

**PEMAKNAAN DAN SIKAP PERILAKU *BODY SHAMING*
DI MEDIA SOSIAL
(SEBUAH STUDI ETNOGRAFI DIGITAL DI INSTAGRAM)**

***THE INTERPRETATION AND ATTITUDE OF BODY SHAMING
BEHAVIOR ON SOCIAL MEDIA
(A DIGITAL ETHNOGRAPHY STUDY ON INSTAGRAM)***

Yessi Febrianti¹, Kusnul Fitri²

¹ Alumni Program Magister Ilmu Komunikasi FISIP Universitas Gadjah Mada
Jl. Sosio Yustisia No.1, Bulaksumur Telepon +62 (247)563362 Yogyakarta 55281

² Prodi Ilmu Komunikasi FSBK Universitas Ahmad Dahlan
Jl. Ringroad Selatan, Banguntapan Telepon (0274)511830 Yogyakarta 55166

Email: yessi.febrianti@gmail.com¹, kusnul.fitri@gmail.com²

Naskah diterima: 28 Juni 2020, direvisi 20 Juli 2020, disetujui 27 Agustus 2020

Abstrak – Tujuan utama penelitian ini adalah mengungkapkan pemaknaan serta sikap para korban tindakan *body shaming* di media sosial. *Body shaming* merupakan sebuah tindakan memberikan komentar negatif tentang kondisi fisik seseorang. Instagram merupakan media sosial yang paling sering digunakan oleh para pelaku *body shaming* untuk menjalankan aksinya. Penelitian ini merupakan sebuah studi etnografi digital dengan pengumpulan data primer melalui observasi digital serta wawancara mendalam terhadap lima informan yang dipilih secara purposif. Hasil penelitian ini secara garis besar menggambarkan tiga hal yaitu: a) kesadaran dan pengalaman korban; b) sikap korban; dan c) interaksi dua arah korban dengan para pengikutnya. Pemaknaan korban terhadap tindakan *body shaming* mencerminkan *body positivity* dan *self-love* pada konten yang diunggah ke Instagram pribadinya.

Kata Kunci: *body shaming, Instagram, media sosial*

Abstract – The main objective of this research is to reveal the meaning and attitudes of victims of *body shaming* behavior on social media. *Body shaming* is the behavior of giving negative comments about a person's physical condition. Instagram is the social media most often used by body-shaming actors to carry out their actions. This research is a digital ethnographic study with primary data collection through digital observation, and in-depth interviews with five informants who were selected purposively. The results of this study, in general, encompass the description of three things which are: a) the awareness and experiences of the victim; b) the attitude of the victim; and c) the two ways interactions between the victim and the followers. The interpretation of the body shaming victims reflects body positivity and self-love form of content on their personal Instagram.

Keywords: *body shaming, Instagram, media sosial*

PENDAHULUAN

Masih cukup baru di ingatan publik pada awal 2019 lalu, saat peristiwa *body shaming* menimpa beberapa selebriti di akun Instagram mereka, seperti Audy item (@audyitem) dan Yuni Shara (@yunishara36). Kejadian *body shaming* ini lebih banyak membahas terkait penampilan dan ukuran tubuh yang dimiliki oleh selebritis tersebut. Sebelumnya pada bulan Desember 2018, pasangan aktor dan aktris kenamaan yaitu Anjasmara dan Dian

Nitami sampai harus berurusan dengan kepolisian untuk mengadukan pelaku *body shaming* yang diarahkan pada Dian Nitami di Instagramnya (Pramita, 2018).

Peristiwa serupa juga pernah dialami oleh beberapa selebriti dan publik figur lainnya seperti Gracia Indri, Ariel Tatum, Putri Titian dan Prilly Latuconsina (Aziza & Sari, 2020). Perilaku *body shaming* yang dialami beberapa artis dan *public figure*

di Indonesia tidak hanya ramai dibahas di media sosial Instagram namun menjadi pemberitaan di berbagai media massa.

Salah satu contoh perilaku *body shaming* yang menjadi pemberitaan di media adalah kasus yang menimpa Maulina Pia Wulandari salah satu dosen di Universitas Brawijaya (Jawapost.com, 2018). Pia mendapatkan perilaku *body shaming* yang kemudian ia laporkan ke pihak kepolisian dan menuntut agar pelaku mendapat hukuman (Aminudin, 2018). Perilaku *body shaming* yang menimpa Pia ini membuktikan bahwa perilaku *body shaming* di Instagram tidak hanya menimpa kalangan selebritas, bahkan pengguna biasa juga turut menjadi korban dari perilaku *body shaming*.

Sementara, pada November 2016, publik di Texas, Amerika Serikat dikejutkan oleh peristiwa tewasnya seorang gadis muda berusia 18 tahun bernama Brandy Vela yang meninggal karena bunuh diri. Brandy, melakukan bunuh diri dengan menembakkan pistol di depan hampir seluruh keluarganya setelah depresi mengalami perundungan siber (*cyberbullying*) yang keji pada media sosialnya (Patton-Bey, 2016). Perundungan ini terkait dengan bentuk dan bobot tubuhnya (*body shaming*), ia bahkan disamakan dengan ‘babi gemuk’ oleh pelaku dan terus menerus berkomentar negatif bahkan setelah korban meninggal dengan cara yang menyedihkan (Salo, 2016). Di Indonesia sendiri Komisi Perlindungan Anak Indonesia-KPAI mencatat dalam kurun waktu 9 tahun terakhir, mulai tahun dari 2011 sampai tahun 2019, telah ada sekitar 37.381 pengaduan kekerasan terhadap anak. Untuk *bullying* baik di dunia pendidikan maupun sosial media, angkanya mencapai 2.473 laporan dan trennya terus meningkat (KPAI, 2020)

Sejak kemunculannya pada 2010, media sosial Instagram yang berbasis foto, gambar, dan video ini menjadi platform yang digemari khalayak untuk saling mengomentari tampilan visual sesama penggunanya. Tidak heran jika Instagram telah menjadi media sosial yang paling banyak digunakan untuk melakukan perundungan termasuk di dalamnya adalah *body shaming* di internet (Geofani, 2019). Instagram memiliki ciri khas yaitu *tagging* dan *hashtag* Instagram menjadi salah satu media yang

mudah digunakan (Mosley, Abreu, Ruderman, & Crowell, 2017). Di Indonesia sendiri pada tahun 2020, Instagram menempati posisi keempat terbanyak digunakan dengan nilai persentase pengguna sebesar 79% (We Are Social & Hootsuite, 2020). Pemilihan Instagram sebagai lokasi penelitian, karena Instagram telah menjadi media sosial nomor satu yang digunakan untuk melakukan perundungan (Bohang, 2017). Hal ini sesuai dengan hasil survei terbaru yang dilakukan lembaga anti-bullying *Ditch the Label* dimana hasil survei menyatakan bahwa lebih dari 42 persen korban perundungan secara siber mengaku dari Instagram (Gordon, 2019).

Pada dasarnya, Fenomena *body shaming* di Instagram bukanlah hal yang baru. *Body shaming* merupakan fenomena yang penting dan harus lebih diperhatikan karena merupakan salah satu bentuk dari perundungan secara verbal (Lestari, 2017). Gilbert (2007) memberikan penjelasan bahwa *body shaming* dapat diartikan sebagai suatu sikap atau sebuah perilaku yang melihat berat badan, ukuran tubuh dan penampilan diri sendiri maupun orang lain. *Body shaming* memiliki ciri-ciri utama yaitu mengkritik dan membandingkan penampilan diri sendiri dengan orang lain dan mengkritik penampilan orang lain dengan atau tanpa sepengetahuan orang tersebut (Rachmah & Baharuddin, 2019).

