenderung untuk tumbuh dan meningkatkan secara bertahap, sebagai orang-orang saling mengenal satu sama lain dan menjadi lebih dekat secara emosional, atau mereka secara bertahap memburuk seperti orang menjauh, melanjutkan kehidupan mereka dan membentuk hubungan baru dengan orang lain. Salah satu model yang paling berpengaruh dalam perkembangan hubungan diusulkan oleh psikolog George Levinger. Model ini diformulasikan untuk menggambarkan heteroseksual, hubungan romantis dewasa, tetapi telah diterapkan untuk jenis lain dari hubungan interpersonal juga (Rahmawati, 2019: 698). Menurut model perkembangan alami dari hubungan interpersonal berikut ini ada lima tahap yakni:

1. *Acquaintance*/ Perkenalan

Menjadi berkenalan tergantung pada hubungan sebelumnya, kedekatan fisik, kesan pertama, dan berbagai faktor lainnya. Jika dua orang mulai saling menyukai, interaksi lanjutan dapat menyebabkan tahap berikutnya, tapi perkenalan dapat dilanjutkan tanpa batas.

2. *Buildup/* Membangun

Selama tahap ini, orang mulai percaya dan peduli satu sama lain. Kebutuhan akan keintiman, kompatibilitas, dan agen filtering seperti latar belakang dan tujuan bersama akan mempengaruhi apakah atau tidak interaksi berlanjut.

3. *Continuation/* Kelanjutan

Tahap ini mengikuti komitmen bersama untuk persahabatan jangka panjang, hubungan romantis, atau pernikahan. Ini umumnya merupakan periode, panjang relatif stabil. Namun demikian, pertumbuhan dan perkembangan akan terjadi selama waktu ini. Saling percaya adalah penting untuk mempertahankan hubungan.

4. *Deterioration/* Penurunan

Tidak semua hubungan memburuk, tetapi mereka yang cenderung menunjukkan tanda-tanda masalah. Kebosanan, kebencian, dan ketidakpuasan dapat terjadi, dan individu dapat berkomunikasi lebih sedikit dan menghindari pengungkapan diri. Kehilangan kepercayaan dan pengkhianatan dapat terjadi sebagai spiral terus, akhirnya mengakhiri hubungan. (Bergantian, para peserta dapat menemukan beberapa cara untuk menyelesaikan masalah dan membangun kembali kepercayaan).

5. *Termination /* Penghentian

Tahap akhir menandai akhir dari hubungan, baik dengan kematian dalam kasus hubungan yang sehat, atau dengan pemisahan.

2.7. Pentingnya Harga Diri Pada Remaja

Harga diri adalah persepsi seseorang tentang bagaimana seorang individu memandang dirinya sendiri, penilaian seseorang terhadap dirinya bisa positif atau negatif. Hal ini dipengaruhi oleh pengalaman hidup, salah satunya yang dapat mempengaruhi harga diri adalah perilaku *body shaming* (Angelina et al, 2021 dalam Derang, 2023: 2849).

Harga diri merupakan evaluasi individu terhadap dirinya sendiri secara positif atau negatif. Individu yang memiliki harga diri tinggi cenderung penuh keyakinan, mempunyai kompetensi dan sanggup mengatasi masalah-masalah kehidupan. Sebaliknya individu yang memiliki harga diri rendah sering menunjukkan perilaku yang kurang aktif, tidak percaya diri dan tidak mampu mengekspresikan diri. Seseorang dengan harga diri rendah akan memandang dirinya sebagai orang yang tidak berguna baik dari segi akademik, interaksi sosial, keluarga dan keadaan fisiknya (Husnaniyah, 2017).

Harga diri sering diukur dalam suatu rentang dari negatif ke positif atau dari rendah ke tinggi. Harga diri yang positif (tinggi) menghasilkan individu yang percaya diri dan mampu membuat keputusan sendiri tanpa terpengaruh oleh lingkungan sekitar. Sebaliknya, harga diri yang negatif (rendah) menyebabkan kurangnya kepercayaan diri, kecenderungan untuk mengikuti tekanan dan keinginan dari lingkungan serta teman sebaya.

Adapun aspek-aspek harga diri menurut Coopersmith yaitu kemampuan untuk dapat mengatur dan mengendalikan tingkah laku diri sendiri dan orang lain (kekuasaan), perhatian dan afeksi yang diterima individu dari orang lain (keberartian), ketaatan mengikuti kode moral, etika dan prinsip-prinsip

keagamaan yang ditandai oleh ketaatan untuk menjauhi tingkah laku yang dilarang (kebajikan) dan sukses memenuhi tuntutan prestasi yang ditandai oleh keberhasilan individu dalam mengerjakan berbagai tugas atau pekerjaan dengan baik (kemampuan).

- 1) Keberartian (*Significance*): Ini mencakup perasaan individu mengenai seberapa penting dirinya di mata orang lain. Jika seseorang merasa dihargai dan diperhatikan oleh orang-orang di sekitarnya, harga dirinya cenderung lebih tinggi.
- 2) Kompetensi (*Competence*): Ini merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuan mereka untuk berhasil dalam tugas atau aktivitas tertentu. Seseorang dengan tingkat kompetensi yang tinggi akan merasa mampu dan efektif dalam menyelesaikan pekerjaan atau tantangan yang dihadapi.
- 3) Kekuatan (*Power*): Ini melibatkan perasaan memiliki kontrol atas situasi dan keputusan dalam hidupnya. Ketika seseorang merasa memiliki kendali dan pengaruh atas apa yang terjadi pada dirinya, harga dirinya akan meningkat.
- 4) Kebajikan (*Virtue*): Ini berkaitan dengan perasaan seseorang mengenai seberapa baik mereka mematuhi standar moral dan etika yang mereka anggap penting. Perasaan menjadi orang yang baik dan bermoral tinggi dapat meningkatkan harga diri.

Sedangkan menurut Felker ada tiga aspek harga diri (Nofitriani, 2020 dalam Derang, 2023: 2849) yaitu perasaan diterima (*feeling of belonging*), perasaan mampu (*feeling of competence*) dan perasaan berharga (*feeling of worth*).

