



Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran  
<http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp>  
 Volume 7 Nomor 4, 2024  
 P-2655-710X e-ISSN 2655-6022

Submitted : 29/11/2024  
 Reviewed : 03/12/2024  
 Accepted : 05/12/2024  
 Published : 13/12/2024

Tasya Aulia Putri<sup>1</sup>  
 Wira Solina<sup>2</sup>  
 Rahmawati Wae<sup>3</sup>

## PERSEPSI PESERTA DIDIK TERHADAP PERILAKU *BODY SHAMING* DI KELAS XI SMKN 2 PADANG

### Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi dengan adanya peserta didik yang mengolok-ngolok berat badan temannya dengan sebutan gemuk, memanggil temannya dengan sebutan warna kulit, memanggil temannya dengan sebutan kribu karena rambutnya yang keriting, mengolok-ngolok temannya karena jerawat diwajah, dan temannya yang merasa tidak nyaman jika ada temannya di ejek karena jerawatnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan, 1) *Body Shaming* peserta didik yang terkait dengan *fat shaming*. 2) *Body Shaming* yang terkait dengan *skinny shaming*. 3) *Body Shaming* yang terkait dengan rambut tubuh/tubuh berbulu. 4) *Body Shaming* yang terkait dengan warna kulit. 5) *Body Shaming* yang terkait dengan wajah. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif, dengan populasi sebanyak 523 orang, teknik pengambilan sampel *random sampling*, dengan jumlah sampel 207 orang yang menggunakan hasil dari lotre, dan instrumen yang digunakan adalah angket. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif. Hasil Penelitian ini mengungkapkan bahwa : Persepsi peserta didik terhadap *Body Shaming* berada pada kategori setuju. Persepsi peserta didik terhadap indikator *fat shaming* berada pada kategori setuju, *skinny shaming* berada pada kategori setuju, rambut tubuh/tubuh berbulu berada pada kategori setuju, warna kulit berada pada kategori setuju, dan wajah berada pada kategori setuju. *Body Shaming* masih dianggap hal yang biasa, maka dari itu perlu memberikan pengetahuan terhadap peserta didik dampak yang terjadi dari *body shaming*, dan memberikan penguatan kepada korban yang pernah menjadi korban *body shaming* untuk meningkatkan kepercayaan dirinya.

**Kata Kunci:** Body shaming, Persepsi, Perilaku

### Abstract

This research was motivated by the existence of students who made fun of their friends' weight by calling them fat, calling their friends because of their skin color, calling their friends frizzy because their hair was curly, making fun of their friends because of acne on their faces, and their friends who felt uncomfortable. if a friend is teased because of his acne. The aim of this research is to describe, 1) Body Shaming of students related to fat shaming. 2) Body Shaming which is related to skinny shaming. 3) Body Shaming related to body hair/hairy bodies. 4) Body Shaming related to skin color. 5) Body Shaming related to the face. This research used quantitative descriptive research methods, with a population of 523 people, random sampling technique, with a sample size of 207 people using lottery results, and the instrument used was a questionnaire. The data analysis technique in this research uses descriptive statistics. The results of this research reveal that: Students' perceptions of Body Shaming are in the agree category. Students' perceptions of fat shaming indicators are in the agree category, skinny shaming is in the agree category, body hair/hairy bodies are in the agree category, skin color is in the agree category, and face is in the agree category. Body shaming is still considered normal, therefore it is necessary to provide knowledge to students about the impacts that occur from body shaming, and provide reinforcement to victims who have been victims of body shaming to increase their self-confidence.

**Keywords:** Body shaming, Perception, Behavior

<sup>1,2,3</sup>) Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas PGRI Sumatera Barat

email: tasyaauliaputri870@gmail.com<sup>1</sup>, wirasolina.ws@gmail.com<sup>2</sup>, rahmawae89@gmail.com<sup>3</sup>

## PENDAHULUAN

Menurut Notoatmojo (2007:7) masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Masa ini merupakan masa perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan sosial. Di sebagian besar masyarakat dan budaya masa remaja pada umumnya di mulai pada usia 10-13 dan berakhir pada usia 18-22 tahun. Menurut Rolis (2023:12) masa remaja juga bisa dibilang masa yang berada pada rentang waktu yang paling banyak mengalami pengalaman perubahan, baik secara fisik maupun psikis, yang mungkin saja dapat menimbulkan permasalahan bagi si remaja. Apabila tidak disertai dengan upaya pemahaman diri dan pengarahan diri secara tepat, kemungkinan dapat mengarah ke berbagai hal yang tidak baik. Permasalahan yang timbul pada masa remaja yaitu ketika pertumbuhan dan perkembangan fisik tidak proporsional seperti pertumbuhan tinggi badan yang lambat, badan yang terlihat kurus atau gemuk warna kulit yang ada sawo matang atau putih, serta keadaan fisik tidak sesuai dengan harapan, maka dapat menimbulkan rasa tidak puas, tidak percaya diri, sehingga teman-teman secara mudah untuk melakukan tindakan *Body Shaming*.

