

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perbedaan fisik setiap orang akan melahirkan standarisasi ideal, seperti kulit hitam, tinggi tidak proporsional, gemuk, hidung pesek, dan rambut tidak lurus. Masyarakat akan menganggap perbedaan ini sebagai ketidaksempurnaan. Kondisi fisik yang dihina, dimaki yang dianggap tidak sempurna. Fenomena ini disebut *body shaming*.¹ Dari pembahasan tersebut dapat dikatakan bahwa persoalan yang menyangkut tentang perbedaan fisik merupakan fenomena yang kerap kali menjadi pembeda dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut penelitian Sihombing, sebanyak 966 kasus *body shaming* ditangani oleh polisi pada tahun 2018, menurut Kementerian Sosial. Penelitian ini menunjukkan bahwa *body shaming* harus menjadi masalah yang lebih serius bagi masyarakat dan pemerintah. Korban *body shaming* dapat mengalami berbagai efek, terutama bagi mereka yang tidak percaya diri. Mereka merasa tertekan, direndahkan, atau bahkan memiliki keinginan untuk bunuh diri.²

¹ E. Nasution dan Simanjuntak, "Pengaruh Body Shaming Terhadap Self-Esteem Siswa SMP", *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan* 5, nomor 7 (2020): 962.

² A. B. Prayoga dan Mahadian, "Pemaknaan Korban Body Shaming Di Instagram (Studi Fenomenologi Pada Korban Tindak Body Shaming Di Instagram) Interpretasi Korban Body Shaming Di Instagram (Studi Fenomenologi Pada Korban Tindak Body Shaming Di Instagram)," *Jurnal Manajemen* 9, no. 2 (2022): 1008–1015.

Menurut ZAP *Beauty Index*, dalam penelitian Stara asrita yang melakukan survei melibatkan 6.460 wanita di Indonesia yang berusia 13 hingga 65 tahun dianggap mewakili suara wanita Indonesia dari berbagai generasi, termasuk generasi Z, yang terdiri dari orang-orang berusia 14 hingga 22 tahun. Lebih dari 50% wanita Indonesia memiliki keyakinan bahwa dia pernah menjadi korban *body shaming* sepanjang hidupnya, dengan 62,2% dari mereka mengaku mengalaminya. Millennial dan generasi Z cenderung lebih banyak mengalami perilaku *Body shamming* daripada generasi X, 47 persen wanita mengalami body shaming yang dianggap terlalu berisi, 34,4% mengalami body shaming karena dianggap terlalu banyak memiliki jerawat, 28.1% mengalami *body shaming* yang dianggap terlalu tembam, dan 23,4 persen mengalami *body shaming* yang dianggap terlalu yang terlalu kurus.³

Berdasarkan observasi awal yang penulis lakukan di gereja Toraja Mamasa jemaat Bukit Sion Batupeluru, Penulis menemukan adanya perilaku *Body Shamming* pada kalangan pemuda yang berupa penghinaan fisik seperti badan yang pendek dan rambut yang ikal setelah melihat kejadian yang dialami pemuda tersebut itu Penulis mencoba melakukan wawancara awal kepada pemuda yang mengalami perilaku body shamming Sarah (18) Dalam wawancara tersebut ia mengatakan bahwa “memang saya pantas

³Kris Hardi, dkk, *Makna Lagu "Pretty Real" Sebagai Kritik Terhadap Perilaku Body Shamming Terhadap Perempuan*. Jurnal Komunikasi Pemberdayaan, Vol. 1, No. 1, Juni 2022,

mendapatkan hinaan karena fisik saya tidak cantik badan pendek dan rambut yang tidak lurus” dampak dari perilaku *body shaming* yaitu enggan bersosialisasi, mengurung diri, dan merasa dirinya tidak berharga dan mulai tidak mencintai dirinya.⁴ Dari hasil wawancara tersebut dapat dilihat jika korban perilaku *body shaming* mengalami penghinaan fisik yang menyebabkan korban menarik diri dari lingkungan sosialnya, merasa dirinya tidak berharga, dan mulai merasa tidak mencintai dirinya. Berdasarkan masalah tersebut penulis akan memberikan solusi yaitu *self love*

Dari penjelasan diatas dapat dipahami bahwa *Self love* atau cinta diri sendiri adalah dapat membangun ketahanan dan mengatasi efek negatif *body shaming*. Ini juga terkait dengan ide penyembuhan diri (penyembuhan diri) atau harga diri (harga diri). Semua ini dilakukan untuk membantu setiap orang lebih dapat menerima dan berdamai dengan diri mereka sendiri.⁵ Pembahasan diatas menjelaskan bahwa *self love* adalah suatu upaya yang dilakukan dalam bentuk mencintai diri sendiri. Penulis memilih teori cinta diri karena percaya bahwa konsep mencintai diri dapat menghargai diri sendiri. Teori ini bermula dari apa yang telah diberikan Tuhan kepada seseorang, seperti fisik, sifat, dan mental.