- 1) *Self-worth* (Nilai Diri): Ini mengacu pada sejauh mana seseorang merasa berharga dan layak sebagai individu. *Self-worth* mencakup perasaan bahwa diri sendiri memiliki nilai dan penting dalam konteks sosial dan pribadi.
 - 2) *Self-competence* (Kompetensi Diri): Aspek ini berkaitan dengan keyakinan individu terhadap kemampuan mereka dalam mencapai tujuan dan menghadapi tantangan. Seseorang dengan *self-competence* yang tinggi percaya bahwa mereka mampu melakukan tugas-tugas tertentu dengan baik dan efektif.
 - 3) *Self-acceptance* (Penerimaan Diri): Ini melibatkan sejauh mana seseorang menerima dirinya sendiri, termasuk kelemahan dan kekurangan mereka. *Self-acceptance* mencerminkan kemampuan individu untuk menerima diri mereka apa adanya tanpa terlalu keras mengkritik atau menyalahkan diri sendiri. Faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri menurut (Dedeh, 2017 dalam Dareng, 2023: 2849) yaitu jenis kelamin, sosial ekonomi, usia, lingkungan keluarga, kondisi fisik, psikologis dan lingkungan sosial. Faktor lain menurut Stuart yang mempengaruhi harga diri adalah faktor individu, faktor orangtua, faktor sosial dan faktor peran pengganti.
- 1) Jenis Kelamin : Perbedaan gender dapat mempengaruhi cara individu menilai diri mereka sendiri.
 - 2) Sosial Ekonomi : Tingkat ekonomi seseorang dapat mempengaruhi persepsi diri dan nilai diri.
 - 3) Usia: Perkembangan harga diri dapat bervariasi pada berbagai tahap kehidupan.
 - 4) Lingkungan Keluarga: Dukungan, interaksi, dan dinamika dalam keluarga berperan penting dalam membentuk harga diri.

- 5) Kondisi Fisik: Penampilan fisik dan kesehatan mempengaruhi bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri.
- 6) Kondisi Psikologis: Kesehatan mental dan emosional juga sangat berpengaruh pada harga diri.
- 7) Lingkungan Sosial: Hubungan dengan teman, rekan kerja, dan masyarakat luas dapat mempengaruhi rasa nilai diri seseorang.

Selain itu, Stuart mengidentifikasi beberapa faktor tambahan yang mempengaruhi harga diri, yaitu:

- 1) Faktor Individu: Karakteristik pribadi seperti kepribadian, bakat, dan pengalaman.
- 2) Faktor Orangtua: Pengasuhan, dukungan, dan hubungan dengan orangtua.
- 3) Faktor Sosial: Interaksi dan hubungan dalam konteks sosial yang lebih luas.
- 4) Faktor Peran Pengganti: Pengaruh dari figur pengganti seperti guru, mentor, atau model peran lainnya yang berpengaruh dalam kehidupan individu.

2.8. Penelitian Sebelumnya

Berikut ini dapat disajikan beberapa penelitian sebelumnya yang mempunyai relevansi dengan penelitian yang dilakukan sebagai berikut:

Tabel Penelitian terdahulu

No	Nama dan Tahun	Judul Penelitian	Hasil	perbedaan
1.	Rahmadhila & Supriyono, 2022	Dampak <i>Body Shaming</i> pada Citra Diri Remaja Akhir Perempuan	Dari hasil data Wawancara yang dilakukan kepada 3 teman sebaya dari remaja, upaya yang biasanya mereka lakukan ketika melihat dan bercerita bahwa temannya mendapatkan perlakuan <i>body Shaming</i> dengan memberikan nasihat, motivasi dan juga semangat untuk tidak perlu mempedulikan perkataan orang lain atas keadaan dirinya serta menyarankan untuk lebih. Mengembangkan aspek lain dari dirinya agar bisa menjadi nilai lebih atas dirinya.	Penelitian tersebut, berfokus pada dampak <i>body Shaming</i> pada Citra diri seorang remaja Perempuan, sementara penelitian ini berfokus pada dampak <i>body shaming</i> terhadap interaksi sosial seorang remaja Wanita.
2.	Iflah, 2022	Gambaran <i>Self Esteem</i> pada Perempuan	Hasil wawancara yang diperoleh maka dapat	Penelitian tersebut berfokus pada

		Korban <i>Body Shaming</i> (Studi di Sungai Pauh, Kecamatan Langsa Barat Kota Langsa)	Disimpulkan bahwa kelima informan yaitu YD, EC, FF, SM, dan CA memiliki pengalaman <i>body shaming</i> berbeda-beda yang didapat dan dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya, baik dari teman sebaya, keluarga, maupun tetangga. Mereka memiliki pengalaman malu terhadap bentuk tubuhnya akibat perlakuan <i>body shaming</i>. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh informan YD, EC, dan CA yang merasa malu dengan perkataan orang sekitar namun tetap bisa mengapresiasi bentuk tubuh yang dimiliki. Berbeda dengan informan FF dan SM yang merasa malu sekaligus tidak bisa mengontrol diri dan mengapresiasi bentuk tubuh yang dimiliki. Mereka menganggap tubuhnya tidak sempurna dan tidak ada bagian tubuh lain yang menarik yang bisa diapresiasi.	gambaran menghargai diri sendiri dikalangan remaja wanita yang menjadi korban <i>Body Shaming</i>. Sementara penelitian ini Berfokus pada Remaja wanita yang menjadi korban <i>body shaming</i> berdampak pada membatsi interaksi sosial.
3.	Khairunnisa, 2023	Pengaruh <i>Body Shaming</i> Dan	Remaja memiliki intensitas interaksi	Penelitian ini berfokus pada