Menurut Gilbert (2007: 2) *Body Shaming* adalah tindakan mengolok-olok seseorang karena memiliki kondisi tubuh atau penampilan yang secara fisik tidak proporsional. Tindakan *Body Shaming* dapat dilihat sebagai perilaku atau sikap yang melihat dan mempertimbangkan berat badan, ukuran tubuh, dan daya tarik diri sendiri dengan orang lain. Menurut *Urban Dictionary*, *Body Shaming* adalah tindakan merendahkan penampilan fisik seseorang. Meski sering dianggap remeh, *Body Shaming* dapat berdampak buruk bagi seseorang. Menurut Miller (2016:5) dikarenakan minimnya pengetahuan mengenai tindakan atau perlakuan *Body Shaming* banyak korban yang mengaku mengalami kejadian tersebut dari dalam lingkungan rumah oleh orangtua atau kerabatnya sendiri. Peristiwa seperti ini sangat disayangkan adanya, banyak orang yang tidak memiliki kesadaran penuh dalam memilih kata atau kalimat dalam sebuah komunikasi yang besar dampaknya bagi lawan bicara tersebut. Komentar basa-basi pada sebuah percakapan menjadi peringkat pertama sebagai pengantar terjadinya *body shaming* dalam sebuah forum atau kelompok percakapan.

Hasil penelitian Yoan Rachmawati Putri (2022) "Fenomena *Body Shame* pada Mahasiswi BKI Angkatan 2017 IAIN Surakarta". Menunjukkan bahwa *bullying* mirip dengan *body shaming*, *body shaming* dapat menghalangi korban untuk berpartisipasi dalam kegiatan sosial karena ia merasa tidak aman dan tanggapan negatif terhadap *body shaming* dapat menimbulkan sensasi yang tidak menyenangkan. Selanjutnya hasil penelitian, Gusti Ayu Rivanya Pratistitha (2023) berjudul "Pengaruh Sosial Media dan *Body Shaming* Terhadap Gangguan Makan Remaja". Menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara sosial media dan *body shaming* dengan munculnya gangguan makan pada remaja. Beredarnya konten mengenai penampilan dan ditambah dengan selebriti dan *influencer* di sosial media seolah menanamkan bentuk tubuh yang ideal yaitu tubuh yang langsing. Adanya komentar buruk mengenai tubuh mereka, semakin membuat mereka ingin memiliki tubuh yang langsing dan kurus. Mereka tidak puas dengan citra tubuh mereka saat ini sehingga melakukan diet yang lebih ketat, dan terjadilah gangguan.

Berdasarkan hasil observasi khususnya pada peserta didik di SMKN 2 Padang pada tanggal 12 Juli 2024 pendapat dari peserta didik bahwa adanya peserta didik yang menjadi korban *Body Shaming* yang terkait dengan *fat shaming*, *skinny shaming*, rambut tubuh/tubuh berbulu, warna kulit dan wajah. Hal tersebut termasuk kedalam bentuk-bentuk tindakan *Body Shaming* yang terjadi pada peserta didik, Berdasarkan hasil wawancara yang telah peneliti lakukan pada tanggal 15 Juli 2024, yaitu peserta didik yang menjadi korban terhadap tindakan *Body Shaming*, seperti temannya yang memiliki badan yang besar diberi sebutan gemuk, temannya yang memiliki warna kulit yang sedikit gelap diberi gelar si hitam, temannya yang memiliki jerawat diwajahnya ditertawakan, temannya yang memiliki rambut yang kembang dan keriting di gelar oleh teman lainnya, dan temannya yang memiliki tubuh yang pendek pun diberi gelar jika dipanggil. Maka dari hasil dari wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku *Body Shaming* masih di anggap hal biasa oleh peserta didik, maka peneliti ingin mengetahui bagaimana pandangan/persepsi peserta didik terhadap perilaku *Body Shaming*. Dari wawancara penulis terhadap Guru BK memang terdapat peserta didik yang mengalami tindakan *Body*

*Shaming*, tetapi tidak langsung terlihat didepan guru BK, maka penulis tertarik untuk meneliti pandangan peserta didik terhadap *Body Shaming*. Dari fenomena yang terjadi di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Persepsi Peserta Didik terhadap Perilaku *Body Shaming* di Kelas XI SMKN 2 Padang”.

**METODE**

Penelitian ini berjenis penelitian deskriptif kuantitatif. Menurut Rifa’i (2021:07) mengemukakan bahwa penelitian kuantitatif, yaitu penelitian yang mengumpulkan data berupa angka atau data kualitatif yang diangkakan, misalnya terdapat dalam skala pengukuran. Tujuan dari penelitian deskriptif ini adalah untuk membuat deskripsi, gambaran, atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antarfenomena yang diselidiki.

Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI SMKN 2 Padang dengan jumlah 523 orang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif, dengan populasi sebanyak 523 orang, teknik pengambilan sampel *random sampling*, dengan jumlah sampel 207 orang yang menggunakan hasil dari lotre, dan instrumen yang digunakan adalah angket. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif. Kelas yang terpilih yaitu 6 kelas, diantaranya XI PPLG 1, XI TKJ 1, XI ULP 1, XI MPLB 3, XI AKL 2, dan XI PMS 1.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Deskripsi Hasil Penelitian**