Jika *body shaming* hanya ditujukan pada bentuk dan ukuran tubuh, perundungan merupakan lingkaran besarnya, dimana perundungan ini dapat didefinisikan sebagai bentuk agresi dimana satu orang atau sekelompok orang berulang kali melecehkan korban secara verbal atau fisik tanpa provokasi (Ma, 2001). *Body shaming* yang merupakan bentuk perundungan secara verbal ini memiliki banyak dampak serius pada korbannya. Salah satu dampak yang diakibatkan oleh perilaku *body shaming* ini adalah gangguan makan. (Chairani, 2018). Perilaku *body shaming* sendiri lebih banyak dilakukan oleh orang-orang terdekat seperti teman-teman kita sendiri yang sering mengejek bentuk tubuh yang tidak sempurna dan hal ini membuat korban tidak percaya diri, merasa direndahkan oleh orang-orang dan berusaha untuk membentuk tubuh yang lebih ideal (Samosi & Sawitri, 2015)

Dari kajian pustaka dan penelusuran literatur dari penelitian-penelitian sebelumnya, peneliti menemukan bahwa *body shaming* juga turut memicu terjadinya gangguan pola makan (*eating disorder*) dan kebiasaan diet ekstrim pada korban yang mengalami *fat shaming* hingga dapat berujung pada *anorexia* dan *bulimia nervosa* (Moradi, Dirks, & Matteson, 2005). Selain itu, perundungan yang banyak dilakukan dan paling berdampak pada psikis korban adalah perundungan verbal salah satunya adalah *body shaming* dan menjadi salah satu faktor yang memicu keinginan bunuh diri pada korbannya. Perundungan juga memiliki banyak dampak serius pada korban, mulai dari depresi, introvert, psychosomatic dan yang paling fatal, korban bisa bunuh diri (Noorvitri, 2019).

Dampak perilaku *body shaming* ini juga dipengaruhi oleh cara korban memaknai perilaku itu sendiri. Dikemukakan oleh Schutz bahwa dalam kehidupan sehari-hari, individu melakukan interpretasi pada segala sesuatu yang dilihat dan dialaminya guna memberi makna pada tindakannya dan tindakan orang lain (Sobur, 2014). Makna yang diperoleh dikaitkan dengan sesuatu atau objek itu sendiri, yang dirasakan dan disadari oleh seseorang melalui tindakan menerimanya, merasakannya, memikirkannya, mengingat atau memutuskan atas makna yang disembunyikan dalam kesadaran (I'annah, 2018).

Objek ideal dalam proses pemaknaan suatu fenomena yang dialami individu adalah perasaan (Nindito, 2005). Oleh karenanya, makna dalam bukanlah tindakan kesadaran melainkan objek dari kesadaran yang dapat dipersepsi, dibayangkan, diragukan, dibenci, disukai dan lain sebagainya. Secara mendasar, makna harus melalui tahapan intuisi (merenungkan fenomena), analisis (relevansi dan relasi satu fenomena dengan fenomena lainnya) dan deskripsi (uraian dari fenomena agar dipahami oleh orang lain) (I'annah, 2018).

Banyaknya penelitian yang memaparkan bagaimana dampak negatif yang dihadirkan oleh perilaku *body shaming* menimbulkan satu pertanyaan penelitian yaitu: bagaimana korban *body shaming* memaknai perilaku *body shaming* yang mereka alami? Berdasarkan hal tersebut maka tujuan penelitian ini adalah ingin mengetahui cara korban *body shaming* memaknai perilaku *body shaming* yang menimpa diri

mereka. Selain itu, penelitian ini juga ingin memberikan kritik pada masyarakat dan budaya populer mengenai tindakan *body shaming* seringkali muncul dalam aktivitas masyarakat bersosial media. Namun justru dianggap wajar oleh sebagian besar masyarakat meskipun dampaknya serius terhadap korban. Kehadiran media sosial seperti Instagram justru melanggengkan praktek-praktek *body shaming*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *metode digital ethnography*. *Digital ethnography*, merupakan suatu metode yang terletak di bawah paradigma interpretivisme yang berakar pada etnografi, dan merupakan bidang studi yang berada di bawah payung antropologi yang lebih luas (Kaur-Gill & Dutta, 2017). Akar epistemologis etnografi menandakan adanya komitmen untuk “bercerita sosial” (Murthy, 2008). *Digital ethnography* adalah metode untuk meningkatkan pemahaman tentang makna, dan bagaimana mereka dapat diterapkan pada teknologi dan, pengalaman budaya yang memungkinkan dan dimungkinkan oleh media digital (Hine, 2000).

Penggunaan etnografi pada era digital juga memiliki beberapa istilah seperti *netnography* (Kozinets, 1997), *webnography* (Puri, 2007) dan *cyber ethnography* (Ward, 1999). Meskipun memiliki istilah yang berbeda, namun memiliki argumen utama yang sama yaitu adanya interaksi pada dunia siber (internet). Peneliti lebih memilih digital etnografi karena digital ethnography lebih menekankan pada pengamatan terhadap kehidupan dunia maya internet, dan hanya mencermati pada segala hal yang ditampilkan pada subyek penelitian (Kautsarina, 2017). *Digital ethnography* menetapkan jenis praktik etnografi digital tertentu yang mengambil titik awal gagasan bahwa media dan teknologi digital adalah bagian dari dunia sehari-hari dan lebih spektakuler yang dihuni orang-orang (Pink, Horst, Postill, Lewis, & Tacchi, 2016).

Tujuan etnografi digital adalah mencoba memahami pola dan tatanan relasional dan perilaku di ranah digital (Kaur-Gill & Dutta, 2017). Etnografi digital memungkinkan peneliti untuk bekerja dengan metode yang fleksibel dalam menanggapi fenomena baru dan berkembang (Snodgrass, 2013). Inti etnografi terletak pada keberadaan peneliti di

lapangan, baik secara online maupun langsung di dalam situs. Ini berarti peneliti akan merekam kejadian dalam sebuah catatan lapangan, melakukan observasi, refleksi, dan laporan sementara selama berada di lapangan (Kaur-Gill & Dutta, 2017).

Tahapan yang penelitian dilakukan saat melakukan penelitian adalah, Pertama, peneliti terlebih dahulu menentukan pertanyaan, situs sosial dan topik yang akan digali. Langkah berikutnya yaitu melakukan seleksi dan identifikasi terhadap informan penelitian. Kriteria dalam proses seleksi informan yaitu (1) pengguna aktif Instagram; (2) pernah mengalami *body shaming*; (3) menunjukkan pengalamannya tersebut melalui akun Instagram. Dalam penelitian ini terdapat lima orang yang menjadi informan dalam penelitian ini. Kelima informan ini memberikan persetujuan atau tidak keberatan untuk dikemukakan identitas yang dimilikinya.