		Intensitas Interaksi Teman Sebaya terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri Di Kecamatan Paninggaran Kabupaten Pekalongan	terhadap teman sebaya pada kategori rendah, 143 tergolong pada kategori sedang, dan 53 siswa memiliki intensitas interaksi terhadap teman sebaya pada kategori tinggi.	pengaruh perilaku <i>body shaming</i> dan intensitas teman sebaya terhadap kepercayaan diri dikalangan remaja putri, sementara penelitian ini berfokus pada dampak perilaku <i>body shaming</i> terhadap interaksi sosial pada korban remaja wanita.
4.	Fauzia & Rahmiaji, 2019	Memahami Pengalaman <i>Body Shaming</i> Pada Remaja Perempuan	<i>Body shaming</i> dialami oleh hampir semua perempuan, terutama pada perempuan yang dianggap berbeda dan atau tidak normal secara ideal. <i>Body shaming</i> banyak menimpa perempuani usia remaja atau usia- usia sekolah menengah seperti SMP atau SMA dan berasal dari lingkungan terdekat yaitu teman sekolah, namun tidak jarang juga dari tetangga atau bahkan saudara.	Penelitian tersebut berfokus pada pengalaman seorang remaja perempuan pada tindakan <i>body shaming</i> , sementara penelitian ini, berfokus pada korban <i>body shaming</i> pada kalangan remaja wanita yang membatasi interaksi sosial.
5.	usminingsih dkk, 2020	Hubungan <i>Body Shaming</i> Dengan Interaksi Sosial Pada Remaja	Penelitian ini rata- rata tinggi badan responden adalah 154 cm dan rata-rata berat	penelitian tersebut berfokus pada hubungan korban <i>body</i>

		Perempuan DI SMK Muhammadiyah 2 Klaten Utara	badan responden adalah 54 kg, dengan rerata Indeks Massa Tubuh 22,7 kg dan termasuk dalam kategori berat badan normal. Meskipun rerata IMT remaja dalam penelitian ini termasuk dalam kategori normal akan tetapi beberapa remaja memiliki BB berlebihan, dengan BB maksimal 70 kg. Remaja usia 15 sampai 18 tahun dengan IMT >23 mengalami body shaming²⁶. Sebagian besar remaja merasa bentuk tubuh yang dimiliki belum ideal karena tidak seimbang dan proporsional¹². <i>Body Shaming</i> merupakan tindakan mengomentari penampilan fisik yang dilakukan oleh diri sendiri, teman, maupun orang lain, disebabkan oleh tidak adanya ketidaksesuaian antara penampilan fisik dengan standar ideal yang ditetapkan oleh individu itu sendiri, sehingga menyebabkan timbulnya rasa malu.	<i>Shaming</i> di kalangan remaja wanita dengan interaksi sosial, penelitian tersebut meneliti siswi di SMK Muhammadiyah 2 Klaten Utara, sementara penelitian ini berfokus pada dampak dari korban perilaku <i>body shaming</i> yang membatasi interaksi sosial di kalangan remaja wanita. Penelitian ini meneliti korban tindakan perilaku yang telah membatasi interaksi sosialnya.
6.	ari, 2020	Hubungan <i>Body Shaming</i> Dengan	penelitian ini rata-rata tinggi badan	Penelitian tersebut berfokus pada

		Interaksi Sosial Teman Sebaya Di SMKN 7 Tangerang Selatan	responden adalah 154 cm dan rata-rata berat badan responden adalah 54 kg, dengan rerata Indeks Massa Tubuh 22,7 kg dan termasuk dalam kategori berat badan normal. Meskipun rerata IMT remaja dalam penelitian ini termasuk dalam kategori normal akan tetapi beberapa remaja memiliki BB berlebihan, dengan BB maksimal 70 kg. Remaja usia 15 sampai 18 tahun dengan IMT >23 mengalami body shaming²⁶. Sebagian besar remaja merasa bentuk tubuh yang dimiliki belum ideal karena tidak seimbang dan proporsional¹². <i>Body Shaming</i> merupakan tindakan mengomentari penampilan fisik yang dilakukan oleh diri sendiri, teman, maupun orang lain, disebabkan oleh tidak adanya ketidaksesuaian antara penampilan fisik dengan standar ideal yang ditetapkan oleh individu itu sendiri, sehingga menyebabkan timbulnya rasa malu	hubungan korban <i>body shaming</i> dengan interaksi sosial teman sebaya, penelitian tersebut meneliti siswi di SMKN 7 Tangerang Selatan, sementara penelitian ini berfokus pada dampak dari korban perilaku <i>body shaming</i> yang membatasi interaksi sosial dikalangan remaja wanita. Penelitian ini meneliti korban tindakan perilaku yang telah membatasi interaksi sosialnya.
--	--	--	--	--