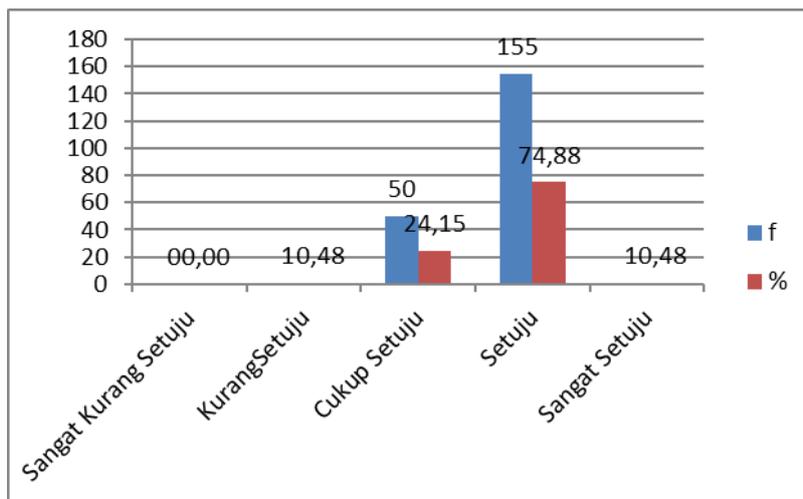
*Deskripsi Body Shaming*

Sesuai dengan variabel penelitian untuk mengetahui persepsi peserta didik terhadap perilaku *Body Shaming*, peneliti mengajukan angket sebanyak 40 butir pertanyaan tentang *Body Shaming* yang diajukan kepada responden penelitian. Hasil pengukuran dengan menggunakan kriteria penilaian tersebut dinyatakan dalam bentuk skor angket berbentuk skala *likert* bobot skor 5 sampai 1 untuk pernyataan positif (+) dan 1 sampai 5 untuk pernyataan negatif (-) . Berdasarkan jawaban responden maka persepsi peserta didik terhadap perilaku *Body Shaming* bisa dilihat dari table berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Kategori Skor *Body Shaming* Secara Umum

| Klasifikasi | Kategori             | f   | %     |
|-------------|----------------------|-----|-------|
| ≥ 168       | Sangat Setuju        | 1   | 0.48  |
| 136 - 167   | Setuju               | 155 | 74.88 |
| 104 - 135   | Cukup Setuju         | 50  | 24.15 |
| 72 - 103    | Kurang Setuju        | 1   | 0.48  |
| ≤ 71        | Sangat Kurang Setuju | 0   | 0.00  |
| <b>Σ</b>    |                      | 207 | 100   |

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik berikut.



Gambar 1. Grafik Deskripsi *Body Shaming*

Jadi, persepsi peserta didik terhadap *Body Shaming* yang terjadi terkait pertanyaan yang diberikan yaitu menolak akan adanya *Body Shaming* dengan persentase 74,88%, yang terdapat pada kategori setuju.

Selanjutnya akan diolah data sesuai dengan indikator dari *Body Shaming* yaitu :

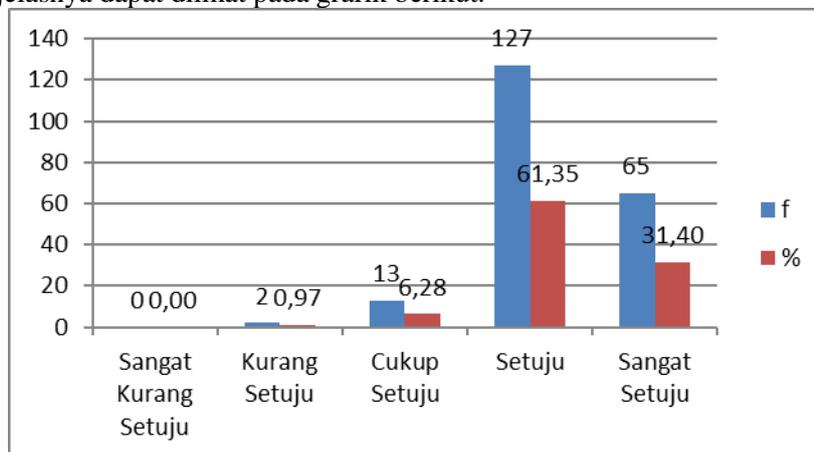
**a. *Fat Shaming* (Tindakan Mengejek atau Mempermalukan Orang yang Memiliki Berat Badan Berlebih/Tinggi)**

Sesuai dengan indikator penelitian, untuk mengetahui persepsi peserta didik terhadap *fat shaming*, peneliti mengajukan angket sebanyak 8 butir pertanyaan tentang bagaimana pandangan peserta didik terhadap teman yang memiliki berat badan yang berlebih/tingginya Berdasarkan jawaban responden maka deskripsi dari indikator *fat shaming* dapat dilihat dari tabel berikut.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi dan Kategori Skor *Fat Shaming*

| Klasifikasi | Kategori             | f   | %     |
|-------------|----------------------|-----|-------|
| $\geq 32$   | Sangat Setuju        | 65  | 31.40 |
| 26 - 31     | Setuju               | 127 | 61.35 |
| 20 - 25     | Cukup Setuju         | 13  | 6.28  |
| 14 - 19     | Kurang Setuju        | 2   | 0.97  |
| $\leq 13$   | Sangat Kurang Setuju | 0   | 0.00  |
| $\Sigma$    |                      | 207 | 100   |

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik berikut.



