



Perspektif Mahasiswa Terhadap Fenomena *Body Shaming* pada Perempuan di Media Sosial TikTok Sebagai Bentuk Kekerasan Berbasis Gender di Ruang Digital

Dewi Nuraini

Program Studi Hubungan Internasional, International Women University

Email : dewinuraa3@gmail.com

Abstrak

Perkembangan media sosial, khususnya TikTok, telah menciptakan ruang publik digital yang memberikan kebebasan bagi setiap individu untuk mengekspresikan diri. Namun, kebebasan tersebut juga memunculkan berbagai bentuk kekerasan berbasis gender, salah satunya *body shaming* yang banyak dialami perempuan melalui kolom komentar maupun interaksi di media sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perspektif mahasiswa terhadap fenomena *body shaming* pada perempuan di media sosial TikTok serta memahami pandangan mahasiswa mengenai *body shaming* sebagai bentuk kekerasan berbasis gender di ruang digital. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Data diperoleh melalui wawancara semi-terstruktur kepada mahasiswa pengguna TikTok dan didukung oleh studi literatur dari berbagai jurnal ilmiah yang relevan. Teknik analisis data dilakukan melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan Kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa memandang *body shaming* sebagai tindakan memberikan komentar atau penilaian negatif terhadap kondisi fisik perempuan yang dapat menimbulkan dampak psikologis berupa menurunnya rasa percaya diri, munculnya rasa insecure, kecemasan sosial, serta tekanan untuk memenuhi standar kecantikan yang berkembang di media sosial. Mahasiswa juga menilai bahwa *body shaming* terhadap perempuan merupakan salah satu bentuk kekerasan berbasis gender karena berkaitan dengan objektifikasi tubuh perempuan, stereotip gender, dan budaya patriarki yang masih berkembang di ruang digital. Penelitian ini menyimpulkan bahwa peningkatan literasi digital, kesadaran gender, serta etika berkomunikasi di media sosial diperlukan untuk menciptakan ruang digital yang lebih aman, inklusif, dan menghargai martabat perempuan.

Kata Kunci: *body shaming*, perempuan, TikTok, kekerasan berbasis gender, perspektif mahasiswa.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi telah membawa perubahan yang signifikan dalam pola komunikasi masyarakat melalui beragam platform media sosial. Media sosial saat ini telah menjadi bagian penting dalam kehidupan sehari – hari karena media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyebaran informasi saja, tetapi juga menjadi wadah interaksi untuk setiap individu dalam menyampaikan pendapat serta membangun relasi sosial tanpa dibatasi ruang dan waktu. Salah satu platform yang berkembang pesat saat ini adalah TikTok yang dikenal sebagai media berbagai video pendek dengan jutaan pengguna aktif dari berbagai kalangan usia. Tingginya aktivitas pengguna dalam platform tersebut membuat

kolom komentar berkembang sebagai ruang publik digital yang menjadi sarana utama interaksi antarpengguna. Namun di sisi lain, kolom komentar juga kerap dimanfaatkan untuk menyampaikan ujaran kebencian, penghinaan, hingga bentuk – bentuk kekerasan verbal (Balghis et al., 2025).

Media sosial pada dasarnya menyediakan ruang yang setara untuk setiap individu dalam menyampaikan pendapat, mengekspresikan diri serta berinteraksi termasuk bagi perempuan. Namun, kebebasan tersebut juga diikuti dengan meningkatnya berbagai bentuk kekerasan berbasis gender yang terjadi di ruang digital. Perempuan sering menjadi target komentar yang mengandung unsur pelecehan, penghinaan, diskriminasi, serta adanya penilaian negatif terhadap penampilan fisik melalui kolom komentar media sosial. Fenomena ini menunjukkan bahwa ruang digital masih menjadi tempat berlangsungnya ketidaksetaraan gender yang sebelumnya lebih banyak ditemukan dalam kehidupan nyata. Oleh karena itu, media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi dan pertukaran informasi, tetapi juga menjadi ruang yang mereproduksi norma – norma sosial serta memperkuat berbagai bentuk diskriminasi terhadap perempuan (Adnan et al., 2026).