Tahap selanjutnya adalah partisipasi. Peneliti ikut berpartisipasi dalam akun Instagram masing-masing informan untuk melakukan observasi sehingga proses observasi yang peneliti gunakan adalah partisipasi langsung. Selain observasi peneliti juga melakukan wawancara secara virtual kepada kelima informan. Wawancara ini dilakukan untuk mendapatkan data-data yang tidak peneliti dapatkan dari proses observasi. Tahap berikutnya adalah peneliti melakukan analisis dan interpretasi terhadap data yang telah dikumpulkan dan mengolah data temuan yang kemudian diklasifikasi sebagai suatu sikap yang menggambarkan pemaknaan informan atas perilaku *body shaming* yang dialaminya. Tahapan terakhir yang peneliti lakukan adalah menulis laporan hasil observasi yang telah dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kesadaran dan Pengalaman korban body shaming

Seseorang dapat dikatakan sebagai korban perundungan (termasuk di dalamnya tindakan *body shaming*), yaitu ketika seseorang mendapatkan perilaku atau dalam hal ini komentar negatif secara berulang-ulang, dari waktu ke waktu baik dari satu atau banyak orang (Olweus, 2009). Sebagai korban perilaku *body shaming* lima informan dalam penelitian ini yaitu Intan seorang jurnalis pada salah satu media *online* di Indonesia, Meira seorang penulis dari buku yang berjudul "I'm perfect", Arbida seorang

mahasiswi asal kota Yogyakarta dan Diyan pegawai swasta yang bekerja pada bidang periklanan serta Rhisma yang berasal dari kota kembang ditunjukkan dengan sering mendapatkan komentar bernada *body shaming* di Instagram milik mereka.

Perilaku *body shaming* yang menimpa kelima informan ini dikarenakan kelima informan dianggap tidak sesuai dengan konsep kecantikan saat ini. Konsep kecantikan senantiasa dikaitkan dengan perempuan, terutama pada bagian tubuh dan fisik perempuan (Aprilita & Listyan, 2016). Hal ini menjadikan alasan mengapa banyak wanita yang menjadi korban *body shaming* termasuk kelima informan dalam penelitian ini. Meskipun kriteria kecantikan senantiasa berubah dari masa ke masa, namun dalam beberapa dekade terakhir kriteria kecantikan yang seringkali ditampilkan oleh media cenderung memiliki kesamaan, yakni berupa tubuh yang kurus langsing, tinggi semampai, kulit putih bersih rambut panjang dan lurus, mata besar, dan hidung mancung (Aprilita & Listyan, 2016).

Setiap individu memiliki pengalaman *body shaming* yang berbeda-beda. Begitu juga informan dalam penelitian ini. Pertama, Intan dan Rhisma menjadi korban *fat shaming* karena mereka memiliki ukuran tubuh diatas rata-rata (badan gemuk atau *plus size*) dan hal ini dianggap tidak sesuai dengan standar kecantikan yang dimana seorang perempuan harus memiliki badan kurus. Kedua, Meira mengalami *body shaming* dalam kategori *Color skin* and *fat shaming* perilaku *body shaming* yang menimpa Meira ini lebih dikarenakan dia memiliki warna kulit gelap. Perilaku *body shaming* yang menimpa Meira ini juga disebabkan karena dia adalah seorang istri dari sutradara, komika dan *public figure* yaitu Ernes Prakarsa. Meira ini dianggap tidak memenuhi standar untuk menjadi istri seorang yang populer di masyarakat yang seharusnya berkulit putih dan memiliki tubuh yang kurus. Ketiga, Dian merupakan korban dari *Skinny* and *Color skin shaming* hal ini disebabkan karena Dian memiliki tubuh yang sangat kurus sehingga dianggap kurang ideal oleh orang lain. Terakhir adalah Arbida mengalami *Curly hair shaming* karena Arbida ini memiliki rambut yang keriting sehingga berbeda dengan kebanyakan orang Indonesia yang berambut lurus.

Menjadi korban perlakuan *body shaming* memunculkan berbagai perasaan seperti tertekan, malu, kesal dan marah, sakit hati dan terbebani. Sehingga ketika mendapat perlakuan *body shaming* untuk pertama kali tidak banyak yang bisa dilakukan oleh korbannya. Banyak korban perilaku *body shaming* memilih untuk diam, memendam perasaannya sehingga korban *body shaming* ini menjadi lebih sensitif dan mudah tersinggung.

Saat peneliti menanyakan apakah mereka menyadari saat pertama kali menerima komentar *body shaming* dan bagaimana mereka menanggapi. Setiap informan memiliki jawaban yang berbeda. Meira dan kedua informan penelitian lainnya, yaitu Bida dan Rhisma, menyampaikan pernyataan yang serupa yaitu menyadari bahwa ia menjadi korban *body shaming*. Namun pada saat terjadi, terutama saat belum memahami bahwa perilaku tersebut adalah sesuatu yang salah, tiga informan (Meira, Bida dan Rhisma) memilih untuk diam dan tidak menanggapi. Seperti yang diungkapkan Meira berikut ini:

“Diam. Sebal tapi tidak bisa melakukan apa-apa.” (Wawancara, 25 Oktober 2018)

Hal yang hampir senada juga diungkapkan oleh Bida yang mengatakan bahwa:

“Tidak mengatakan (diam). Pertama kali merasa down dan ga PD untuk beberapa periode, tapi akhirnya masuk kuliah kebanyakan temen menerima yg dianggap kekurangan oleh org lain yaitu keritingku.” (Wawancara, 26 November 2018)

Berbeda dengan dua informan tersebut, Rhisma mengaku bahwa dia sempat terkejut dan marah pada pelaku namun meski begitu ia tidak menyampaikannya secara langsung. Namun saat ditanyakan bagaimana Rhisma menanggapi pelaku, ia menjawab:

“I blocked them from my life” (Wawancara, 8 Agustus 2018).

Sedangkan Bida mengaku menanggapi dengan komentar yang mengesankan bahwa ia tidak merasa mendapat komentar *body shaming* atau membalas dengan gaya bicara yang terkesan bercanda.

*“Saya membalasnya dengan komentar yang terkesan bercanda sehingga tidak terlihat saya merasa di *body shaming* (pretend).”* (Wawancara, 26 November 2018)

Menyadari bahwa dirinya menjadi korban *body shaming*, beberapa informan menceritakan pengalamannya dan mengkampanyekan penolakan terhadap perilaku *body shaming* melalui akun Instagram mereka, seperti yang tampak pada unggahan-unggahan mereka berikut ini:



Gambar 1 Unggahan informan penelitian menceritakan pengalaman menjadi korban *body shaming* (Sumber: Purwantini, 2018)

Unggahan di atas adalah milik Diyan, dimana Diyan lebih memilih menceritakan pengalamannya saat menerima perilaku *body shaming* saat masih duduk di bangku SMA. Gambar 2 menunjukkan unggahan Meira sebagai korban tindakan *body shaming*. Pada unggahan tersebut, Meira menunjukkan beberapa komentar bernada *body shaming* yang dituliskan oleh salah satu pengikut di akun Instagram suaminya, Ernest. Komentar seperti *“ternyata orang cakep belum tentu istrinya cantik”* dan *“Kok istrinya artis biasa aja????”* yang ditulis oleh pengguna lain tersebut awalnya sempat membuat Meira percaya bahwa dirinya memang tidak menarik secara fisik dan karenanya ia sempat membenci bentuk tubuhnya sendiri. Komentar seperti ini membuat dirinya sedih dan tidak percaya diri lantaran dianggap tidak layak mendampingi sang suami. Pengalaman pribadinya ini dituangkan dalam buku ‘I’m perfect’.



