

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1 Kesimpulan

Body shaming dapat dikatakan sebagai salah satu bentuk dari bullying yang sejatinya sudah terjadi sejak dulu hingga sekarang, dimana media berperan besar dalam melanggengkan praktek-prakteknya. Oxford dictionary mendefinisikan body shaming sebagai ‘Tindakan atau praktik mempermalukan seseorang dengan membuat komentar mengejek atau mengkritik tentang bentuk atau ukuran tubuhnya’. Jika body shaming hanya ditujukan pada bentuk dan ukuran tubuh, bullying merupakan lingkaran besarnya, didefinisikan sebagai bentuk agresi dimana satu orang atau sekelompok orang berulang kali melecehkan korban secara verbal atau fisik tanpa provokasi (Clarke & Kiselica, 1997 dalam Xin Ma).

Hasil kesimpulan mengenai pembahasan diatas adalah perilaku mencela, mengejek, mengolok – olok tubuh , wajah, warna kulit dan cara berpakaian orang lain dapat berpengaruh kepada perilaku dan mengganggu mental korban.

Masa SMA yang semestinya berkesan dan menyenangkan berubah karna perlakuan bullying berupa body shaming, siswa – siswi SMK Angkasa 1 Margahayu yang menarik diri dari lingkungan dikarenakan perlakuan body shaming yang dialaminya membuat mereka merasa tidak percaya diri dan merasa terabaikan. Mereka yang seharusnya berkembang baik saat remaja tapi malah

sebaliknya terpuruk karna ketakutan – ketakutan yang disebabkan orang sekitar. Teman yang seharusnya menjadi tempat yang nyaman untuk berbagi kisah berubah menjadi ketakutan yang berlebih karna ucapan atau perlakuannya.

Dampak yang dirasakan oleh korban body shaming kebanyakan menarik diri dari lingkungan, merasa tak percaya diri, merasa dirinya tak berharga karna merasa perlakuan orang lain yang kurang adil terhadapnya, merasa tersedih berkepanjangan, takut melakukan sesuatu karena tak dihargai, enggan bersosialisasi, merasa insecure karena terus disbanding – bandingkan dengan orang lain dan dampak yang paling berbahaya adalah merasa stress yang berlebih hingga depresi.

Maka dari itu kita harus menghindari segala bentuk perlakuan body shaming terhadap satu sama lain. Kita harus bisa mencintai diri sendiri dengan segala kekurangan yang kita miliki. Serta memiliki perspektif luas terhadap standar penampilan. Sehingga nantinya kita akan bisa menerima baik diri sendiri atau orang lain dengan apa adanya.

1. Aspek Kognitif, pada aspek ini perilaku korban body shaming pada pengetahuannya beberapa memahami body shaming sebagai tindakan bullying yang berdampak pada mental atau psikis korban.
2. Aspek Afektif, pada aspek ini perilaku korban body shaming berpengaruh pada perilaku sehari – harinya maupun pada mental ataupun psikisnya yang membuat korban merasa trauma.

3. Aspek Psikomotorik, pada aspek ini perilaku korban body shaming cenderung menarik diri, susah bergaul dan enggan membuka diri terhadap lingkungannya.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian skripsi mengenai “Perilaku Remaja Korban Body Shaming di Smk Angkasa 1 Margahayu” , peneliti memberikan saran kepada pihak-pihak terkait berdasarkan permasalahan yang terjadi , di antaranya :

1. Bagi korban bullying sebaik nya jika mendapatkan tindakan perlakuan body shaming lebih berani untuk melawan pelaku ataupun melapor kepada pihak sekolah seperti wali kelas atau guru BK , agar si pelaku kapok dan tidak mengulangi prilakunya.
2. Bagi pihak sekolah agar lebih mengedukasi dan membuat semacam informasi bahaya-bahaya dari perlakuan body shaming ataupun ancaman hukuman bagi sang pelaku, selain itu juga alangkah baiknya pihak sekolah bisa menciptakan kondisi dan suasana yang suportif,saling menyanyangi,antara pihak sekolah dan para siswa/siswi nya.
3. Bagi pihak keluarga atau orang tua alangkah baiknya sering menjalin komunikasi dengan anak terutama perihal kegiatan nya disekolah , dengan membuka obrolan terlebih dahulu anak akan lebih berpikir mendapatkan dukungan dan memiliki bercerita tentang bagaimana ia di sekolah . Karena tidak semua anak bisa terbuka kepada keluarga atau orang tua, apalagi tanpa dimulai obrolan dari orang tua nya terlebih dahulu .

4. Bagi lembaga yang menangani kasus ataupun fenomena-fenomena terkait , sebaiknya agar bisa lebih menangani kasus ini dengan serius , karena bagi korban maupun pelaku perlakuan body shaming , mereka sama-sama harus mendapatkan perlindungan,pembelajaran dan pemahaman .