Salah satu bentuk kekerasan verbal yang banyak ditemukan di media sosial adalah *body shaming* atau tindakan memberi komentar dan penilaian negatif terhadap fisik seseorang, seperti bentuk tubuh, warna kulit, tinggi ataupun berat badan, serta karakteristik fisik lainnya. Meskipun tindakan tersebut sering dianggap bentuk candaan atau bentuk kritik biasa, tetapi *body shaming* dapat menimbulkan berbagai dampak psikologis bagi korbannya, seperti menurunnya kepercayaan diri, kecemasan, hingga gangguan kesehatan mental. Fenomena *body shaming* yang dialami perempuan tidak terlepas dari konstruksi sosial mengenai standar kecantikan yang membentuk persepsi masyarakat terhadap penampilan fisik perempuan. Akibatnya perempuan lebih rentan menjadi sasaran komentar yang merendahkan tubuh dibandingkan dengan laki – laki karena adanya ekspektasi sosial terhadap tubuh perempuan yang dianggap ideal (Muti'ah, Azzahrawaani, 2023).

Salah satu bentuk kekerasan verbal yang banyak ditemukan di media sosial adalah *body shaming* atau tindakan memberi komentar dan penilaian negatif terhadap fisik seseorang, seperti bentuk tubuh, warna kulit, tinggi ataupun berat badan, serta karakteristik fisik lainnya. Meskipun tindakan tersebut sering dianggap bentuk candaan atau bentuk kritik biasa, tetapi *body shaming* dapat menimbulkan berbagai dampak psikologis bagi korbannya, seperti menurunnya kepercayaan diri, kecemasan, hingga gangguan kesehatan mental. Fenomena

body shaming yang dialami perempuan tidak terlepas dari konstruksi sosial mengenai standar kecantikan yang membentuk persepsi masyarakat terhadap penampilan fisik perempuan. Akibatnya perempuan lebih rentan menjadi sasaran komentar yang merendahkan tubuh dibandingkan dengan laki – laki karena adanya ekspektasi sosial terhadap tubuh perempuan yang dianggap ideal (Ari & Janottama, 2021).

Fenomena *body shaming* terhadap Perempuan penting untuk dilihat dari perspektif mahasiswa, karena mahasiswa merupakan kelompok yang dekat dengan penggunaan media sosial dan perkembangan budaya digital. Mahasiswa tidak hanya menjadi pengguna yang melihat dan menikmati berbagai konten TikTok, tetapi juga ikut membentuk pandangan tentang tubuh, kecantikan dan perempuan melalui interaksi sehari – hari. Pandangan mahasiswa terhadap *body shaming* dapat menunjukkan bagaimana generasi muda memahami tindakan tersebut, apakah dianggap sebagai candaan, kritik terhadap penampilan, tindakan yang merendahkan atau bahkan bentuk kekerasan terhadap perempuan. Pemahaman ini penting karena cara seseorang memandang *body shaming* memengaruhi apakah tindakan tersebut dianggap sebagai sesuatu yang biasa atau justru dipahami sebagai tindakan yang tidak adil dan merugikan perempuan (Damayanti, 2026).

Berbagai penelitian sebelumnya telah mengkaji isu kekerasan berbasis gender di media sosial, termasuk kekerasan verbal terhadap perempuan pada platform TikTok. Salah satunya adalah penelitian Dewanty dan Saryono (2024) yang mengidentifikasi berbagai bentuk kekerasan verbal terhadap perempuan di TikTok, seperti penghinaan terhadap penampilan fisik, karakter, intelektualitas, hingga unsur seksual dengan menggunakan pendekatan linguistik feminis. Selain itu, penelitian lain turut membahas kekerasan berbasis gender yang dialami perempuan pengguna TikTok serta dampaknya terhadap kondisi psikologis korban. Meskipun demikian, masih terdapat celah penelitian yang perlu dikaji lebih lanjut, khususnya mengenai perspektif mahasiswa terhadap fenomena *body shaming* pada perempuan di TikTok sebagai bentuk kekerasan berbasis gender. Penelitian tersebut penting untuk memahami bagaimana mahasiswa memandang *body shaming* terhadap perempuan serta kaitannya dengan penilaian terhadap penampilan fisik perempuan dan relasi gender di ruang digital.