Gambar 2 Unggahan informan penelitian menceritakan pengalaman menjadi korban *body shaming* (Sumber: Anastasia, 2019b)

Unggahan berisi cerita pengalaman sebagai korban *body shaming* juga di ungkapkan oleh Bida. Pada unggahan Bida yang merupakan korban *curly shaming* ini sudah tidak merasa rendah diri atau malu untuk memperlihatkan bentuk atau penampilan rambutnya yang memicu perilaku *body shaming* pada dirinya.



Gambar 3 Unggahan informan penelitian menceritakan pengalaman menjadi korban *body shaming*, (Sumber: Nila, 2019)

Pengalaman menjadi korban *body shaming*, membuat informan dalam penelitian ini memiliki pengetahuan pada isu *body shaming*. Seperti yang diungkapkan oleh Intan, menurut intan dia sudah sangat familiar dengan istilah *body shaming*. Pekerjaannya sebagai seorang jurnalis di salah satu media *online* ternama membuatnya mengerti tentang perilaku *body shaming*.

Berbeda dengan Intan, Meira menyampaikan bahwa ia mengetahui istilah *body shaming* sejak ia menggunakan media sosial namun ia lupa tahun persisnya. Pernyataan senada juga diungkapkan oleh Bida dan Rhisma yang memperoleh pengetahuan pertamanya tentang *body shaming* melalui media sosial yang diaksesnya. Selain melalui media sosial, pengetahuan mengenai *body shaming* juga didapat dari teman-teman atau orang terdekat informan. Seperti yang diungkapkan oleh Diyan mendapatkan informasi pertamanya tentang istilah *body shaming* yaitu sejak tahun 2013 dari salah seorang temannya.

Selanjutnya peneliti menemukan bahwa sebagai korban *body shaming*, membuat informan memiliki ketertarikan pada perilaku *body shaming*. Seperti yang ditunjukkan oleh Intan, dimana intan bahkan membuat sebuah liputan dan wawancara khusus terhadap korban *body shaming* yang kemudian

dipublikasikan melalui kanal berita dimana Intan bekerja sebagai seorang jurnalis di media tersebut.



Gambar 4 unggahan yang menunjukkan Ketertarikan pada isu *body shaming*. (Sumber Kemalasar, 2018)

Ketertarikan pada isu *body shaming* juga diungkapkan oleh Meira pada salah satu unggahannya. Meira secara khusus kerap membahas isu terkait *body shaming* kepada para pengikutnya melalui unggahannya di Instagram. Meira juga sering menggunakan #bodyshaming pada unggahan miliknya.

Meira, melalui unggahan tersebut mencoba mengajak para korban untuk berpikir positif dan tidak membiarkan komentar negatif mengganggu perasaan mereka. Menurut Meira biasanya pelaku merasa puas atau senang jika berhasil mempengaruhi korban sehingga hal tersebut hanya akan merugikan korban.



Gambar 5 Unggahan Ketertarikan pada isu *body shaming* (Sumber: Anastasia, 2019a)

Ketiga informan lainnya yaitu Rhisma, Bida dan Diyan ketertarikan pada isu *body shaming* tidak begitu mereka perlihatkan melalui aktivitas mereka di Instagram. Namun, mereka tetap berusaha memberikan pengertian kepada orang lain bahwa

perilaku *body shaming* itu salah. Seperti yang diungkapkan Diyan berikut ini:

“Iya, saya mencoba mengedukasi orang terdekat mengenai *body shaming* melalui social media terutama Instagram.” (Wawancara, 1 Agustus 2018).

Interaksi Sebagai Sebuah Sikap Terbuka Korban Body Shaming

Interaksi adalah sebuah petunjuk untuk mengamati sekaligus memahami informan pada penelitian ini menyikapi perilaku *body shaming* yang mereka dapatkan. Melalui kolom komentar, para korban *body shaming* ini menyampaikan opini dan respon mereka dengan berdialog dengan para pelaku. Hal ini menunjukkan bahwa sebagai korban *body shaming* informan pada penelitian ini tetap bisa bersikap terbuka pada pelaku atau korban lain.

Pada informan pertama yaitu Intan, yang juga merupakan seorang *selebgram* menunjukkan bahwa Intan cukup aktif melakukan interaksi dengan para pengikutnya di Instagram. Interaksi yang dilakukan oleh Intan, diantaranya yaitu membuka sesi khusus berupa unggahan khusus untuk para pengikutnya mengajukan pertanyaan apa saja dan akan dijawab oleh Intan melalui kolom komentar pada unggahan tersebut. Unggahan atau sesi tanya jawab ini biasanya Intan beri nama #kemalasaritanyadong dan para pengikutnya diperkenankan mengajukan pertanyaan yang akan berusaha dijawab oleh Intan.



Gambar 6 Sesi Tanya Jawab Seputar Body Shaming
(Sumber: Kemalasaritanyadong, 2019a)

Selain melakukan sesi tanya jawab khusus seperti yang Intan unggah pada gambar di atas, dalam setiap unggahannya Intan juga terlihat berusaha tetap menanggapi atau menjawab pertanyaan-pertanyaan yang dituliskan oleh pengikutnya. Selain membuka

sesi khusus tanya jawab Intan juga beberapa kali membalas komentar. Hal ini dilakukan agar Intan bisa menunjukkan sikap dan opininya terhadap pelaku *body shaming*. Berikut ini adalah gambar yang menunjukkan bahwa Intan menjawab komentar yang diberikan oleh orang lain.



Gambar 7 Interaksi pada Kolom Komentar
(Sumber: Kemalasaritanyadong, 2019b)

Tidak berbeda dengan Intan, subjek kedua yaitu Meira yang merupakan seorang *public figure* juga cukup aktif menanggapi beberapa komentar dari pengguna lain atau pengikutnya di Instagram. Meira menunjukkan bahwa Meira tidak hanya sekedar merespon namun berusaha memberikan informasi juga opininya terkait komentar *body shaming* yang ada di akun Instagramnya, seperti pada salah satu unggahannya berikut ini:



Gambar 8 Unggahan Komentar Body Shaming
(Sumber Anastasia, 2019a)

Selanjutnya, sikap serupa juga ditunjukkan oleh Diyan, yang membalas komentar yang muncul baik pada *direct messages* atau pada kolom komentar. Membalas komentar ini merupakan bentuk interaksi yang biasa ia lakukan. Perbedaan interaksi Diyan dengan dua informan sebelumnya adalah Diyan mengenal para pengikutnya yang memberikan komentar tersebut sehingga interaksi yang terjadi cukup familiar (Gambar 9).

Melakukan interaksi dengan orang yang memberikan komentar berbau *body shaming* menunjukkan sikap terbuka dan adanya sebuah harapan agar pelaku *body shaming* ini tidak lagi melakukan perbuatannya. Karena sebagai korban *body shaming*, khususnya kelima informan pada penelitian ini memiliki anggapan tersendiri mengenai pelaku *body shaming*.