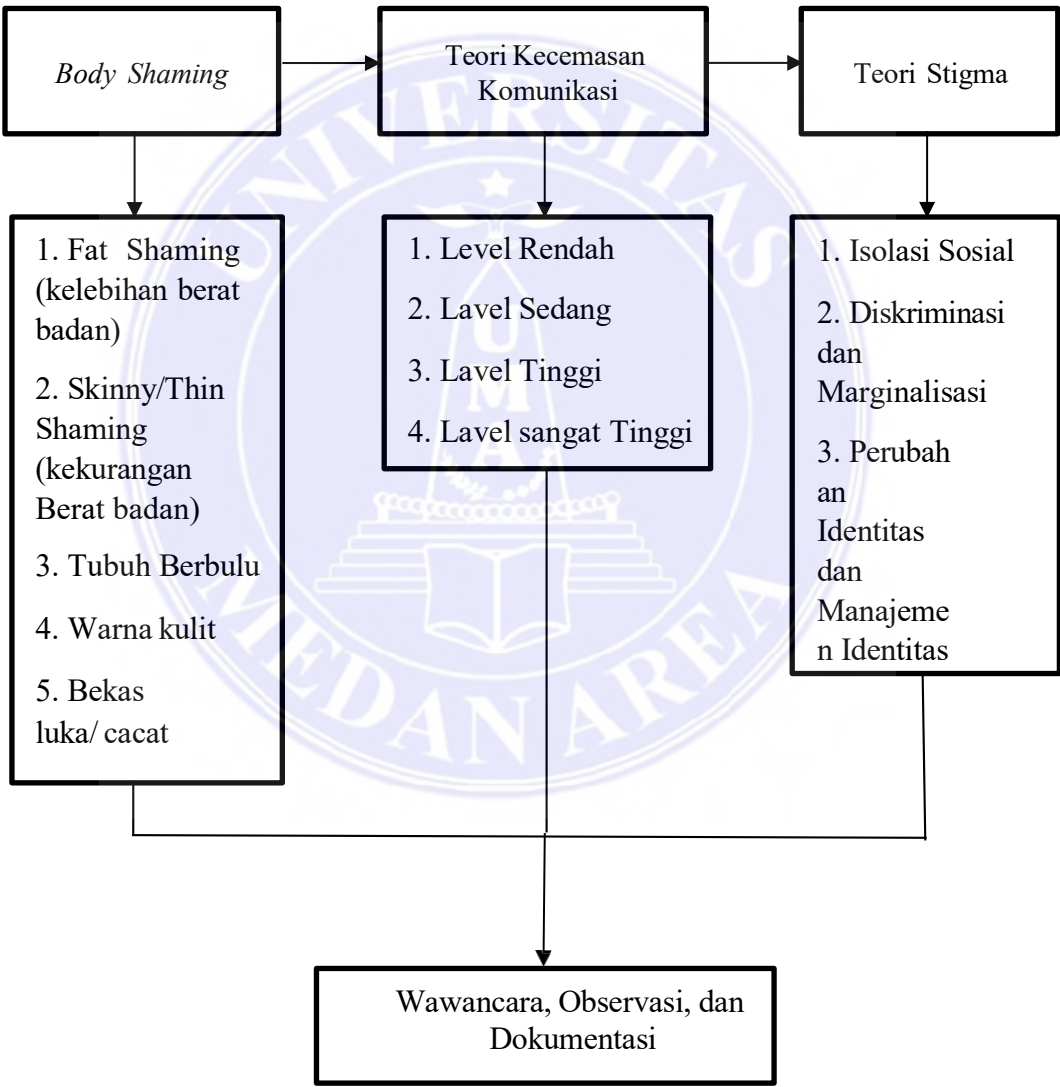
7.	Kinarsih dkk 2022	Analisis Interaksi Simbolik <i>Body Shaming</i> Sesama Perempuan (Studi Pada Mahasiswi Ilmu Komunikasi Universitas Bengkulu)	berdasarkan respons informan yang menganggap tidakmada perubahan dalam kehidupan sosial mereka, bisa dikatakan bahwa merekamenganggap pemikiran orang –orang atau perempuan yang bisa dengan santainya mengomentari bentuk tubuh perempuan lain terjadi karena sudah menjadi kebiasaan dari dulu dimana standar kecantikan pada zaman kolonial yang menganggap bahwa perempuan golongan atas yang tidak perlu bersusah payah bekerja dibawah terik matahari, dengan begitu melanin yang diproduksi kulit mereka pun sedikit atau dengan lain kata putih. Konsep standar kecantikan yang tidak beragam seperti ini pun bisa lolos dan masih hinggap di pemikiran beberapa orang.	penelitian tersebut berfokus pada interaksi simbolik <i>body shaming</i> sesama perempuan, penelitian tersebut dilakukan pada mahasiswi ilmu komunikasi Universitas Bengkulu, sementara penelitian ini berfokus pada dampak korban <i>body shaming</i> terhadap interaksi sosial, dan penelitian ini meneliti korban yang telah membatasi interaksi sosial.
----	-------------------	--	---	---

2.6. Kerangka Berpikir

Kerangka pemikiran adalah landasan teoretis yang digunakan untuk memahami dan menjelaskan fenomena yang sedang diteliti. Ini membantu peneliti mengatur dan mengaitkan berbagai konsep dan teori yang berhuungan dengan masalah penelitian.

Gambar 2.1 Skema Kerangka Berpikir

Sumber: Penulis, 2024



Penelitian ini membahas penarikan diri seorang remaja wanita setelah mengalami perilaku body shaming melalui teori yang telah di paparkan yaitu kecemasan dalam berkomunikasi, dan stigma yang muncul dalam diri seseorang.

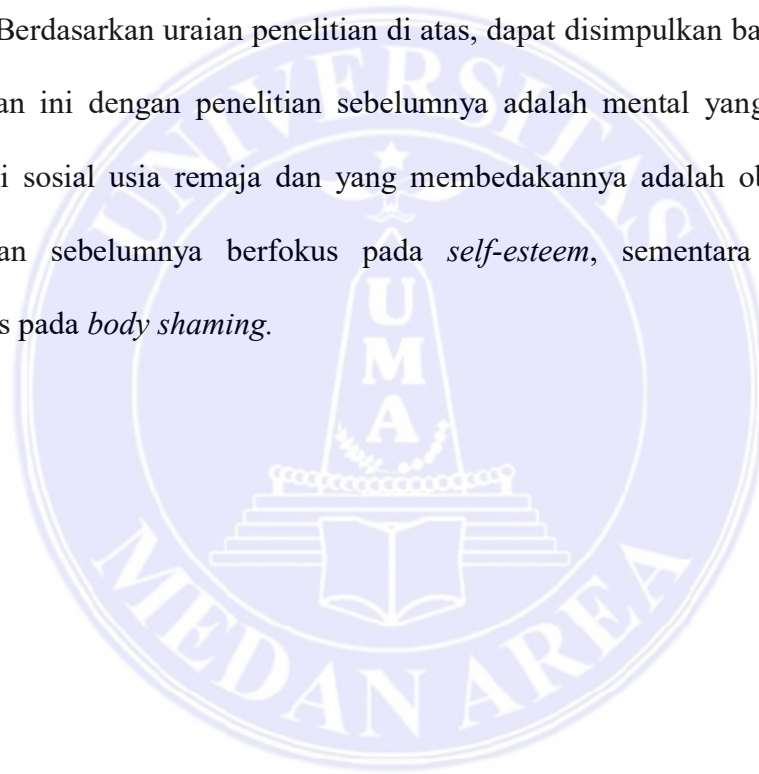
2.7. Tinjauan Pustaka

Penelitian yang dilakukan oleh Angelina (2021) yang berjudul *Gambaran Self- Esteem Remaja Perempuan yang Merasa Imperfect Akibat Body Shaming* hasil penelitian memaparkan akibat adanya *body shaming* ini berdampak pada bagaimana penggambaran *self-esteem* atau penilaian diri yang negatif pada diri remaja sebab adanya penilaian buruk yang harus diterima atas dirinya mempengaruhi pada kondisi mental korban merasa mudah stress dan sulit untuk menerima keadaan dirinya sehingga mendorong dirinya untuk membatasi berinteraksi sosial serta merubah pola pikirnya untuk mengikuti standar yang ditetapkan pada lingkungannya.