Gambar 2. Grafik Indikator *Fat Shaming*

Jadi, hasil dari indikator *fat shaming* yaitu memiliki 61,35% berada pada kategori setuju, maka terdapat peserta didik yang setuju terhadap pertanyaan yang diberikan berupa penolakan terhadap *Body Shaming* pada indikator *fat shaming*.

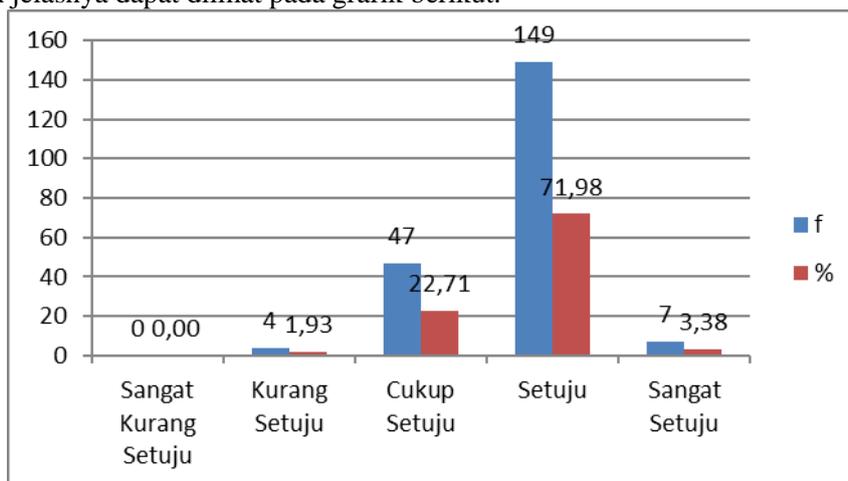
**b. Skinny Shaming (Tindakan Mengejek atau Mempermalukan Orang yang Memiliki Tubuh yang Kurus/Pendek)**

Sesuai dengan indikator penelitian, untuk mengetahui persepsi peserta didik terhadap *skinny shaming*, peneliti mengajukan angket sebanyak 8 butir pertanyaan tentang bagaimana pandangan peserta didik terhadap teman yang memiliki badan yang kurus/tubuh yang pendek . Berdasarkan jawaban responden maka deskripsi dari indikator *fat shaming* dapat dilihat dari tabel berikut.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi dan Kategori Skor *Skinny Shaming*

| Klasifikasi | Kategori             | f   | %     |
|-------------|----------------------|-----|-------|
| ≥ 32        | Sangat Setuju        | 7   | 3.38  |
| 26 - 31     | Setuju               | 149 | 71.98 |
| 20 - 25     | Cukup Setuju         | 47  | 22.71 |
| 14 - 19     | Kurang Setuju        | 4   | 1.93  |
| ≤ 13        | Sangat Kurang Setuju | 0   | 0.00  |
| Σ           |                      | 207 | 100   |

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik berikut.



Gambar 3. Grafik Indikator *Skinny Shaming*

Jadi, hasil dari indikator *skinny shaming* yaitu memiliki 71,98% berada pada kategori setuju, maka terdapat peserta didik yang setuju terhadap pertanyaan yang diberikan untuk penolakan *Body Shaming* terhadap indikator dari *skinny shaming*.

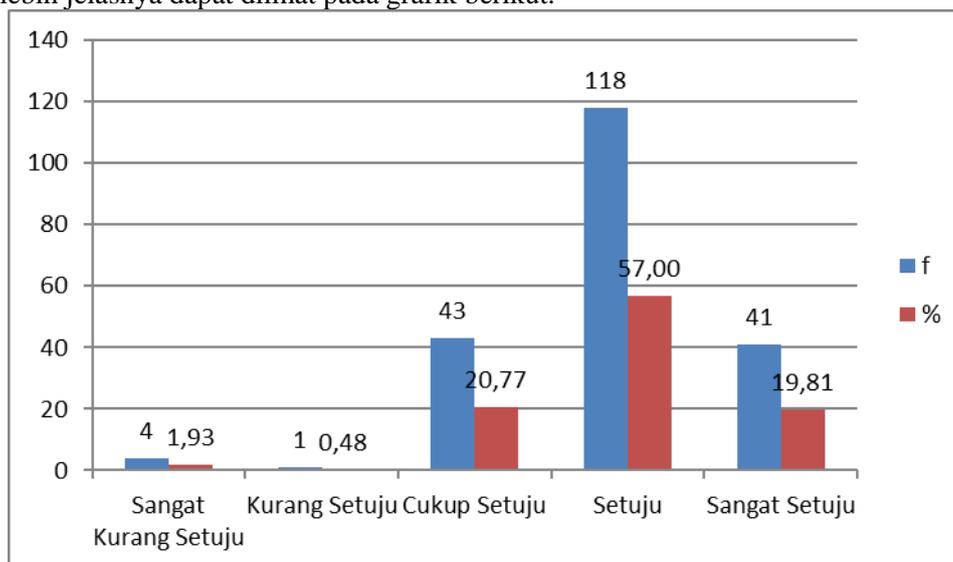
**c. Rambut Tubuh/Tubuh Berbulu**

Sesuai dengan indikator penelitian, untuk mengetahui persepsi peserta didik terhadap rambut ditubuh/ tubuh yang berbulu, peneliti mengajukan angket sebanyak 7 butir pertanyaan tentang bagaimana pandangan peserta didik terhadap teman yang memiliki rambut tubuh/tubuh berbulu. Berdasarkan jawaban responden maka deskripsi dari indikator rambut tubuh/tubuh berbulu dapat dilihat dari tabel berikut.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi dan Kategori Skor Rambut Tubuh/Tubuh Berbulu