Gambar 9 Unggahan Balasan Atas Komentar *Body Shaming*
(Sumber: Purwantini, 2018)

Intan berpendapat bahwa pelaku *body shaming* merupakan orang yang tidak bermoral dan tidak pantas dijadikan seorang teman. Hal ini disampaikan dalam wawancara melalui pernyataan berikut ini:

“Bagiku pelaku itu tidak bermoral dan body shammer ga pantas dijadiin temen” (hasil wawancara melalui email, 26 Agustus 2018).

Pandangan lain tentang pelaku *body shaming* juga diungkapkan oleh Meira. Meira berpendapat bahwa pelaku *body shaming* adalah orang-orang yang tidak memiliki empati dan selalu ingin ikut campur

dalam kehidupan orang lain. Hal ini disampaikan melalui hasil wawancara sebagai berikut:

“Ketika seseorang yang kurang memiliki rasa empati, merasa berhak memberikan komentar negative/menyakinkan tentang bentuk tubuh orang lain, yang padahal samasekali bukan urusan mereka. Tubuh seseorang adalah sesuatu yang sangat private dan bukan urusan orang lain.” (Wawancara, 25 Oktober 2018).

Terkait dengan pelaku *body shaming*, Diyan menilai bahwa masih banyak orang-orang yang kurang mendapat informasi dan pengetahuan terkait perilaku *body shaming* tersebut, sehingga mereka yang tidak menyadari bahwa dampak dari perilaku tersebut cukup berbahaya bagi korban, berikut pernyataan dari Diyan:

“Banyak kurang edukasi mengenai body shaming itu sendiri, jadi banyak yang tidak aware bahwa perilaku itu cukup berbahaya bagi orang lain.” (Wawancara, 1 Agustus 2018)

Senada dengan Diyan, Rhisma menilai bahwa umumnya pelaku yang melakukan *body shaming* adalah mereka yang tidak berpendidikan tinggi dan kurang bisa menghargai orang lain. Pendapat berbeda disampaikan Bida. Bida menyatakan bahwa seseorang yang melakukan *body shaming* adalah individu-individu yang memperoleh kebahagiaannya dengan cara merendahkan (tubuh) orang lain dengan tujuan agar dirinya merasa lebih baik daripada korban.

Body Positivity Dan Self-Love Sebagai Makna Perilaku Body Shaming

Tidak bisa dipungkiri bahwa menjadi korban *body shaming* itu memiliki pengaruh terhadap citra diri sebagai seorang perempuan. Hal ini disebabkan karena setiap individu memiliki gambaran diri idea termasuk bentuk tubuh. Citra tubuh adalah konsepsi dan sikap terhadap penampilan fisik seseorang (Berk, 2018). Faktor pembentukan citra tubuh pada subjek adalah siklus hidup, konsep diri, sosialisasi, peran gender, dan distorsi citra tubuh (Maryam & Ifdil, 2019).

Tingkatan citra tubuh yang dimiliki seseorang digambarkan oleh seberapa jauh ia merasa puas terhadap bagian-bagian tubuhnya dan penampilan fisik secara keseluruhan (Amalia, 2007). Citra tubuh yang dimiliki oleh seseorang akan mempengaruhi konsep diri yang dimilikinya. Individu dengan citra

tubuh yang negatif akan mempersepsikan diri sebagai orang yang tidak memiliki penampilan yang menarik atau kurang menarik, sedangkan orang yang memiliki citra tubuh yang baik akan bisa melihat bahwa dirinya menarik baik bagi dirinya sendiri ataupun orang lain, atau setidaknya akan menerima diri sendiri apa adanya (Willianto, 2017).

Konsep diri terutama berhubungan dengan fisik yang dimiliki oleh seseorang sangat dipengaruhi oleh pandangan masyarakat bahwa penampilan fisik yang ideal adalah seperti para model yang ditampilkan dalam media massa (Maryam & Ifdil, 2019). Tampilan fisik yang ditampilkan media membentuk standar kecantikan atau kenormalan fisik yang harus dimiliki oleh seorang perempuan agar dianggap cantik. Memiliki tubuh yang tinggi, berkulit putih dan berambut lurus serta memiliki berat badan yang ideal adalah standar yang berlaku jika perempuan ingin dianggap cantik dan normal.

Komentar-komentar negatif mengenai tubuh informan memiliki dampak terhadap citra tubuh yang mereka miliki. Hal ini dibuktikan dengan hasil wawancara dan observasi peneliti yang menunjukkan bahwa empat dari lima informan pernah berusaha melakukan perubahan-perubahan pada bentuk atau tampilan fisiknya. Informan melakukan berbagai cara untuk merubah tampilan fisik yang dimiliki agar bisa menyesuaikan diri dengan standar yang ada.

Seperti yang terjadi pada salah satu informan penelitian yaitu Meira di dalam buku yang dia tulis, "I'm perfect" menunjukkan bahwa Meira sangat terpengaruh dengan komentar-komentar *body shaming* terutama pada bentuk tubuhnya. Meskipun ia telah mengalami perubahan baik secara fisik karena rutin melakukan olahraga, Meira mengakui bahwa ia masih merasakan sakit saat membaca komentar negatif tentang tubuhnya serta percaya bahwa fisiknya memang seperti yang disampaikan oleh orang-orang pelaku *body shaming* itu. Mira menjelaskan bahwa banyak hal yang dilakukannya untuk merubah dirinya mulai dari suntik vitamin C agar memiliki kulit yang putih hingga berusaha melakukan operasi plastik agar memiliki bentuk tubuh yang lebih bagus dan sesuai dengan standar masyarakat.

Hal senada juga diungkapkan oleh Bida yang mengakui bahwa ia pernah berpikir untuk meluruskan

saja rambut keritingnya karena masyarakat beranggapan bahwa rambut lurus lebih cantik dan indah dari pada rambut keriting. Meskipun tidak secara implisit menyatakan bahwa perubahan yang dilakukan karena dipengaruhi oleh adanya komentar negatif (*body shaming*) yang diterimanya.

"iya pernah, tapi itu catok kak bukan rebonding. Nah itu karena suka aja abis krimbat terus di catok. Keluarga besar selalu ngelarang untuk lurusin rambut permanen." (Wawancara, 4 Desember 2018)

Diyan yang merupakan korban *skinny shaming* karena tubuhnya yang dinilai terlalu kurus, mengakui dengan jelas bahwa ia sempat melakukan beberapa cara untuk menaikkan bobot tubuhnya agar terlihat lebih 'berisi'. Salah satunya adalah dengan mengkonsumsi obat-obatan atau suplemen penambah nafsu makan. Diyan mengiyakan bahwa ia memang mengambil keputusan untuk berusaha menaikkan bobot tubuhnya karena sempat percaya pada komentar-komentar yang menimpanya.

"wah iya, pernah yes, minum obat2an penambah nafsu makan sih yg paling sering dicoba, hehehe." (Wawancara, 6 Desember 2018)

Selanjutnya, pernyataan serupa juga disampaikan oleh Rhisma. Namun sebagai korban *fat shaming* seperti Intan, Rhisma memiliki sikap yang sebaiknya dimana Rhisma justru berusaha untuk menurunkan berat badannya dengan melakukan berbagai macam jenis diet. Rhisma mengaku melakukan diet dan berusaha merubah bentuk tubuhnya karena lelah selalu mendapat komentar *body shaming* yang terus menerus dilontarkan padanya.

"Aku pernah sih nyobain diet ini itu, Cuma urunnya ga signifikan. Pusing dengerin omongan orang gitu. Karena pas aku ngaca pun aku liat kaya emang aku gemuk gitu. Aku kira diet itu gampang tapi engga." (Wawancara, 6 Desember 2018).