Penelitian Terdahulu

1. Penelitian Dortia Maya Missa (2023) yang berjudul Perspektif Masyarakat Kota Kupang tentang Penghinaan Citra Tubuh (*body shaming*) di Media Sosial membahas pandangan masyarakat mengenai fenomena body shaming yang terjadi di media sosial. Penelitian tersebut mengkaji bagaimana masyarakat memandang tindakan penghinaan terhadap citra tubuh serta bentuk-bentuk body shaming yang ditemukan dalam interaksi di media sosial. Body shaming dipahami sebagai tindakan memberikan penilaian atau komentar negatif terhadap kondisi fisik seseorang yang dapat menimbulkan dampak bagi individu yang menjadi sasaran. Penelitian ini menunjukkan bahwa fenomena penghinaan terhadap citra tubuh merupakan persoalan yang berkembang dalam interaksi masyarakat di media sosial. Kajian tersebut juga memperlihatkan bahwa media sosial menjadi salah satu ruang munculnya praktik body shaming melalui berbagai bentuk penilaian terhadap kondisi fisik seseorang.
2. Penelitian Elistya dan Arsi (2024) dalam jurnal *Solidarity* dengan judul Kekerasan Online Berbasis Gender terhadap Remaja Perempuan Pengguna Media Sosial TikTok. Penelitian ini bertujuan mengetahui bentuk kekerasan online berbasis gender yang dialami remaja perempuan pengguna TikTok serta upaya yang dilakukan korban dalam menghadapi kekerasan tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kekerasan online berbasis gender di TikTok meliputi pelanggaran privasi, penyebaran konten tanpa izin, komentar yang merendahkan, serta pesan pribadi yang mengandung unsur pelecehan. Dampak yang dialami korban berupa hilangnya rasa percaya diri, rasa takut, *overthinking*, *insecure*, hingga gangguan psikologis. Penelitian ini juga menekankan pentingnya literasi digital dan pemanfaatan fitur media sosial sebagai upaya pencegahan kekerasan berbasis gender di ruang digital.
3. Penelitian dilakukan oleh Ghita, Rosiady dan Maya (2024) dalam Proceeding Seminar Nasional Mahasiswa Sosiologi dengan judul Persepsi dan Sikap Mahasiswa terhadap *Body shaming* (Studi Kasus pada Mahasiswa Program Studi Hubungan Internasional, Ilmu Komunikasi, dan Sosiologi Universitas Mataram). Penelitian ini membahas persepsi dan sikap mahasiswa terhadap fenomena *body shaming* menggunakan metode penelitian kualitatif dengan desain studi kasus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang sebelumnya menganggap *body shaming* sebagai candaan kemudian memandangnya sebagai bentuk penghinaan dan perundungan setelah memahami dampaknya terhadap korban. Penelitian tersebut juga menemukan adanya dua bentuk sikap mahasiswa dalam menghadapi *body shaming*, yaitu sikap pasif

dengan memilih diam serta sikap aktif dengan menegur atau menyampaikan keberatan kepada pelaku.

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu tersebut, penelitian mengenai *body shaming* di media sosial umumnya berfokus pada bentuk kekerasan verbal terhadap perempuan, kekerasan online berbasis gender di TikTok, dan persepsi mahasiswa terhadap *body shaming* secara umum. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji perspektif mahasiswa terhadap *body shaming* pada perempuan di media sosial TikTok sebagai bentuk kekerasan berbasis gender masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini hadir untuk menganalisis pandangan mahasiswa terhadap fenomena *body shaming* pada perempuan di TikTok serta mengkaitkannya dengan praktik kekerasan berbasis gender di ruang digital.