| Klasifikasi | Kategori             | f   | %     |
|-------------|----------------------|-----|-------|
| ≥ 31        | Sangat Setuju        | 41  | 19.81 |
| 25 - 30     | Setuju               | 118 | 57.00 |
| 19 - 24     | Cukup Setuju         | 43  | 20.77 |
| 13 - 18     | Kurang Setuju        | 1   | 0.48  |
| ≤ 12        | Sangat Kurang Setuju | 4   | 1.93  |
| Σ           |                      | 207 | 100   |

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik berikut.



Gambar 4. Grafik Indikator Rambut Tubuh/Tubuh Berbulu

Jadi, hasil dari indikator rambut tubuh/tubuh berbulu yaitu memiliki 57,00% berada pada kategori setuju, maka terdapat peserta didik yang setuju terhadap penolakan dari terjadinya *Body Shaming*, terdapat pada indikator rambut tubuh/tubuh berbulu

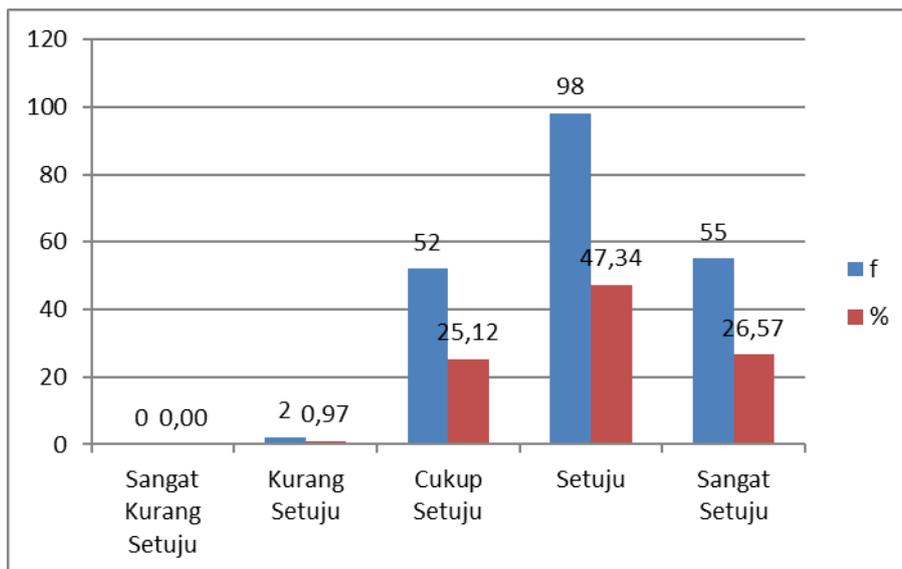
**d. Warna Kulit**

Sesuai dengan indikator penelitian, untuk mengetahui persepsi peserta didik terhadap warna kulit, peneliti mengajukan angket sebanyak 10 butir pertanyaan tentang bagaimana pandangan peserta didik terhadap teman yang memiliki warna kulit yang berbeda-beda Berdasarkan jawaban responden maka deskripsi dari indikator rambut tubuh/tubuh berbulu dapat dilihat dari tabel berikut.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi dan Kategori Skor Warna Kulit

| Klasifikasi | Kategori             | f   | %     |
|-------------|----------------------|-----|-------|
| ≥ 42        | Sangat Setuju        | 55  | 26.57 |
| 34 - 41     | Setuju               | 98  | 47.34 |
| 26 - 33     | Cukup Setuju         | 52  | 25.12 |
| 18 - 25     | Kurang Setuju        | 2   | 0.97  |
| ≤ 17        | Sangat Kurang Setuju | 0   | 0.00  |
| Σ           |                      | 207 | 100   |

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik berikut



Gambar 5. Grafik Indikator Warna Kulit

Jadi, hasil dari indikator warna kulit yaitu memiliki 47,34% berada pada kategori setuju, maka terdapat peserta didik yang setuju terhadap penolakan terjadinya *Body Shaming*, yang berada pada indikator warna kulit.

**e. Wajah**

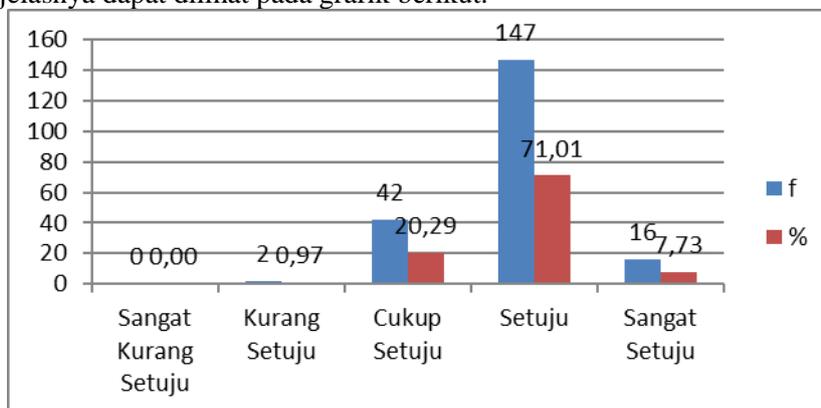
Sesuai dengan indikator penelitian, untuk mengetahui persepsi peserta didik terhadap wajah, peneliti mengajukan angket sebanyak 7 butir pertanyaan tentang bagaimana pandangan peserta didik terhadap teman yang memiliki bentuk wajah yang berbeda-beda.