Banyaknya komentar *body shaming* yang mereka terima perlahan membuat korban terpengaruh oleh komentar-komentar negatif (*body shaming*) yang mereka terima terkait ukuran, bentuk dan tampilan tubuh atau fisik mereka. Pengaruh tersebut diakui para informan kemudian membuat mereka berniat atau mencoba melakukan perubahan-perubahan pada salah satu anggota atau tubuh mereka secara keseluruhan

demikian mendapatkan serta mencapai bentuk tubuh atau anggota tubuh yang lebih baik menurut mereka agar terhindar dari komentar-komentar negatif tersebut.

Kondisi paling berat yang dialami oleh korban *body shaming* adalah bagaimana bisa menerima kekurangan yang menjadi ejekan untuk dirinya. Karena pada dasarnya *body shaming* merujuk pada penampilan fisik yang dimiliki seseorang. Kemampuan untuk menerima kekurangan ini berkaitan dengan bagaimana korban *body shaming* memaknai perilaku *body shaming* yang menimpa mereka. Pada dasarnya pemaknaan ini tidak didapat begitu saja namun telah melalui proses panjang. Diawali dengan memiliki kesadaran dan pengalaman sebagai korban *body shaming* yang pada akhirnya membuat informan memiliki pengetahuan dan ketertarikan pada isu *body shaming*. Tahapan pemaknaan ini juga dapat ditunjukkan dengan bagaimana korban merespon atau bersikap pada perilaku *body shaming* ini. Namun, pemaknaan terhadap perilaku *body shaming* yang paling jelas ditunjukkan oleh informan dalam penelitian ini adalah melalui sikap *body positivity* dan *self-love*.

Walau bukan hal yang mudah untuk menerima kekurangan diri namun informan pada penelitian menunjukkan sikap *body positivity* dan *self-love* mereka melalui Instagram mereka. sikap *body positivity* dan *self-love* yang ditunjukkan oleh informan ini adalah sebagai bentuk bagaimana mereka menghargai apa yang telah diberikan kepada mereka. Dengan kata lain, sikap *body positivity* dan *self-love* ini menimbulkan pemaknaan bahwa menjadi korban *body shaming* tetap bisa berperilaku positif dan menerima dengan lapang dada tubuh yang menjadi pemicu *body shaming* yang mereka miliki.

Adapun *body positivity* diartikan sebagai sikap yang menerima tubuh yang dimiliki serta perubahan dalam bentuk, ukuran, dan kemampuan yang mungkin dialaminya karena sifat, usia, atau pilihan pribadi sendiri dalam hidup (Schreiber, 2016). Pemahaman bahwa nilai dan apa yang terjadi dengan diri secara fisik adalah dua entitas yang terpisah dan bahwa apapun yang terjadi di dalam, di luar, atau pada tubuh, anda tetap sama berharganya dengan orang lain.

Sedangkan *self-love* dapat diartikan sebagai sikap yang mencintai diri sendiri dengan melakukan hal-hal yang dapat membawa kesejahteraan dan kebahagiaan bagi diri sendiri (Khoshaba, 2012). Arti lain dari *self-love* juga diungkapkan oleh Fromm (2014) *Self-love* adalah istilah atau sebutan lain untuk menggambarkan 'mencintai diri sendiri'. Dua istilah tersebut, dalam fenomena *body shaming*, saling berkaitan satu dengan lainnya terutama dalam upaya menolak dan mencegah dampak negatif dari *body shaming*. Sikap *body positivity* yang lebih khusus merupakan bagian dari *self-love* yang lebih bersifat umum, dimana untuk bisa mencintai diri sendiri, individu seharusnya mencintai dan menerima tubuhnya apa adanya.

Hasil penelitian ini akan menunjukkan bagaimana *body positivity* dan *self-love* merupakan bentuk pemaknaan informan pada perilaku *body shaming* yang menimpa mereka. Karena pada dasarnya *Body shaming* yang dilakukan secara intens dan terus menerus mampu mempengaruhi *body image* korban (Lestari, 2017). Karena *body image* merupakan gambaran persepsi seseorang tentang tubuh ideal dan apa yang mereka inginkan pada tubuh mereka baik itu dalam hal berat maupun bentuk tubuh yang didasarkan pada persepsi-persepsi orang lain dan seberapa harus mereka menyesuaikan persepsi tersebut (Denich & Ifdil, 2015). *Body image* yang ditunjukkan oleh informan adalah hasil dari *body positivity* dan *self-love*.

Setiap informan memiliki cara tersendiri untuk menunjukkan *body positivity* dan *self-love*. pada penelitian ini, untuk melihat *body positivity* dan *self-love* akan dilakukan dengan melihat dan memahami gaya hidup yang dianut oleh masing-masing informan. Dengan melihat gaya hidup yang dianut oleh informan, peneliti dapat mengetahui bagaimana pemaknaan perilaku *body shaming* yang mereka alami dan apakah pengalaman menjadi korban *body shaming* secara khusus telah memberikan dampak pada informan sehingga terjadi perubahan pada gaya hidup yang dijalankannya. Gambar 10 menunjukkan konten *body positivity* dan *self-love* yang diunggah oleh salah satu informan penelitian ini.



Gambar 10 Unggahan *Body Positivity* dan *Self-love*
(Sumber: Kemalasari, 2019b)

Unggahan tersebut merupakan bentuk dari sikap Intan yang menunjukkan bahwa ia memiliki *body positivity* karena menerima sekaligus mencintai bentuk dan apa yang ada pada tubuhnya dan tidak malu untuk mengakuinya. Selain itu, Intan juga kerap mengunggah unggahan yang memperlihatkan bahwa ia tidak merasa malu untuk menampilkan sisi atau bentuk tubuh tertentu yang seringkali dianggap sebagai 'aib' bagi sebagian orang di Instagram.

Berbeda dengan Intan, pada Meira bentuk sikap *body positivity* yang seringkali ditunjukkannya melalui unggahannya di Instagram adalah kegiatan olahraga. Meira seringkali menulis keterangan mengenai pendapatnya terkait bagaimana ia menumbuhkan sikap *body positivity* melalui kebiasaan olah raganya tersebut, seperti yang tampak pada gambar berikut:

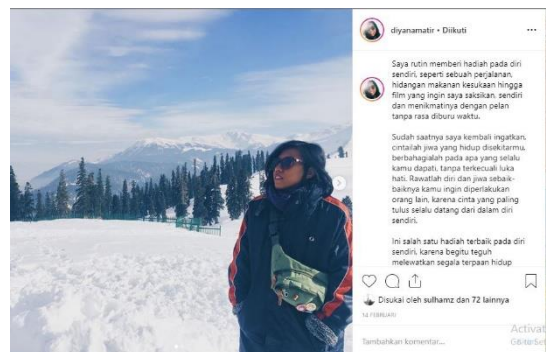


Gambar 11 Unggahan Sikap *body positivity*.
(Sumber: Anastasia, 2019c)

Pada Meira, sikap *body positivity* dan *self-love* secara khusus ia aplikasikan dengan berusaha hidup sehat dan bugar. Melalui akun Instagramnya, Meira kerap menunjukkan bahwa ia dengan rutin melakukan olahraga tanpa selalu berpikir untuk menjadi 'sempurna' namun lebih ditujukan agar tubuhnya

sehat dan ia dapat lebih produktif dalam aktivitasnya sehari-hari, baik sebagai ibu bagi anak-anaknya maupun sebagai *public figure*. Meira juga seringkali berbagi tips dan tata cara atau yang biasa disebut dengan *tutorial workout* di Instagram yang biasa ia lakukan sendiri dirumah. Berdasarkan sikap yang ditunjukkan oleh Intan ini, bisa dikatakan bahwa sikap *body positivity* dan *self-love* yang dimiliki Intan menunjukkan bahwa Intan memiliki *body image* yang positif.