Dari penelitian Fauzia (2019) masa remaja dimulai sekitar usia 10-13 tahun dan berakhir sekitar usia 18-22 tahun. Orang yang tergolong remaja akhir cenderung berada dalam keadaan ketidakstabilan dan emosi karena mengalami banyak perubahan yang terjadi secara cepat, antara lain perubahan hormonal, fisik, psikologis, dan sosial. Remaja cenderung lebih fokus pada perubahan bentuk dan ukuran tubuh serta pengaruh teman sebaya yang kuat. Tahap akhir masa remaja ditandai dengan persiapan akhir untuk memasuki peran dewasa, keinginan yang lebih kuat untuk diterima dalam kelompok tertentu dan oleh orang dewasa. Hal inilah yang mempengaruhi harga diri para remaja jika aktualisasi dirinya tidak tercapai.

Dikutip dari Jurnal keperawatan, Kissya (2024) masa remaja adalah masa perubahan dari masa anak-anak menjadi dewasa dimana terjadi perubahan secara fisik maupun secara psikologis. Perubahan psikologis di kalangan remaja, tidak sedikit yang kemudian memunculkan tindak perundungan bagi remaja yang tidak mengikuti atau dianggap masyarakat tidak sesuai dengan tren. Tindakan perundungan yang terjadi dalam hal ini terkait dengan tampilan fisik seseorang atau lebih dikenal dengan istilah *body shaming* (Fauzia, 2019).

Berdasarkan uraian penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah mental yang memengaruhi interaksi sosial usia remaja dan yang membedakannya adalah objek penelitian. Penelitian sebelumnya berfokus pada *self-esteem*, sementara penelitian ini berfokus pada *body shaming*.



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dan pendekatan fenomenologi. Dimana fenomenologi menggunakan pengalaman langsung sebagai cara untuk memahami dunia. Seseorang mengetahui pengalaman atau peristiwa dengan cara mengujinya secara sadar melalui perasaan dan persepsi yang dimiliki orang bersangkutan. Fenomenologi menjadikan pengalaman sebenarnya sebagai data utama dalam memahami realitas. Teori-teori dalam tradisi fenomenologis berasumsi bahwa orang-orang secara aktif menginterpretasi pengalaman-pengalamannya dan mencoba memahami dunia dengan pengalaman pribadinya (Fauzia, 2019: 6).

Penelitian kualitatif melibatkan langkah reduksi yang melibatkan hasil wawancara, observasi, atau sejumlah dokumen. Informasi yang dihasilkan dari langkah ini berupa kata-kata dan gambar, bukan sekadar angka-angka (Danim, 2002:51).

Dalam konteks ini, peneliti berupaya menjelaskan mengenai dampak korban *body shaming* pada remaja wanita yang membatasi interaksi sosial, yang kemudian akan diungkapkan berdasarkan sudut pandang, fenomena, dan fakta-fakta yang terkait.

3.2. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian adalah yang akan dijadikan tempat penelitian yaitu berada di desa Bagan Batu, kecamatan Bagan Sinembah, Kabupaten Rokan Hilir, Dan provinsi Riau. Peneliti memilih lokasi ini dikarenakan di tempat ini masih banyak

orang-orang yang mengalami *body shaming* dan menarik diri dari pergaulan temannya.

3.3. Informan Penelitian

Informan pada penelitian ini bertuju pada remaja wanita yang mengalami perilaku *Body Shaming* serta orangtua atau wali dari remaja wanita yang mengalami Body Shaming. Adapun karakteristik informan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Berusia 17-25 tahun (dalam kategori belum menikah).
2. Jenis kelamin wanita.
3. Memiliki salah satu bentuk- bentuk *body shaming* sesuai dengan penjelasan teori (kelebihan berat badan, kekurangan berat badan, warna kulit, ukuran tinggi badan, cacat atau bekas luka).
4. Cenderung lebih tertutup dengan orang disekitarnya.

3.4. Teknik Penentuan Informan

Teknik informan yang digunakan dalam proses penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu suatu pendekatan dalam pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu (sugiyono, 2018: 219). Alasan peneliti menggunakan Teknik *purposive sampling* adalah karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan yang akan diteliti.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merujuk pada strategi yang diterapkan untuk mendapatkan informasi dalam suatu penelitian. Dalam penelitian ini, teknik

pengumpulan data yang digunakan adalah melalui proses observasi, wawancara, dan dokumentasi.

1. Observasi

Observasi merupakan aktivitas mencatat suatu gejala atau peristiwa dengan bantuan alat atau instrumen untuk merekam atau mencatatnya guna tujuan ilmiah atau tujuan lainnya (amir, 2015 dalam Chasannah, 2020: 25) Agar mendapatkan hasil observasi terkait seberapa banyak kejadian perilaku Body Shaming, observasi keadaan lingkungan, dan observasi keadaan remaja wanita dilingkungan tersebut, yang dimana peneliti akan mulai menyusun cara untuk meminimalisir penarikan diri dalam bentuk interaksi sosial di lingkungan sekitar.

2. Wawancara

Wawancara merupakan bentuk interaksi bahasa antara dua individu yang berlangsung dalam situasi saling berhadapan, dengan tujuan salah satu dari mereka memperoleh informasi atau ekspresi dari pihak yang diwawancarai. Dalam bentuk yang paling dasar, wawancara melibatkan serangkaian pertanyaan yang disiapkan oleh peneliti dan diajukan kepada responden secara langsung, sementara peneliti mencatat dan merekam jawabannya (Emzir, 2010: 49).

(Sugiyono, 2018: 233) Teknik pengumpulan data melalui wawancara dapat dilaksanakan dalam tiga bentuk, yaitu:

- 1) Wawancara terstruktur, merupakan metode wawancara yang digunakan ketika peneliti sudah mengetahui dengan pasti informasi apa yang akan diperoleh. Oleh karena itu, peneliti telah menyiapkan pertanyaan- pertanyaan tertulis beserta jawabannya.
- 2) Wawancara semi terstruktur, adalah jenis wawancara yang lebih fleksibel dalam pelaksanaannya jika dibandingkan dengan wawancara terstruktur.
- 3) Wawancara tak terstruktur, merupakan wawancara bebas, di mana tidak menggunakan panduan wawancara yang telah disusun secara sistematis dan lengkap. Panduan wawancara hanya mencakup garis besar permasalahan yang akan ditanyakan.