⁴ Sarah, *Wawancara* oleh penulis. (Batupeluru, 18 Januari 2024).

⁵Hernityanti Hidayat dan Malfasari, *Hubungan Perlakuan Body Shaming dengan Citra Diri Mahasiswa*, Jurnal Keperawatan Jiwa 7, nomor 1 (2019): 79–86

Abraham Maslow berpendapat bahwa setiap orang ingin disayangi atau dicintai oleh orang lain. Jika kita tidak memaafkan diri sendiri, kita mungkin tidak dapat cinta pada diri sendiri. Memaafkan memungkinkan kita untuk menetapkan tujuan dalam hidup kita yang berkaitan dengan aktivitas atau minat sehari-hari kita, yang memungkinkan kita menemukan hal-hal yang sesuai dengan minat kita. Dengan menetapkan tujuan ini, hidup kita menjadi terarah dan keyakinan kita menjadi positif. Seseorang tidak akan menghasilkan apa pun tanpa memiliki tujuan dalam hidup kita, seperti hidup tanpa arah, tetapi jika kita memiliki tujuan, kita akan lebih produktif.⁶

Teologi Kristen menganggap kasih sebagai teladan yang Yesus ajarkan. Hukum Kasih adalah hukum yang ditanamkan oleh Tuhan Yesus dari sepuluh hukum taurat. Hubungan dengan manusia dan satu sama lain dibahas dalam hukum taurat 1-4 dan 5-10 . Hukum kasih ini masih belum stabil, namun banyak orang Kristen yang masih menghadapi kesulitan untuk menerapkannya. Manusia sering lupa bahwa saling mencintai sangatlah penting, dan *body shaming* merusak rasa kasih itu sendiri, karena satu firman, "Kasihilah sesamamu manusia seperti dirimu sendiri" (Galatia 5:140), yang mencakup seluruh hukum Taurat. Allah telah mencintai kita dan dunia ini sebelum kita, jadi kita harus mencintai. Akibatnya, sebagai manusia, kita harus mengirimkannya kepada sesama untuk menyatakan kasih yang sudah Allah

⁶Mawarni Ziliwu, "Kemampuan Menerima Diri (Self-Acceptance) Terhadap Tindakan Bullying Antar Siswa" dalam Pendidikan, vol 1 nomor 5 (2023): 203.

berikan. Tindakan *body shaming*, selain merusak konsep kasih juga merupakan tindakan yang menghalangi kita Untuk merangkul dan membangun persekutuan yang sejati.⁷

Gereja adalah salah satu tempat Kristen untuk menemukan ketenangan dan rasa aman. Tujuan akhir yang diharapkan Allah dari tubuh-Nya adalah gereja sebagai tubuh Kristus. Gereja ini terdiri dari kesatuan iman, karena dalam kesatuan Kristus Roh adalah realitas kekinian, dan kesatuan iman harus dilihat sebagai suatu makna. Gereja yang dibangun oleh Kristus adalah komunitas yang mewujudkan kerajaan Allah di bumi (Matius 16:18).⁸

Beberapa penelitian terdahulu telah berupaya untuk menyikapi fenomena *body shaming* dan membebaskan korban dari tekanan mental. Penelitian yang dilakukan oleh Yustiana, hasil penelitian ditemukan bahwa bahwa perspektif dikotomi kendali menekankan perlunya latihan untuk mengubah persepsi dan standar untuk menerima tubuh. Menerima keadaan tubuh bukan lagi pada pandangan orang lain, melainkan pada status tubuh sebagai sesuatu yang sangat berharga. Penerimaan ini ikut mengimplikasikan tindakan pengendalian gaya hidup dan tindakan untuk menjaga keberhargaan tubuh dari gangguan.⁹

⁷ Aruzatul, *Perspektif Etika Kristen tentang Standar Mengasili dan Penerapannya bagi Orang Kristen Masa Kini*. Jurnal teologi sistematika dan praktika, vol. 5, No. 2, Desember 2022

⁸Lindy Zenita Simanjuntak "Spiritualitas Pandemi: Tinjauan Fenomenologi Ibadah Di Rumah", "Hutahaean, Hasahatan, Bonnarty Steven Silalahi," 4, no. 2 (n.d.): 234–49.