Selain kebiasaan olahraga, Meira dan Intan juga menganggap kegiatan berwisata atau *travelling* sebagai salah satu perwujudan sikap *self-love*. Meira dan suaminya, Ernest serta kedua anaknya cukup sering melakukan perjalanan wisata, baik di dalam maupun ke luar negeri. Hal ini juga ditunjukkan oleh dua subjek lainnya, yaitu Intan dan Diyan yang juga menyukai perjalanan wisata sebagai perwujudan dari *self-love*. Berikut beberapa unggahan dari subjek yang menunjukkan bahwa *travelling* atau berwisata merupakan salah satu cara yang dianggap subjek sebagai sikap *self-love*:



Gambar 12 Unggahan *Body Positivity* dan *Self-love*.
(Sumber: Purwantini, 2018)

Sebagai korban dari perilaku *body shaming*, sikap *body positivity* dan *self-love* menjadi bagian yang turut menyertai informan dalam memaknai perilaku *body shaming* yang pernah dialaminya. Sikap-sikap ini ditunjukkan dengan berbagai cara, diantaranya adalah tampil percaya diri, menerima dan mencintai diri dan tubuh sendiri dengan melakukan olahraga seperti yang dilakukan oleh subjek Meira, atau dengan melakukan perjalanan wisata seperti yang ditunjukkan oleh Intan dan Diyan. Sikap *body positivity* dan *self-love* ini dilihat sebagai bentuk upaya mencegah dampak negatif *body shaming* sekaligus hasil atau pencapaian yang subjek peroleh

setelah mereka memahami dan menerapkan sikap-sikap tersebut dalam kehidupan sehari-harinya yang tampak melalui sosial media Instagram.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini dapat dibagi menjadi tiga hal. Pertama, Sebagai korban *body shaming* di Instagram informan menyadari bahwa mereka adalah korban perilaku *body shaming*. Pengalaman menjadi korban *body shaming* diungkapkan oleh informan dengan cara membuat unggahan pada akun Instagram mereka. Kesadaran dan adanya pengalaman mengalami perilaku *body shaming* membuat informan memiliki pengetahuan yang cukup luas tentang *body shaming*. Selain pengetahuan, informan yang merupakan korban perilaku *body shaming* membuat mereka tertarik dengan isu-isu *body shaming*.

Kedua, interaksi adalah sikap secara terbuka yang diungkapkan respon informan kepada perilaku *body shaming* yang menyimpak mereka. Interaksi ini dilakukan dengan berbagai cara mulai dari membuat unggahan khusus yang membahas perilaku *body shaming* hingga membalas komentar yang berbau *body shaming*. Menjadi korban *body shaming* membuat korban (informan) memiliki pandangan tersendiri mengenai pelaku *body shaming*. Mulai dari orang yang tidak memiliki moral, empati hingga tidak memiliki pendidikan.

Ketiga, sikap *body positivity* dan *self-love* adalah sebuah pemaknaan atas perilaku *body shaming* yang dialami. Dengan sikap *body positivity* dan *self-love* informan bisa lebih menghargai apa yang dimiliki dan telah diberikan kepada diri mereka. sikap *body positivity* dan *self-love* ini juga merupakan cerminan dari citra diri korban. Walau sulit untuk menerima kekurangan yang menjadi celah perilaku *body shaming* dan sempat ingin merubah apa yang telah dimiliki, pada akhirnya korban *body shaming* ini dapat memaknai perilaku *body shaming* secara positif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih banyak kepada kelima informan dalam penelitian ini yaitu Intan, Meira, Arbida, Diyan dan Rhisma.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, L. (2007). Citra Tubuh (Body Image) Remaja Perempuan. *Musawa*, Vol 5(No.4).
- Aminudin, M. (2018). Dosen Unibraw Tak Maafkan Pelaku yang Edit Foto Jadi Langsing. Retrieved January 1, 2019, from detikNews website: <https://news.detik.com/berita-jawa-timur/d-4140707/dosen-unibraw-tak-maafkan-pelaku-yang-edit-foto-jadi-langsing>
- Anastasia, M. (2018). *Imperfect*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Anastasia, M. (2019a). Dulu: Kenapa sih ada orang yg seneng komenin fisik? Retrieved from <https://www.instagram.com/p/B-cSFsXlM52/>
- Anastasia, M. (2019b). Foto ini adalah hasil capture-an dari salah satu video. Retrieved from <https://www.instagram.com/meiranastasia/>
- Anastasia, M. (2019c). jleb* Diingetin anak umur 5 tahun kalo ga boleh body shaming diri sendiri. Retrieved April 14, 2019, from <https://www.instagram.com/p/B5sS5jzlfIL/>
- Aprilita, D., & Listyan, R. H. (2016). Representasi Kecantikan Perempuan dalam Media Sosial Instagram (Analisis Semiotika Roland Barthes pada Akun @mostbeautyindo, @Bidadarisurga, dan @pauan_girl. *Paradigma*, Volume 04(Nomer 03), 1–13.
- Aziza, M., & Sari, K. (2020, July 7). 4 Selebritas Indonesia Ini Pernah Jadi Korban Body Shaming. Retrieved from Kompas.com website: <https://www.kompas.com/hype/read/2020/07/07/195013066/4-selebritas-indonesia-ini-pernah-jadi-korban-body-shaming?page=all>
- Berk, L. E. (2018). *Development through the lifespan* (7th ed.). Illinois State University.
- Bohang, F. K. (2017). Instagram Jadi Media “Cyber-Bullying” Nomor 1. Retrieved from kompasnew.com website: <https://tekno.kompas.com/read/2017/07/21/12520067/instagram-jadi-media-cyber-bullying-nomor-1?page=all>
- Chairani, L. (2018). Body Shame dan Gangguan Makan. *Buletin Psikologi*, 26(1), 12–27. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.27084>
- Denich, A. U., & Ifdil. (2015). Konsep Body Image Remaja Putri. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, Vol.3(No.2), 55–61.