Berdasarkan jawaban responden maka deskripsi dari indikator rambut tubuh/tubuh berbulu dapat dilihat dari tabel berikut.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi dan Kategori Skor Wajah

| Klasifikasi | Kategori             | f   | %     |
|-------------|----------------------|-----|-------|
| ≥ 31        | Sangat Setuju        | 16  | 7.73  |
| 25- 30      | Setuju               | 147 | 71.01 |
| 19 - 24     | Cukup Setuju         | 42  | 20.29 |
| 13 - 18     | Kurang Setuju        | 2   | 0.97  |
| ≤ 12        | Sangat Kurang Setuju | 0   | 0.00  |
| Σ           |                      | 207 | 100   |

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik berikut.



Gambar 7. Grafik Indikator Wajah

Jadi, hasil dari indikator wajah yaitu memiliki 71,01% berada pada kategori setuju, maka terdapat peserta didik yang setuju terhadap penolakan terjadinya *body shaming*, yang berada pada indikator wajah pada pertanyaan yang diberikan.

**Rekapitulasi Hasil Penelitian**

Rekapitulasi deskripsi hasil penelitian persepsi peserta didik terhadap perilaku *Body Shaming* di kelas XI SMKN 2 Padang diuraikan dalam Tabel berikut.

Tabel 7. Rekapitulasi Hasil Penelitian

| Variabel/ Indikator       | Jumlah Persentase (%) |        |              |               |                      |
|---------------------------|-----------------------|--------|--------------|---------------|----------------------|
|                           | Sangat Setuju         | Setuju | Cukup Setuju | Kurang Setuju | Sangat Kurang Setuju |
| <i>Body Shaming</i>       | 0,48                  | 74,88  | 24,15        | 0,48          | -                    |
| <i>Fat Shaming</i>        | 31,40                 | 61,35  | 6,28         | 0,97          | -                    |
| <i>Skinny Shaming</i>     | 3,38                  | 71,98  | 22,71        | 1,93          | -                    |
| RambutTubuh/Tubuh Berbulu | 19,81                 | 57,00  | 20,77        | 0,48          | 1,93                 |
| Warna Kulit               | 26,57                 | 47,34  | 25,12        | 0,97          | -                    |
| Wajah                     | 7,73                  | 71,01  | 20,29        | 0,97          | -                    |

Pada tabel, dapat dilihat dari persepsi peserta didik terhadap *body shaming* berada pada kategori setuju dengan persentase 74,88%. Berdasarkan indikator dari *body shaming* persentase yang tertinggi bearada pada indikator *skinny shaming* dengan persentase 71,98%.

a. *Fat Shaming*

Persepsi peserta didik terhadap *fat shaming* di kelas XI SMKN 2 Padang berada pada kategori setuju dengan persentase 61,35% dan juga ada pada kategori sangat setuju dengan persentase 31,40%. Artinya peserta didik memiliki persepsi bahwa tindakan mengejek atau mempermalukan orang yang memiliki berat badan yang berlebih tidak harus ditertawakan. *Fat shaming* termasuk jenis yang paling populer dari *Body Shaming*.

Menurut Fauzia (2019: 2) *Body shaming* atau mengomentari kekurangan fisik orang lain tanpa disadari sering dilakukan orang-orang. Meski bukan kontak fisik yang merugikan, namun *body shaming* sudah termasuk jenis perundungan secara verbal atau lewat kata-kata. Bahkan dalam komunikasi sehari-hari tidak jarang terselip kalimat candaan yang berujung pada *body shaming*. Perilaku *body shaming* dapat menjadikan seseorang semakin merasa tidak aman dan tidak nyaman terhadap penampilan fisiknya dan mulai menutup diri baik terhadap lingkungan maupun orang-orang. *Fat shaming* adalah komentar negatif terhadap orang-orang yang memiliki badan gemuk atau plus size. *Body Shaming* atau mengomentari kekurangan dari fisik orang lain dapat dikategorikan dalam perundungan secara verbal atau lewat kata-kata. Secara sederhana, *Body Shaming* dapat diartikan sebagai sikap atau perilaku yang negatif terhadap berat badan, ukuran tubuh, dan penampilan seseorang.

b. *Skinny Shaming*

Persepsi peserta didik terhadap *skinny shaming* di kelas XI SMKN 2 Padang berada pada kategori setuju dengan persentase 71,98% dan juga ada pada kategori cukup setuju dengan persentase 22,71%. Artinya peserta didik memiliki persepsi bahwa tindakan mengejek, mempermalukan, dan memberi gelar orang yang memiliki badan yang kurus/kecil adalah hal yang tidak baik.