Kajian Literatur

1. *Body shaming*

Body shaming merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan tindakan mengomentari, mengejek, atau mempermalukan kondisi fisik seseorang, baik yang dilakukan oleh orang lain maupun diri sendiri. Fenomena ini di Indonesia berkembang pesat seiring meluasnya penggunaan media sosial, sehingga sebagian korban bahkan menempuh jalur hukum berdasarkan Undang-Undang ITE untuk merespons tindakan tersebut. Berdasarkan kajian gerakan feminisme gelombang keempat, *body shaming* tidak dapat dilepaskan dari cara pandang yang menempatkan tubuh perempuan sebagai objek penilaian publik, alih-alih sebagai bagian dari identitas yang utuh. Perspektif tersebut memperlihatkan bahwa komentar mengenai fisik perempuan yang muncul di ruang digital tidak berdiri sendiri, melainkan berkaitan dengan pola sosial yang lebih luas dalam menilai tubuh perempuan (Soleman & Elindawati, 2019).

2. TikTok

TikTok merupakan platform media sosial berbasis video pendek yang penggunaannya terus meningkat secara global, dengan karakteristik algoritma yang secara khusus menyajikan konten sesuai preferensi masing-masing pengguna melalui fitur beranda "*For You Page*". Karakteristik tersebut membuat pola keterhubungan antarpengguna di TikTok berbeda dibandingkan platform media sosial sebelumnya, karena pengguna cenderung terhubung dengan konten secara algoritmik, bukan semata melalui jaringan pertemanan.

Ruang interaksi semacam ini, termasuk kolom komentar, pada akhirnya turut membentuk cara pengguna saling menanggapi satu sama lain, termasuk dalam memberikan penilaian terhadap penampilan fisik pengguna lain (Schellewald, 2025).

3. Objektifikasi Tubuh dan Standar Kecantikan Perempuan di Media Sosial

Media sosial turut berperan dalam membentuk dan menyebarluaskan standar kecantikan tertentu, seperti tubuh langsing, kulit cerah, dan wajah simetris, yang kemudian dijadikan acuan dalam menilai penampilan perempuan. Paparan terhadap konten yang menampilkan standar kecantikan tersebut secara terus-menerus dapat mendorong perempuan untuk menyesuaikan penampilannya guna memperoleh penerimaan maupun validasi sosial dari lingkungan digital. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa representasi perempuan di media sosial tidak terlepas dari adanya praktik yang menempatkan tubuh dan penampilan perempuan sebagai objek perhatian serta penilaian publik. Dalam situasi tertentu, penonjolan aspek fisik perempuan di ruang digital juga dapat mengarah pada komodifikasi tubuh, ketika penampilan perempuan dimanfaatkan untuk memperoleh perhatian atau kepentingan tertentu. Fenomena tersebut memperlihatkan bahwa standar kecantikan yang berkembang di ruang digital bukan sekadar persoalan preferensi estetika, tetapi juga berkaitan dengan relasi kuasa yang dapat menempatkan perempuan pada posisi sebagai objek dalam lingkungan sosial dan media digital (Garcia & Winduwati, 2023).

4. Kekerasan Berbasis Gender Online (KBGO)

Kekerasan berbasis gender online merupakan bentuk kekerasan berbasis gender yang difasilitasi oleh teknologi digital, dengan relasi kuasa yang timpang antara pelaku dan korban sebagai akar persoalannya. Kajian mengenai pandangan tokoh perempuan terhadap kasus kekerasan berbasis gender online di media sosial menunjukkan bahwa kekerasan tersebut dapat berbentuk komentar merendahkan, penghinaan, maupun penilaian negatif terhadap tubuh perempuan yang disebarluaskan secara terbuka, sehingga berdampak pada tekanan psikologis korban dalam jangka panjang. *Body shaming* terhadap perempuan di TikTok dengan demikian dapat dipahami sebagai salah satu wujud konkret dari kekerasan berbasis gender online tersebut (Saidah et al., 2026).

5. Literasi Digital dan Kesadaran Gender sebagai Upaya Pencegahan

Berbagai upaya penguatan pemahaman mengenai kekerasan berbasis gender online telah dilakukan sebagai langkah pencegahan, salah satunya melalui edukasi kepada tenaga pendidik agar mampu menyampaikan pemahaman tersebut kepada peserta didik. Kegiatan semacam ini menunjukkan bahwa pemahaman mengenai kekerasan berbasis gender online

perlu terus disebarluaskan, bukan hanya kepada korban, tetapi juga kepada pihak yang berperan mendampingi generasi muda, agar tindakan pencegahan dan penanganan dapat dilakukan sejak dini. Prinsip yang sama relevan diterapkan pada konteks mahasiswa sebagai pengguna aktif TikTok, yaitu perlunya literasi digital agar interaksi di media sosial tidak menjadi sarana merendahkan perempuan berdasarkan penampilan fisiknya (Mustika et al., 2023).