- Fromm, E. (2014). *The Art of Loving: Memaknai Hakikat Cinta*. Indonesia: Gramedia Pustaka Utama.
- Geofani, D. (2019). Pengaruh Cyberbullying Body Shaming Pada Media Sosial Instagram Terhadap Kepercayaan Diri Wanita Karir Di Pekanbaru. *JOM FISIP*, Vol. 6.
- Gilbert, P. (2007). The evolution of shame as marker for relationship security. *The Self-Conscious Emotions: Theory and Research*, 283–309.
- Gordon, S. (2019). Why Kids Are Using Instagram to Bully. Retrieved from verywellfamily.com website: <https://www.verywellfamily.com/how-kids-use-instagram-to-bully-460579>
- Hine, C. (2000). *Virtual Ethnography*. SAGE Publications Ltd.
- I'anah, N. (2018). *Dinamika Psikologis Pemaknaan Remaja dengan Kehamilan Tidak Diinginkan terhadap Pengalaman First Sexual Intercourse*. Universitas Gadjah Mada.
- Jawapost.com. (2018). Cerita Dosen Lulusan University of Newcastle Jadi Korban Body Shaming. Retrieved January 3, 2019, from Jawabpost.com website: <https://www.jawapos.com/jpg-today/25/11/2018/cerita-dosen-lulusan-university-of-newcastle-jadi-korban-body-shaming/>
- Kaur-Gill, S., & Dutta, M. J. (2017). Digital Ethnography. *The International Encyclopedia of Communication Research Methods*. <https://doi.org/DOI:10.1002/9781118901731.iecrm0271>
- Kautsarina. (2017). Perkembangan Riset Etnografi Di Era Siber: Tinjauan Metode Etnografi Pada Dark Web. *Jurnal Masyarakat Telematika Dan Informasi*, 8 No.2, 145–158.
- Kemalasari. (2018). Cerita Korban Body Shaming. Retrieved January 1, 2019, from <https://www.instagram.com/kemalasari/>
- Kemalasari. (2019a). #kemalaritanyadong. Retrieved from <https://www.instagram.com/kemalasari/>
- Kemalasari. (2019b). I Have Belly. Retrieved from <https://www.instagram.com/kemalasari/>
- Khoshaba, D. (2012). A Seven-Step Prescription for Self-Love. Retrieved January 13, 2020, from <https://www.psychologytoday.com/us/blog/get-hardy/201203/seven-step-prescription-self-love>
- Kozinets, R. V. (1997). I Want To Believe': A Netnography of The X-Philes' Subculture of Consumption. *Advances in Consumer Research*, 24, 470–475.
- KPAI. (2020). *Sejumlah Kasus Bullying Sudah Warnai Catatan Masalah Anak di Awal 2020, Begini Kata Komisioner KPA*. Retrieved from <https://www.kpai.go.id/berita/sejumlah-kasus-bullying-sudah-warnai-catatan-masalah-anak-di-awal-2020-begini-kata-komisioner-kpai>
- Lestari, S. (2017). Karakteristik Distorsi Kognisi Pada Remaja Putri Penderita Gangguan Dismorfik Tubuh. *Prosiding Temu Ilmiah X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia*, 180–189. Retrieved from <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/ippi/article/view/2188/1651>
- Ma, X. (2001). Bullying and Being Bullied: To What Extent Are Bullies Also Victims? *American Educational Research Journal*, 38(2), 351–370. <https://doi.org/https://doi.org/10.3102/00028312038002351>
- Maryam, S., & Ifdil. (2019). Hubungan body image dengan penerimaan diri mahasiswa putri. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, Vol.3, No., 129–136. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.24036/4.13148>
- Moradi, B., Dirks, D., & Matteson, A. V. (2005). Roles of sexual objectification experiences and internalization of standards of beauty in eating disorder symptomatology: A test and extension of objectification theory. *Journal of Counseling Psychology*, 52(3), 420–428. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.3.420>
- Mosley, D. V., Abreu, R. L., Ruderman, A., & Crowell, C. (2017). Hashtags and hip-hop: exploring the online performances of hip-hop identified youth using Instagram. *Feminist Media Studies*, 17(2), 135–152. <https://doi.org/10.1080/14680777.2016.1197293>
- Murthy, D. (2008). Digital Ethnography: An Examination of the Use of New Technologies for Social Research. *Sociology*, 42(5), 837–855. <https://doi.org/10.1177/0038038508094565>

- Nila, A. (2019). Curly hot chili paper. Retrieved April 14, 2019, from <https://www.instagram.com/arbidanila/>
- Nindito, S. (2005). Pendekatan Fenomenologi : Pengantar Praktik Penelitian dalam Ilmu Sosial dan Komunikasi. *Jurnal ILMU KOMUNIKASI, VOLUME 2*, 79–94.
- Noorvitri, I. (2019). *Benarkah Bullying Merugikan Bagi Korban dan Pelaku?* Retrieved from <https://pijarsikologi.org/latar-belakang/>
- Olweus, D. (2009). Bullying at school. In L. R. Huesmann (Ed.), *Aggressive Behavior Current Perspectives*. New York: Plenum Press.
- Patton-Bey, S. (2016). Texas high school student commits suicide after years of cyberbullying, family says. Retrieved July 18, 2019, from NEW YORK DAILY NEWS website: <https://www.nydailynews.com/news/national/texas-high-school-student-cyberbullying-victim-commits-suicide-article-1.2894649>
- Pink, S., Horst, H. A., Postill, J., Lewis, T., & Tacchi, J. (2016). *Digital Ethnography Principles and Practice* (J. Seaman, Ed.). <https://doi.org/http://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Pramita, D. (2018). Dian Nitami Alami Body Shaming, Apa Dampak Body Shaming? Retrieved January 3, 2019, from Tempo website: <https://gaya.tempo.co/read/1160084/dian-nitami-alami-body-shaming-apa-dampak-body-shaming/full&view=ok>
- Puri, A. (2007). The Web of Insights: The Art and Practice of Webnography. *International Journal of Market Research*, 49(3), 387–408. <https://doi.org/10.1177/147078530704900308>
- Purwantini, D. (2018). Bukan rahasia (lagi). Retrieved April 14, 2019, from <https://www.instagram.com/diyanamatir/>
- Rachmah, E. N., & Baharuddin, F. (2019). *Faktor Pembentuk Perilaku Body Shaming Di Media Sosial*. 66–73.
- Salo, J. (2016). *Bullied beyond the grave teen who shot herself in front of her parents after relentless cyber-bullying is still being trolled by sickos*. Retrieved from <https://www.thesun.co.uk/news/2395342/teen-suicide-cyber-bullying-trolled-after-death-brandy-vela/>
- Samosi, D. T. P., & Sawitri, D. R. (2015). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Pengungkapan Diri Pada Remaja Awal Kelas VII. *Jurnal Empati*, 4(April), 14–19. Retrieved from <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/14885/14401>
- Schreiber, K. (2016). What Does Body Positivity Actually Mean? Retrieved from Psikology Today website: <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/the-truth-about-exercise-addiction/201608/what-does-body-positivity-actually-mean>
- Snodgrass, J. (2013). *Ethnography and Virtual Worlds: A Handbook of Method* Tom Boellstorff, Bonnie Nardi, Celia Pearce, and T. L. Taylor. Princeton: Princeton University Press, 2012. 264 pp. *American Anthropologist*, 115. https://doi.org/10.1111/aman.12038_2
- Sobur, A. (2014). *Filsafat Komunikasi: Tradisi dan Metode Fenomenologi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Ward, K. J. (1999). Cyber-Ethnography and the Emergence of the Virtually New Community. *Journal of Information Technology*, 14(1), 95–105. <https://doi.org/10.1177/026839629901400108>
- We Are Social & Hootsuite. (2020). Digital 2020. In *Global Digital Insights*. <https://doi.org/https://datareportal.com/reports/digital-2020-global-digital-overview>
- Willianto, D. A. (2017). *Hubungan Antara Konsep Diri Dan Citra Tubuhpada Perempuan Dewasa Awal*. UNIVERSITAS SANATA DHARMA.