Dalam konteks penelitian ini, teknik wawancara yang digunakan adalah wawancara semi terstruktur. Wawancara semi terstruktur merupakan proses wawancara yang menggunakan panduan wawancara yang berasal dari pengembangan topik dan mengajukan pertanyaan dengan lebih fleksibel daripada wawancara terstruktur. Wawancara dilakukan dengan bertanya langsung kepada informan untuk menggali dan mendapatkan informasi yang berkaitan dengan data yang dibutuhkan.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan suatu langkah dimana peneliti mencari suatu data, dokumen, atau catatan-catatan penting yang tersimpan untuk memperkuat hasil penelitian tersebut. Dari dokumentasi inilah yang akan peneliti gunakan untuk acuan atau sebagai bukti dari hasil penelitian agar hasil penelitian semakin spesifik (Chasannah, 2020: 26).

3.6. Keabsahan Data

Pemeriksaan terhadap keabsahan data pada dasarnya, selain digunakan untuk menyanggah balik yang dituduhkan kepada penelitian kualitatif yang mengatakan tidak ilmiah, juga merupakan sebagai unsur yang tidak terpisahkan dari tubuh pengetahuan penelitian kualitatif. Keabsahan data dilakukan untuk membuktikan apakah penelitian yang dilakukan benar-benar merupakan penelitian ilmiah sekaligus untuk menguji data yang diperoleh. Uji keabsahan data dalam penelitian kualitatif meliputi uji *credibility*, *transferability*, dan *dependability*. Agar data dalam penelitian kualitatif dapat dipertanggung jawabkan sebagai penelitian ilmiah perlu dilakukan uji keabsahan data. Adapun pada penulisan skripsi ini penulis menggunakan uji triangulasi yang dimana didalam uji *credibility* terdapat triangulasi atau yang dimaksud pengecekan data dari beberapa sumber, triangulasi inilah yang penulis gunakan untuk mendapatkan hasil penelitian. Adapun uji triangulasi data yang dapat dilaksanakan adalah sebagai berikut:

- Triangulasi Sumber Untuk mengecek ulang dengan membandingkan derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui sumber yang berbeda (Bachtar, 2010: 46-62 dalam Chasannah, 2020: 28). Data yang diperoleh dianalisis oleh peneliti sehingga menghasilkan suatu kesimpulan selanjutnya dimintakan kesepakatan (*member check*) dengan tiga sumber data.
- Triangulasi Metode Untuk menguji keabsahan data atau mengecek keabsahan temuan penelitian (Ibid dalam Chasannah, 2020: 29). Misalnya untuk mengecek data bisa melalui wawancara, observasi, dokumentasi.

Bila dengan teknik pengujian kredibilitas data tersebut menghasilkan data yang berbeda, maka peneliti melakukan diskusi lebih lanjut kepada sumber data yang bersangkutan untuk memastikan data mana yang dianggap benar.

3.7. Teknik Analisis Data

Menganalisis data merupakan tahap sistematis dalam mencari dan mengorganisir informasi yang diperoleh dari wawancara, catatan lapangan, dan sumber-sumber lainnya dengan tujuan membuatnya lebih mudah dipahami (Iyanto, 2020: 28).

Miles dan Huberman menyatakan bahwa proses analisis data kualitatif dapat dijalankan secara interaktif dan berlanjut secara terus-menerus hingga seluruh data dianggap sudah mencapai kejenuhan. Terdapat tiga metode dalam menjalankan analisis data ini, yaitu: (Sugiyono, 2018: 245).

1. Reduksi data (*data reduction*), yang melibatkan rangkuman informasi dengan memilih aspek yang esensial, memfokuskan pada elemen yang krusial, serta mengidentifikasi tema dan pola. Dengan pendekatan ini, data yang telah direduksi memberikan gambaran yang jelas, memudahkan peneliti dalam mengumpulkan data selanjutnya, dan menghilangkan yang dianggap tidak signifikan.
2. Penyajian data (*data display*), yang merupakan langkah berikutnya setelah reduksi data, di mana data disajikan melalui berbagai format seperti tabel, grafik, *phi card*, uraian singkat, *pictogram*, dan sejenisnya. Dengan cara ini, data tersusun secara terstruktur, memudahkan peneliti dalam memahami pola

hubungan yang ada.

3. Penarikan kesimpulan (*conclusion drawing*), yaitu membuat suatu simpulan atas temuan hasil penelitian. Kesimpulan ini berkaitan dengan jawaban terhadap rumusan masalah yang telah ditetapkan sebelumnya oleh peneliti.



BAB V

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilaksanakan melalui proses dengan metode kualitatif pada informan dapat disimpulkan bahwa:

1. Bentuk body shaming pada remaja wanita di desa Bagan Batu, kecamatan Bagan Sinembah, Kabupaten Rokan Hilir, dan Provinsi Riau adalah Komentar Negatif tentang Penampilan Fisik, Perbandingan Sosial, Pelecehan secara Verbal dan non verbal, Penghinaan terhadap bentuk tubuh dan gaya fisik, serta Pengabaian atau Stigma Sosial.
2. *Body shaming* yang dialami oleh remaja wanita memberikan dampak negatif yang signifikan terhadap interaksi sosial mereka. Dampak tersebut tercermin dalam beberapa aspek, di antaranya:
 - a. Penurunan Kepercayaan Diri: Remaja wanita yang menjadi korban body shaming mengalami penurunan kepercayaan diri yang drastis. Mereka merasa tidak nyaman dengan penampilan fisik mereka, yang memengaruhi cara mereka berinteraksi dengan orang lain di lingkungan sosial.
 - b. Isolasi Sosial: Salah satu dampak utama yang ditemukan adalah meningkatnya kecenderungan remaja wanita untuk membatasi interaksi sosial. Mereka cenderung menarik diri dari pergaulan, baik di sekolah, komunitas, maupun lingkungan keluarga, karena rasa malu atau cemas terhadap penilaian orang lain terhadap penampilan fisik mereka.
 - c. Gangguan Kesehatan Mental: Korban body shaming juga mengalami dampak psikologis, seperti kecemasan, stres, bahkan

depresi. Gangguan ini berkontribusi pada kesulitan mereka dalam berinteraksi sosial, yang semakin memperburuk isolasi yang mereka alami.