Menurut Green (2017: 87) *Body shaming* membuat seseorang merasa tidak nyaman dengan penampilannya. Mengomentari penampilan seseorang tidak seharusnya dilakukan jika orang tersebut tidak membuka pertanyaan terlebih dahulu, tidak baik jika memberitahu orang untuk mengubah sesuatu yang tidak dapat diubah secara permanen maupun sementara. *Body shaming* dapat ditemukan di sekitar kita, dari mana saja dan dalam bentuk apa saja, tidak terkecuali.

Lebih tepatnya *body shaming* tidak seharusnya ditanggung sendiri dengan cara apapun. Laki-laki dan perempuan memiliki peluang yang sama untuk mengalami *body shaming*.

#### c. Rambut Tubuh/Tubuh Berbulu

Persepsi peserta didik terhadap rambut tubuh/tubuh berbulu di kelas XI SMKN 2 Padang berada pada kategori setuju dengan persentase 57,00% dan juga ada pada kategori cukup setuju dengan persentase 20,77%. Artinya peserta didik memiliki persepsi bahwa tindakan menertawakan bentuk rambut dari seseorang adalah hal yang tidak baik atau tidak pantas untuk ditertawakan. Rambut tubuh/tubuh yang berbulu merupakan bentuk dari *Body Shaming* dengan menghina seseorang yang dianggap memiliki rambut-rambut berlebih di tubuh, seperti di lengan ataupun di kaki. Terlebih pada perempuan akan dianggap tidak menarik jika memiliki tubuh berbulu.

Menurut Mutmainah (2020: 18) *Body shaming* adalah kurangnya kesadaran bahwa *body shaming* itu salah dan bisa dikriminalisasi jika ada pengaduan dari korban *body shaming*. Masyarakat Indonesia selalu mengasosiasikan sesuatu yang kebarat-baratan dengan kesempurnaan, seperti memiliki kulit putih, perawakan tinggi, dan tubuh langsing, sedangkan orang Indonesia bertubuh pendek, hitam, maupun bertubuh besar yang dianggap sebagai bagian yang tidak diinginkan. Masyarakat memandang *body shaming* sebagai hal yang lumrah, mirip dengan kritikan fisik atau gurauan, namun karena merupakan tindakan yang tidak baik, maka digolongkan sebagai *bullying* verbal.

#### d. Warna Kulit

Persepsi peserta didik terhadap warna kulit di kelas XI SMKN 2 Padang berada pada kategori setuju dengan persentase 47,34% dan juga ada pada kategori sangat setuju dengan persentase 26,57%. Artinya peserta didik memiliki persepsi bahwa tindakan menertawakan warna kulit seseorang adalah hal yang tidak baik, dimana setiap warna kulit seseorang pasti berbeda, ada yang putih, sawo matang, dan lainnya. Perilaku *Body Shaming* dapat menjadikan seseorang semakin merasa tidak aman dan tidak nyaman terhadap penampilan fisiknya dan mulai menutup diri baik terhadap lingkungan maupun orang-orang.

Menurut Septina (2023: 4) *Body shaming* ialah hal yang paling sensitif jika dampaknya pada diri kita karena sangat berpengaruh terhadap pada diri kita yang menimbulkan rasa malu. Bahkan, sekalipun orang tersebut tidak akan dapat dan bisa melihat tubuh sebagian dari kita dan tubuh kita merupakan tempat untuk menjadi kepribadian tersendiri pada diri kita. Rasa malu yang ego biasanya dirasakan oleh setiap orang mulai dari pengenalan tubuhnya hingga penilaian orang belum tentu akan sesuai dengan diri yang ideal sebagaimana yang diharapkan pada umumnya. Biasanya yang dapat berkomentar tentang *body shaming* ini tidaklah laki-laki tapi malah justru sebaliknya malah sering antar sama perempuan lainnya. Apalagi orang yang tidak kita kenal sama sekali, tidak dekat dan belum kenal dengannya.

#### e. Wajah

Persepsi peserta didik terhadap wajah di kelas XI SMKN 2 Padang berada pada kategori setuju dengan persentase 71,01% dan juga ada pada kategori cukup setuju dengan persentase 20,29%. Artinya peserta didik memiliki persepsi bahwa tindakan menertawakan bentuk wajah seseorang adalah hal yang pantas, seperti wajah yang terlalu tirus, ada jerawat, ada komedo atau hal lainnya.

Menurut Sihombing (2021: 43) Korban dari tindakan *body shaming* juga tidak mengenal usia, beberapa diantaranya sudah mengalami tindakan *body shaming* sejak masa kanak-kanak, masa sekolah ataupun ada yang baru mengalami ketika masuk usia dewasa. Data pada tulisan ini didominasi oleh informan yang mengalami tindakan *body shaming* sejak masa kanak-kanak tepatnya ketika duduk di bangku sekolah dasar, hal tersebut menjadikan pengalaman yang dirasakan para korban terekam dan menjadi salah satu faktor korban terbentuk dengan kualitas yang berbeda-beda, ada yang dengan kualitas diri yang rendah dan ada juga yang memiliki kualitas diri yang tinggi. Ditambah pelaku dari tindakan *body shaming* mempengaruhi kehidupan korban berupa lingkungan internal maupun eksternal. Lingkungan internal seperti sahabat, kerabat, teman sepermainan, kekasih hingga orang tua menjadi pelaku dari lingkungan internal. Sedangkan pelaku pada lingkungan eksternal dapat berupa orang-orang asing yang baru pertama kali berjumpa atau orang-orang yang hanya beberapa kali bertemu. Dampak yang ditimbulkan akibat dari tindakan *body shaming* bermacam, terutama untuk individu yang