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Menurut Creswell (2018), penelitian kualitatif merupakan pendekatan yang digunakan untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang diberikan individu atau kelompok terhadap suatu permasalahan sosial. Pendekatan ini sesuai dengan penelitian yang bertujuan memahami perspektif mahasiswa mengenai fenomena *body shaming* terhadap perempuan di media sosial TikTok sebagai bentuk kekerasan berbasis gender di ruang digital. Data penelitian diperoleh melalui wawancara semi-terstruktur dengan mahasiswa pengguna TikTok dan studi literatur dari berbagai artikel ilmiah yang relevan dengan *body shaming*, media sosial, perempuan, dan kekerasan berbasis gender. Informan dipilih menggunakan teknik pemilihan berdasarkan kriteria tertentu, yaitu mahasiswa yang aktif menggunakan TikTok dan mengetahui fenomena *body shaming* terhadap perempuan, kemudian data dianalisis melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

PEMBAHASAN DAN HASIL

Perspektif Mahasiswa terhadap Fenomena *Body shaming* Perempuan di Media Sosial TikTok

Body shaming merupakan tindakan memberikan penilaian negatif terhadap kondisi fisik atau penampilan seseorang, seperti bentuk tubuh, berat badan, warna kulit, wajah, maupun karakteristik fisik lainnya. Fenomena *body shaming* terhadap perempuan di media sosial TikTok menunjukkan bahwa penampilan fisik masih menjadi salah satu aspek yang mendapatkan perhatian dalam interaksi digital. Perempuan dengan bentuk tubuh tertentu cenderung memperoleh respons yang berbeda dari pengguna media sosial, baik berupa pujian maupun komentar negatif mengenai penampilannya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penilaian terhadap perempuan di ruang digital tidak selalu didasarkan pada isi atau

kemampuan yang ditampilkan, tetapi juga dapat berfokus pada kondisi fisiknya. Dengan demikian, *body shaming* menjadi salah satu fenomena yang perlu diperhatikan dalam interaksi di media sosial.

Perspektif mahasiswa menunjukkan bahwa fenomena *body shaming* terhadap perempuan di TikTok merupakan persoalan yang cukup mengkhawatirkan. Penampilan fisik sering kali menjadi hal pertama yang diperhatikan sebelum pengguna memahami isi konten yang disampaikan. Perempuan dengan tubuh ramping yang menampilkan konten makan atau mukbang, misalnya, cenderung mendapatkan respons positif berupa pujian atau permintaan tips untuk memperoleh bentuk tubuh yang serupa. Sebaliknya, perempuan dengan tubuh berisi lebih sering mendapatkan komentar berupa anjuran untuk melakukan diet. Perbedaan respons tersebut memperlihatkan bahwa bentuk tubuh dapat memengaruhi cara pengguna memberikan penilaian terhadap perempuan di media sosial.

Fenomena *body shaming* yang ditemukan juga memiliki bentuk yang beragam, meliputi komentar mengenai berat badan, warna kulit, postur tubuh, bentuk wajah, serta perbandingan penampilan dengan orang lain. Komentar mengenai kondisi fisik tersebut terkadang dianggap sebagai candaan oleh pengguna media sosial, tetapi bagi individu yang menjadi sasaran dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman dan memengaruhi kepercayaan diri. Selain itu, penilaian terhadap wajah yang dianggap tidak cantik, kulit yang dianggap terlalu gelap, atau tubuh yang dianggap terlalu berisi menunjukkan bahwa terdapat ukuran tertentu yang digunakan untuk menilai penampilan perempuan. Hal tersebut memperlihatkan bahwa praktik *body shaming* tidak hanya muncul dalam bentuk penghinaan secara langsung, tetapi juga melalui komentar yang membandingkan kondisi fisik seseorang dengan penampilan yang dianggap lebih ideal.