5.2. Saran

1. Peneliti menyarankan agar remaja wanita tidak melakukan *body shaming* terhadap diri sendiri maupun orang lain. Untuk mengurangi perilaku body shaming, penting untuk meningkatkan kepercayaan diri, karena *body shaming* dapat berdampak sangat negatif pada kesehatan mental seseorang, bahkan dapat memicu tindakan membatasi interaksi sosial, penting sebagai makhluk sosial untuk bisa berinteraksi baik dengan makhluk sosial lainnya.
2. Untuk Peneliti Selanjutnya
 - a. Dapat menyajikan penelitian *body shaming* terutama pada korban yang membatasi interaksi sosial dengan teori sosial lainnya.
 - b. Dapat meneliti tentang *body shaming* yang mempengaruhi interaksi sosial dengan menggunakan pendekatan lain seperti kuantitatif maupun deskriptif, agar dapat mengetahui gambaran, dan faktor yang paling berperan dalam meminimalisir terjadinya isolasi sosial atau membatsi interaksi sosial.
3. Untuk prodi Ilmu Komunikasi diharapkan bisa menambahkan referensi buku di perpustakaan jurusan agar bisa dijadikan bahan dalam perkuliahan maupun literatur rujukan skripsi terutama dalam hal interaksi sosial dan *body shaming*.

DAFTAR PUSTAKA

- Angelina, P., Christanti, F. D., & Mulya, H. C. (2021). Gambaran *self esteem* remaja perempuan yang merasa *imperfect* akibat *body shaming*. *EXPERIENTIA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(2), 94-103.
- Andini, D. T., & Adhrianti, L. (2019). Hubungan interpersonal pada remaja Hedon (Studi Pada Mahasiswa Hukum Universitas Bengkulu). *Jurnal Kaganga: Jurnal Ilmiah Sosial Dan Humaniora*, 3(2), 30-39.
- Aswida, W., & Syukur, Y. (2012). Efektifitas layanan bimbingan kelompok dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi pada siswa. *Konselor*, 1(2).
- BADAN PUSAT STATISTIK KABUPATEN ROKAN HILIR 2023 BPS- STATISTICS OF ROKAN HILIR 2023.
- Chasanah, A. U. (2020). Pemahaman Body Shaming Di Kalangan Siswa Smpn 2 Ngaglik Dan Sman 2 Ngaglik Ditinjau Dalam Perspektif Hukum Islam.
- Chairani, L. (2018). *Body Shame* dan Gangguan Makan Kajian Meta- Analisis. *Buletin Psikologi*, 26(1), 12-27.
- Danim, S. (2002). Menjadi peneliti kualitatif.
- Duarte C., S. R., The Effect of Body Shame and Self Criticism on Wellbeing: Prospective Associations in A Sample of Participants of A Community Based Weight Management Programme. *Body Image*. May, 2018. Pp. 1-2.
- Eliasdottie, E. L, "Is body shaming predicting poor physical health and is there a gender difference?", (Unpublished Thesis, Reikjavik University, 2016)
- Emzir, Metodologi Penelitian Kualitatif Analisis Data, (Jakarta: PT Grafindo

Persada, 2010).

Fahri, L. M., & Qusyairi, L. A. H. (2019). Interaksi sosial dalam proses pembelajaran.

Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body image*, 13, 38-45.

Fauziah, D. P. (2022). Viktimisasi Perempuan Melalui *Body Shaming*. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan)*, 6(2).

Fauzy, T., & Putri, S. L. (2021). PENGARUH *BODY SHAMING* TERHADAP PERILAKU SOSIAL SISWA SMP PUJA HANDAYANI PALEMBANG. *Jurnal Komunikasi dan Budaya*, 2(2), 268-276.

Goffman, E. (2009). *Stigma: Notes on the management of spoiled identity*. Simon and schuster.

Iflah, C. N. (2023). *Gambaran Self Esteem Pada Perempuan Korban Body Shaming (Studi Di Gampong Sungai Pauh, Kecamatan Langsa Barat Kota Langsa)* (Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry Banda Aceh).

Kinarsih, A. S., Saragih, R. B., & Indiarma, V. (2022). Analisis Interaksi Simbolik Body Shaming Sesama Perempuan (Studi Pada Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Bengkulu). *Jurnal Kaganga: Jurnal Ilmiah Sosial dan Humaniora*, 6(1), 20-29.

Khoirunisa, N. Pengaruh body shaming dan intensitas interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri remaja putri di Kecamatan Paninggaran Kabupaten

Pekalongan.

Kissya, T. A., Dewi, N. S., & Andriany, M. (2024). Faktor Penyebab Body Shaming pada Remaja Perempuan: Scoping Review. *Jurnal Keperawatan*, 16(2), 511-518.

Little John, Stephen & Foss, Karen.A.. 2009. Theories of human communication. (Mohammad Yusuf. Terjemahan). Jakarta: Salemba Humanika.

Lochhead, L., Addison, M., Cavener, J., Scott, S., & McGovern, W. (2024). Exploring the Impact of Stigma on Health and Wellbeing: Insights from Mothers with Lived Experience Accessing Recovery Services. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(9), 1189.

Love, Jill Annette (2013). Communication Apprehension in The Classroom: A Study of Nontraditional Graduate Students at Ohio University. Ohio: Disertasi, Ohio University. Diunduh pada Maret 2016 melalui <https://etd.ohiolink.edu>.

Manan Kebeneran Nduru, dkk., "Pengaturan Hukum Tentang Penghinaan Citra Tubuh (Body Shaming)", Jurnal Tectum LPPM Universitas Asahan (Online), Vol 1, No 2, Mei (2020).

McCroskey, J. C., & Richmond, V. P. (1982). Communication apprehension and shyness: Conceptual and operational distinctions. *Communication Studies*, 33(3), 458-468.

Mulyana, Deddy. 2005. Ilmu Komunikasi: Suatu Pengantar. Bandung: Remaja Rosdakarya.