memiliki kualitas diri yang kurang baik, korban akan merasa tertekan, merasa direndahkan, bahkan memicu terjadinya keinginan untuk bunuh diri.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang persepsi peserta didik terhadap perilaku *Body Shaming* di kelas XI SMKN 2 Padang dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Persepsi peserta didik terhadap perilaku *body shaming* berada pada kategori setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa peserta didik setuju terhadap penolakan terjadinya *body shaming*.
2. Persepsi peserta didik terhadap indikator *fat shaming* berada pada kategori setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa peserta didik setuju terhadap penolakan terjadinya *body shaming* pada indikator *fat shaming*.
3. Persepsi peserta didik terhadap indikator *skinny shaming* berada pada kategori setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa peserta didik setuju terhadap penolakan terjadinya *body shaming* pada indikator *skinny shaming*.
4. Persepsi peserta didik terhadap indikator rambut tubuh/tubuh berbulu berada pada kategori setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa peserta didik setuju terhadap penolakan terjadinya *body shaming* pada indikator rambut tubuh/tubuh berbulu.
5. Persepsi peserta didik terhadap indikator warna kulit berada pada kategori setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa peserta didik setuju terhadap penolakan terjadinya *body shaming* pada indikator warna kulit.
6. Persepsi peserta didik terhadap indikator wajah berada pada kategori setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa peserta didik setuju terhadap penolakan terjadinya *body shaming* pada indikator wajah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M dan M. Asrori. (2016). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Bumi Aksara. Jakarta.
- Atsila, R. I., Satriani, I., & Adinugraha, Y. (2021). Perilaku *Body Shaming* dan Dampak Psikologis pada Mahasiswa didik Kota Bogor. *Jurnal Komunikatif*, 10(1), 84–101. <https://doi.org/10.33508/jk.v10i1.2771>
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Sebuah Pendekatan Praktek*. Jakarta ; Rineka Cipta.
- Bauman, T. J., & Strickland, J. (2008). Pain Management. In J.T. Dipiro., R. L. Talbert, G. C. Yee, G. R. Matzke, B. G. Wells, & L. M. Posey. *Pharmacotherapy: A Pathophysiological Approach*. New York: Mc Graw Hill Companies.
- Cash, T. F., dan Pruzinsky, T. (2002). *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. New York, USA: The Guilford Press.
- Einarsen, S. V., Hoel, H., Zapf, D., & Cooper, C. (2020). *Bullying and Harassment in the Workplace: Theory, Research and Practice. 3rd Edition*. Boca Raton: CRC Press.
- Fauzia, T. ., & Rahmiaji., L. . (2019). Memahami Pengalaman *Body Shaming* Pada Remaja Perempuan. Semarang: *E-Journal UNDIP*, 4–5.
- Gilbert, P dan Miles, J. (2002). *Body Shame Conseptualization, Research and Treatment*. New York: *Brunner-Routledge*.
- Green. (2017). *Body Image and Body Shaming*. Newyork: Lucent Press.
- Hanifatunnisa & Eva Lidya. (2023). Fenomena Korban *Body Shaming* pada Mahasiswa FISIP Universitas: *Journal of Demography, Etnography, and Social Transformation*, Vol 3 No 1.
- Kurniawan, A., Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2023). Hubungan *Body Image* Dengan Kepercayaan Diri Pada Korban *Body Shaming* Pengguna *Instagram*. *Psikosains*, 18(1), 1–9.
- Mutmainah, Ayuhan Nafsul. (2020). Analisis Yuridis terhadap Perilaku Penghinaan Citra tubuh (*Body Shaming*) Dalam Hukum Pidana di Indonesia Dinamika: *Jurnal Ilmiah Ilmu Hukum*, 26 (8), 975 – 987.
- Rahmadani, Dian Seva & Siti Muyana. (2023). Studi Literatur: Perilaku *Body Shaming* di Kalangan Remaja: *Jurnal Universitas Ahmad Dahlan*.
- Robins. (2008). *Prilaku Organisasi*. Jakarta:Selemba Empat.
- Rolis, L., Sugiarto, A., Erawati, E., & Suharsono, S. (2023). Hubungan *Body Shaming* Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Di SMAN 1 Pacitan Kabupaten Pacitan. *Jurnal Perawat*

- Indonesia*, 7(2), 1469–1479. <https://doi.org/10.32584/jpi.v7i2.1535>.
- Sari, Dian Yustika & Yuyun Sunesti. (2021). *Body Shaming, Citra Tubuh Ideal dan Kaum Muda Kampus: Studi Fenomenologi terhadap Mahasiswa UNS* : *Journal of Development and Social Change*, Vol 4 No 2 Oktober.
- Sakinah. (2018). “ Ini Bukan Lelucon ”: *Body Shaming, Citra Tubuh, Dampak, dan Cara Mengatasinya*: *Emik-Journal of Muslim University of Maros*.
- Sihombing, J. C. (2021). Fenomena *Body Shaming* Terhadap Perempuan (Studi Kasus Mahasiswi Fisip Usu: *Journal of Demography, Etnography, and Social Transformation*.