Dampak *body shaming* terhadap perempuan terlihat dari munculnya rasa minder, kehilangan kepercayaan diri, insecure, kecemasan sosial, hingga tekanan untuk mengubah penampilan. Penilaian negatif yang diterima secara terus-menerus dapat membuat perempuan merasa bahwa dirinya tidak cukup baik atau tidak sesuai dengan penampilan yang diharapkan oleh lingkungan sosial. Kondisi tersebut juga dapat mendorong seseorang untuk mengikuti penilaian orang lain, misalnya dengan berusaha mengubah penampilan atau membeli produk tertentu agar terlihat sesuai dengan harapan masyarakat. Dengan demikian, *body shaming* tidak berhenti sebagai komentar mengenai kondisi fisik, tetapi dapat memengaruhi cara perempuan memandang dan menerima dirinya sendiri.

Pandangan mahasiswa terhadap fenomena tersebut menunjukkan bahwa *body shaming* merupakan tindakan yang tidak memberikan manfaat dalam interaksi di media sosial. Setiap individu dipandang memiliki karakteristik fisik yang berbeda sehingga tidak seharusnya menjadi alasan untuk memberikan penilaian negatif terhadap orang lain. Penggunaan media sosial secara bijak menjadi salah satu hal yang dianggap penting untuk mencegah munculnya komentar yang dapat menyakiti pengguna lain. Mahasiswa juga memandang bahwa pengguna TikTok perlu mempertimbangkan dampak dari setiap komentar sebelum menyampaikannya kepada orang lain. Temuan tersebut menunjukkan adanya kesadaran mahasiswa bahwa ruang digital seharusnya digunakan sebagai ruang interaksi yang tidak merendahkan kondisi fisik seseorang.

Body shaming terhadap Perempuan sebagai Bentuk Kekerasan Berbasis Gender di Ruang Digital

Fenomena *body shaming* terhadap perempuan tidak dapat dilepaskan dari konstruksi sosial mengenai penampilan perempuan. Standar kecantikan yang berkembang di masyarakat membentuk pandangan mengenai karakteristik fisik yang dianggap ideal, seperti warna kulit, bentuk tubuh, wajah, dan penampilan tertentu. Kondisi tersebut dapat mendorong munculnya penilaian terhadap perempuan berdasarkan aspek fisik dibandingkan kemampuan maupun pencapaiannya. Dalam ruang digital, konstruksi tersebut dapat semakin terlihat melalui berbagai konten dan interaksi yang dilakukan oleh pengguna media sosial. Oleh karena itu, *body shaming* terhadap perempuan tidak hanya dapat dipahami sebagai persoalan penampilan, tetapi juga berkaitan dengan konstruksi dan relasi gender dalam masyarakat.

Perspektif mahasiswa menunjukkan bahwa *body shaming* terhadap perempuan memiliki keterkaitan dengan standar kecantikan yang berkembang di masyarakat. Perempuan sering kali dianggap harus memiliki kulit putih, bentuk tubuh tertentu, wajah yang simetris, serta penampilan yang sesuai dengan gambaran kecantikan yang telah terbentuk secara sosial. Penilaian tersebut menunjukkan adanya tuntutan terhadap perempuan untuk memenuhi karakteristik fisik tertentu agar dianggap cantik atau ideal. Selain itu, perempuan cenderung lebih sering dinilai berdasarkan penampilan, sedangkan laki-laki lebih banyak dikaitkan dengan kemampuan dan pencapaiannya. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa *body shaming* terhadap perempuan tidak berdiri sendiri, tetapi dapat muncul dari konstruksi sosial yang menempatkan penampilan sebagai salah satu ukuran dalam menilai perempuan.

Standar kecantikan tersebut kemudian dapat menjadi salah satu faktor yang mendorong terjadinya *body shaming* terhadap perempuan di media sosial TikTok. Perempuan yang memiliki kondisi fisik yang dianggap tidak sesuai dengan penampilan ideal lebih mudah memperoleh komentar negatif mengenai tubuh, wajah, warna kulit, maupun penampilannya. Penilaian semacam ini menunjukkan bahwa tubuh perempuan masih ditempatkan sebagai bagian yang dapat dinilai dan dibandingkan secara terbuka oleh pengguna media sosial. Ketika penilaian tersebut dilakukan secara berulang, perempuan dapat merasa minder, kehilangan kepercayaan diri, dan mengalami tekanan untuk menyesuaikan dirinya dengan standar yang berkembang di masyarakat. Dengan demikian, praktik *body shaming* dapat memperkuat keberadaan standar kecantikan yang membatasi perempuan dalam menampilkan dan menerima dirinya sendiri.