- NINGSIH, I. A. (2023). *PENGARUH BODY SHAMING TERHADAP CITRA DIRI PADA REMAJA MADYA SMA N 12 PEKANBARU* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Pandiangan, A. (2018). Peran Satuan Polisi Pamong Praja (Satpol PP) dalam Menertibkan Bangunan Liar di Kecamatan Bagan Sinembah Kabupaten Rokan Hilir Provinsi Riau.
- Pratiwi, A. P., Nurlaili, & Syarifin, A. (2020). Interaksi teman sebaya terhadap perilaku sosial (Studi kasus anak usia 5-8 tahun di Desa Giri Kencana RT 03 RW 04 Kecamatan Ketahun). *Journal Of Early Childhood Islamic Education*, 3(2), 105– 118.
- Ramahardhila, D., & Supriyono, S. (2022). Dampak Body Shaming Pada Citra Diri Remaja Akhir Perempuan. *Ideas: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Budaya*, 8(3), 961-970.
- Rahmawati, R., Wibowo, B. Y., & Legiani, W. H. (2019, May). STUDI DESKRIPTIF ORANG DENGAN OBSESSIVE COMPULSIVE DISORDER DAN HUBUNGAN INTERPERSONAL DALAM KELUARGA. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP* (Vol. 2, No. 1, pp. 694-706).
- RAHANI, S. (2020). *KECEMASAN BERBICARA DI DEPAN UMUM DITINJAU DARI PERBEDAAN DEMOGRAFI PADA MAHASISWA DI KOTA MAKASSAR* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS BOSOWA).
- Riyanto, S., & Hatmawan, A. A. (2020). *Metode riset penelitian kuantitatif*

penelitian di bidang manajemen, teknik, pendidikan dan eksperimen. Deepublish.

Rusminingsih, E., Suciana, F., & Wahyuningsih, N. (2020). Hubungan body shaming dengan interaksi sosial pada remaja perempuan di SMK Muhammadiyah 2 Klaten Utara. *MOTORIK Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(2), 47- 51.

Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, Cet 27, (Bandung: Alfabeta, 2018).Tajfel, H. (Ed.). (2010). *Social identity and intergroup relations* (Vol. 7). Cambridge University Press.

Tri, F. F. (2019). *Memahami Pengalaman Body Shaming Pada Remaja Perempuan* (Doctoral dissertation, Faculty of Social and Political Sciences).

Tri Indah Sari, “Pengaruh Body Shaming terhadap Kecenderungan Anorexia Nervosa pada Remaja Perempuan di Surabaya”, Jurnal ilmu psikologi (Online), Vol. 11, No. 2, November (2020), email:lisari7589@gmail.com.

Widiasti, Ni Luh R. 2016. Profil Citra Tubuh (Body Image) Pada Remaja dan Implikasinya Bagi Bimbingan dan Konseling. Skripsi, Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan FIP Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.

Yessi Febrianti, “Pemaknaan dan Sikap Perilaku Body Shaming di Media Sosial”, Jurnal Media dan Komunikasi (online), Vol. 3, No. 1, September (2020), email:yessi.febrianti@gmail.com.

LAMPIRAN PEDOMAN WAWANCARA

1. Latar Belakang

- Bisakah Anda menceritakan sedikit tentang diri Anda (usia, pendidikan, hobi, dll.)?
- Sejak kapan Anda mulai merasa mengalami body shaming?

2. Pengalaman Body Shaming

- Bagaimana bentuk body shaming yang Anda alami? (komentar, lelucon, dll.)
- Siapa yang biasanya melakukan body shaming tersebut? (teman, keluarga, orang asing, dll.)
- Apakah body shaming tersebut terjadi secara langsung atau melalui media sosial?
- Bagaimana Anda pertama kali menyadari bahwa Anda menjadi korban body shaming?

3. Dampak Emosional dan Psikologis

- Bagaimana perasaan Anda setelah mengalami body shaming?
- Apakah Anda merasa mengalami perubahan dalam hal kepercayaan diri?
- Apakah body shaming mempengaruhi kesehatan mental Anda? (stress, depresi, kecemasan, dll.)
- Apakah Anda pernah mencari bantuan profesional untuk mengatasi dampak dari body shaming?

4. Pembatasan Interaksi Sosial

- Bagaimana pengalaman body shaming mempengaruhi interaksi sosial Anda?

- Apakah Anda merasa cenderung menghindari situasi sosial tertentu?
- Apakah Anda membatasi penggunaan media sosial sebagai akibat dari body shaming?
- Bagaimana body shaming mempengaruhi hubungan Anda dengan teman dan keluarga?

5. Coping Mechanisms dan Dukungan

- Apa yang Anda lakukan untuk mengatasi atau melawan body shaming?
- Apakah Anda memiliki strategi atau metode untuk menjaga kesehatan mental Anda?
- Bagaimana peran teman atau keluarga dalam mendukung Anda mengatasi body shaming?
- Apakah ada komunitas atau organisasi yang membantu Anda dalam menghadapi body shaming?

6. Pandangan dan Harapan

- Apa pendapat Anda tentang kesadaran masyarakat terhadap isu body shaming?
- Apayang menurut Anda bisa dilakukan untuk mengurangi atau menghilangkan body shaming?
- Apakah Anda memiliki harapan atau pesan untuk remaja wanita lain yang mungkin mengalami hal serupa?

7. Pertanyaan Tambahan

- Adakah pengalaman atau cerita lain yang ingin Anda bagikan mengenai body shaming?
- Apakah ada hal lain yang menurut Anda penting untuk disampaikan terkait

topik ini?

8. Penutupan

- Terima kasih atas waktu dan kesediaan Anda untuk berbagi cerita.
- Apakah Anda ingin menambahkan sesuatu sebelum kita akhiri wawancara ini?

Wawancara : peneliti sedang melakukan wawancara dengan seorang wanita remaja yang berusia 22 tahun dengan inisial nama TFZ



Wawancara: peneliti sedang melakukan wawancara dengan seorangremaja wanita yang berusia 20 tahun dengan inisialnama FM



Wawancara: peneliti sedang melakukan wawancara dengan seorang remaja wanita yang berusia 23 tahun dengan inisial nama SA