⁹M. Yustiana, P., & Putri, *Menyikapi Fenomena Body Shaming Dengan Pendekatan Dikotomi Kendali dari Marcus Aurelius*, Jurnal Teologi dan Pendidikan Injili Agama 2, no. 3 (2024): 83–93.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Ilat hasil penelitian menunjukkan bahwa ketika remaja diejek, mereka menerima dampak positif dan negatif dari *body shaming* ini. Ketika mereka menjadi korban *body shaming*, yang terbaik adalah mereka dapat terus berpartisipasi dalam kegiatan sosial dan ibadah bersama orang-orang di sekitar mereka dan menunjukkan bakat mereka.

Namun, dampak negatif lainnya dari *body shaming* remaja termasuk kecenderungan mereka untuk minum minuman keras hingga mabuk, pengurung diri, dan ketidakmampuan untuk berhubungan dengan orang lain, terutama dengan teman sebaya. Selain itu, pendidik remaja di gereja membantu remaja memahami cara menghindari *body shaming* yang marak di masyarakat saat ini.¹⁰

Khusus dalam penelitian ini, penulis akan menangani masalah *body shaming* dengan analisis teologis konsep *self love* untuk mengatasi *body shaming* pada generasi z di Gereja Toraja Mamasa jemaat Bukit Sion Batu peluru. Melalui pendekatan ini, penulis berupaya untuk membantu korban *body shaming* menyikapi tanggapan orang lain terhadap bentuk tubuhnya, sekaligus juga memiliki sikap yang tepat atas tubuhnya sendiri. Kedua aspek ini dipandang perlu untuk disikapi dengan bijaksana dalam upaya menolong

¹⁰K. Ilat dan Wullur, "Upaya Edukasi Gereja Terhadap Tindakan *Body Shaming* Pada Remaja Di Jemaat Gmim Bukit Sion Mapanget, DIDASKALIA: Jurnal Pendidikan Agama Kristen 1, no. 1 (2020): 45-57.

korban untuk menerima tubuhnya dan tidak kehilangan kepercayaan diri. Pernyataan yang hendak dipertahankan penulis adalah sikap terhadap kedua aspek ini merupakan hal yang urgen untuk menolong korban *body shaming* terbebas dari depresi atau tekanan mental. Melalui penelitian ini, penulis berharap dapat meminimalisir risiko *body shaming* terhadap para korban, bahkan sedapat mungkin meminimalisir perilaku *body shaming* itu sendiri.

B. Fokus Penelitian

Penelitian ini berfokus pada analisis secara teologis konsep *self love* untuk mengatasi *body shaming* Pada Generasi Z di GTM jemaat Bukit Sion Batu Peluru.

C. Rumusan Masalah

Bagaimana analisis teologis konsep *self love* untuk mengatasi *body shaming* pada Generasi Z di GTM Jemaat Bukit Sion Batu Peluru?

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguraikan konsep *self love* untuk mengatasi *body shaming* pada Generasi Z di GTM jemaat Bukit Sion Batu Peluru.

E. Manfaat Penelitian

Hasil yang diharapkan dari penelitian ini memiliki efek baik itu secara akademik ataupun teoritis, dan praktis yang positif.

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi ilmu-ilmu lain yang terkait.

2. Secara praktis,

Studi ini dimaksudkan untuk menjadi tolak ukur untuk mengidentifikasi opini tentang *body shaming* di masyarakat dalam upaya meningkatkan kesadaran dan kepekaan masyarakat terhadap *body shaming* dalam konteks sosialnya.

F. Sistematika Penulisan

BAB I: PENDAHULUAN:

Di sini dibahas latar belakang masalah, penegasan istilah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, serta metode penelitian.

BAB II: TINJAUAN PUSTAKA:

Bagian ini memberikan landasan teori.

BAB III METODE PENELITIAN

Membahas jenis penelitian dan metode yang digunakan, tempat dan waktu penelitian, dan sumber data dan teknik pengumpulan dan analisis data.

BAB IV PEMAPARAN HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dan analisis dibahas dibagian ini.

BAB V : PENUTUP

Bab ini berisikan kesimpulan dan saran.