Dalam perspektif mahasiswa, *body shaming* terhadap perempuan juga dapat dikategorikan sebagai salah satu bentuk kekerasan berbasis gender di ruang digital. Meskipun tidak berbentuk kekerasan fisik, tindakan tersebut dapat memberikan dampak psikologis berupa hilangnya kepercayaan diri, kecemasan sosial, perasaan tertekan, hingga gangguan terhadap pola makan. Hal tersebut terjadi karena komentar mengenai kondisi fisik tidak hanya memberikan penilaian terhadap penampilan, tetapi juga dapat membuat perempuan merasa tidak memenuhi harapan sosial mengenai bagaimana perempuan seharusnya berpenampilan. Ketika tindakan tersebut dilakukan melalui media sosial TikTok, kekerasan dapat berlangsung dalam ruang digital dan berpotensi dilihat oleh pengguna dalam jumlah yang lebih luas. Oleh karena itu, *body shaming* terhadap perempuan dapat dipahami sebagai bentuk kekerasan berbasis gender ketika tindakan tersebut merendahkan perempuan berdasarkan kondisi fisiknya dan berkaitan dengan tuntutan sosial yang dilekatkan kepada perempuan.

Upaya untuk mengurangi fenomena *body shaming* di ruang digital dapat dilakukan melalui penggunaan media sosial yang lebih bijak serta peningkatan kesadaran mengenai literasi digital dan literasi gender. Pengguna TikTok perlu mempertimbangkan dampak sebelum memberikan komentar mengenai kondisi fisik orang lain dan menghindari komentar yang bersifat merendahkan meskipun disampaikan dengan alasan bercanda. Mahasiswa sebagai bagian dari pengguna media sosial juga memiliki peran dalam membangun interaksi digital yang lebih positif dengan tidak ikut menyebarkan atau memperkeruh konten yang mengandung *body shaming*. Tindakan seperti melaporkan akun atau konten yang melakukan *body shaming* dapat menjadi salah satu upaya untuk mencegah perilaku tersebut terus

berlangsung. Upaya tersebut menunjukkan bahwa penggunaan media sosial secara bertanggung jawab tidak hanya berkaitan dengan etika berkomunikasi, tetapi juga dengan kesadaran untuk menghargai perempuan dan menghindari praktik kekerasan berbasis gender di ruang digital.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa memandang fenomena *body shaming* terhadap perempuan di media sosial TikTok sebagai tindakan yang memberikan penilaian negatif terhadap kondisi fisik perempuan dan tidak dapat dianggap sebagai candaan atau bentuk kritik yang wajar. Menurut perspektif mahasiswa, *body shaming* di TikTok banyak muncul melalui komentar mengenai bentuk tubuh, berat badan, warna kulit, wajah, dan karakteristik fisik lainnya yang dipengaruhi oleh standar kecantikan yang berkembang di masyarakat. Tindakan tersebut dinilai dapat menimbulkan berbagai dampak psikologis bagi perempuan, seperti menurunnya rasa percaya diri, munculnya rasa insecure, kecemasan sosial, hingga dorongan untuk menyesuaikan diri dengan standar kecantikan yang dianggap ideal.

Selain itu, mahasiswa memandang *body shaming* terhadap perempuan sebagai salah satu bentuk kekerasan berbasis gender di ruang digital karena tindakan tersebut tidak hanya menyerang aspek fisik, tetapi juga berkaitan dengan objektifikasi tubuh perempuan, stereotip gender, dan konstruksi sosial yang masih dipengaruhi budaya patriarki. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan literasi digital dan kesadaran gender agar pengguna media sosial, khususnya mahasiswa, mampu menggunakan TikTok secara lebih bijak, menghormati martabat setiap individu, serta tidak menjadikan ruang digital sebagai sarana untuk melakukan penghinaan atau kekerasan verbal terhadap perempuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, M. H., Hayfa, J., Agnesia, A. M., & Azka, A. H. A.-. (2026). *Cyber Sexual Harassment di Media Sosial dan Upaya Mewujudkan Kesetaraan Gender di Era Digital*. 4(2), 2847–2854.
- Ari, I. A. D. K., & Janottama, I. P. A. (2021). *STEREOTIP PEREMPUAN DAN KEKERASAN SIMBOLIK PADA NARASI PEMBERITAAN MEDIA ONLINE (INSTAGRAM)* Ida Ayu Dwita Krisna Ari , I Putu Arya Janottama Jurusan Desain Komunikasi Visual , Fakultas Seni Rupa dan Desain Institut Seni Indonesia Denpasar , Jalan Nusa I. 3(1), 29–42.
- Balghis, R., Sivafahera, R., Mada, A. C., & Maghfiroh, A. A. (2025). Etika Komunikasi Digital Dan Tanggung Jawab Sosial Penggunaan Media Sosial: Studi Kasus Body Shaming Terhadap Raacil Di Tiktok. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Terpadu*, 9(12), 150–160.
- CRESWELL, J. W. (2018). Qualitative, Quantitative, and Mixed-Methods Research. *Microbe Magazine*, 4(11), 485–485.
- Damayanti, R. A. (2026). Body Shaming Di Media Sosial: Dari Humor Ke Kekerasan Verbal Dalam Perspektif Bimbingan Dan Konseling. *PANDALUNGAN: Jurnal Penelitian Pendidikan, Bimbingan, Konseling Dan Multikultural*, 4(1), 81–89.
- Dewanty, I. A. B. C., & Saryono, D. (2024). Verbal violence against women on TikTok: A feminist linguistic study. *Litera*, 23(2), 247–260.
- Elistya, N. E., & Arsi, A. A. (2024). Kekerasan Online Berbasis Gender terhadap Remaja Perempuan Pengguna Media Sosial TikTok. *Journal of Education, Society and Culture*, 13(1), 163–176.
- Garcia, G., & Winduwati, S. (2023). Representasi Standar Kecantikan Wanita di Media Sosial Instagram @springsummerstyle. *Koneksi*, 7(1), 248–255.
- Maharani, G., Sayuti, R. H., & Komalasari, M. A. (2024). PERSEPSI DAN SIKAP MAHASISWA TERHADAP BODY SHAMING (STUDI KASUS PADA

MAHASISWA PROGRAM STUDI HUBUNGAN INTERNASIONAL, ILMU KOMUNIKASI DAN SOSIOLOGI UNIVERSITAS MATARAM). *Program Studi Sosiologi, Universitas Mataram*, 2(2).

- Missa, D. M. (2023). Perspektif Masyarakat Kota Kupang Tentang Penghinaan Citra Tubuh (Body Shaming) Di Media Sosial. *COMSERVA : Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 3(4), 1054–1066.
- Mustika, S., Corliana, T., Tiara, A., & Amir, Y. (2023). Penguatan Pemahaman Kekerasan Berbasis Gender Online (KBGO) Bagi Guru-Guru SMA Muhammadiyah 3 Jakarta Selatan. *Warta LPM*, 26(1), 68–74.
- Muti'ah, Azzahrawaani, F. (2023). Tingkat Body Shaming Dikalangan Remaja Berdasarkan. *JURNAL ILMIAH GLOBAL EDUCATION Ejournal.Nusantaraglobal.Ac.Id/Index.Php/Jige TINGKAT*, 4(3), 1373–1379.
- Saidah, M., Kharima, N., & Gul, M. (2026). Generation Z Oversharing and Vulnerability to Online Gender-Based Violence : A Phenomenological Study of Instagram. *Journal of Gender Studies*, 10(1), 79–98.
- Schellewald, A. (2025). Changing modes of public connection: an essay on TikTok and the social affordances of personalized social media. *Frontiers in Computer Science*, 7(October), 1–6.
- Soleman, N., & Elindawati, R. (2019). Fourth Wave Feminism in Indonesia: Body Shaming Through Social Media Phenomenon. *Journal of Islamic World and Politics*, 3(2).