



**Memahami Pengalaman Komunikasi Remaja untuk Mengelola Perundungan
Fat Shaming di Media Sosial Instagram**

Skripsi

Disusun untuk memenuhi persyaratan menyelesaikan

Pendidikan Strata 1

Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Universitas Diponegoro

Penyusun:

Agustina Rahmawati

14040118120043

**DEPARTEMEN ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

2023

SURAT PERNYATAAN

KEASLIAN KARYA ILMIAH (SKRIPSI/TA*)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

1. Nama Lengkap : Agustina Rahmawati
2. Nomor Induk Mahasiswa : 14040118120043
3. Tempat/Tanggal Lahir : Sragen, 29 Agustus 2000
4. Jurusan/Program Studi : S-1 Ilmu Komunikasi
5. Alamat : Pantirejo, RT.04, Kelurahan Tegaldowo,
Kecamatan Gemolong, Kabupaten Sragen

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya ilmiah (Skripsi/TA) yang saya tulis berjudul:

Memahami Pengalaman Komunikasi Remaja untuk Mengelola Perundungan *Fat Shaming* di Media Sosial Instagram

Adalah benar-benar **Hasil Karya Ilmiah Tulisan Saya Sendiri**, bukan hasil karya ilmiah orang lain atau jiplakan karya ilmiah orang lain. Apabila dikemudian hari karya ilmiah yang saya tulis itu terbukti bukan hasil karya ilmiah saya sendiri atau hasil jiplakan karya orang lain, maka saya sanggup menerima sanksi berupa pembatalan hasil karya ilmiah saya dengan seluruh implikasinya, sebagai akibat kecurangan yang saya lakukan.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan dengan penuh kesadaran serta tanggungjawab.

Semarang, 15 Juni 2023

Pembuat Pernyataan



Agustina Rahmawati

14040118120032

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Memahami Pengalaman Komunikasi Remaja untuk Mengelola Perundungan *Fat Shaming* di Media Sosial Instagram

Nama Penulis : Agustina Rahmawati


NIM : 14040118120043

Jurusan : Ilmu Komunikasi

Dinyatakan sah sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan program Pendidikan Strata 1 di Departemen Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro.

Semarang, 3 Juli 2023

Dekan



Prof. Dr. Drs. Hardi Warsono, M.T.

NIP. 196408271990011001

Wakil Dekan I Bidang Akademis



Dr. Drs. Teguh Yuwono, M.Pol.Admin

NIP.196908221994031003

Dosen Pembimbing :

1. Dr. Hapsari Dwiningtyas Sulistyani, S.Sos., M.A

(.....)

2. Dr. Lintang Ratri Rahmiaji, S.Sos., M.Si

(.....)

Dosen Penguji :

1. S. Rouli Manalu, S.Sos., MCommSt., Ph.D

(.....)

MOTTO

يُسْرًا أَلْتَسِرَ مَعَ إِنَّ يُسْرًا أَلْتَسِرَ مَعَ فَإِنَّ،

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

(Q.S Al-Insyirah:5-6)

*“Not because God doesn't know you're crying,
but God knows that you're strong.”*

“Mark Lee”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah terlibat dalam proses penyusunan skripsi ini. Tanpa kehadiran, dukungan dan motivasi yang diberikan, penulis tidak akan mampu melewati proses Panjang hingga skripsi ini terselesaikan. Oleh karena itu, penulis mempersembahkan skripsi ini kepada pihak yang berkenan dan berkesan dalam kehidupan penulis.

1. Allah SWT yang telah memberikan nikmat, rahmat, serta karunia-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Setiap doa yang penulis panjatkan selama proses penyusunan skripsi ini, semoga dapat menjadi berkah dan kebaikan bagi penulis maupun orang lain.
2. Ibu, ayah, dan keluarga yang senantiasa berdoa untuk penulis. Terima kasih atas semua doa, pengorbanan, kasih sayang, serta waktu yang telah diberikan untuk penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan pendidikan tinggi di universitas. Terima kasih telah mendidik dan mendukung setiap keputusan yang penulis ambil dalam hidupnya.
3. Prof. Dr. Drs. Hardi Warsono, M.T. selaku dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro.
4. Dr. Hapsari Dwiningtyas Sulistyani, S.Sos., M.A selaku dosen pembimbing 1 yang telah membimbing dan memberi masukan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi. Terima kasih atas waktu, perhatian, kesabaran, dan bimbingan yang telah diberikan.
5. Dr. Lintang Ratri Rahmiaji, S.Sos., M.Si selaku dosen pembimbing 2 yang telah memperhatikan penulisan skripsi secara mendetail. Terima kasih atas waktu, perhatian, masukan, serta bimbingan yang telah diberikan kepada penulis, sehingga penulis dapat memperbaiki kesalahan.
6. S. Rouli Manalu, S.Sos., MCommSt., Ph.D, selaku dosen penguji yang telah memberikan saran terhadap skripsi sehingga skripsi ini mendapat arahan yang baik dan sesuai.
7. Dela, Agatha, Risa, Ninda, dan Chelcilia yang telah menjadi sahabat penulis. Terima kasih untuk doa serta dukungan yang telah diberikan kepada

penulis. Terima kasih telah menemani, menyemangati dan bersedia mendengarkan keluh kesah penulis, sehingga penulis yakin dapat melalui semuanya dengan baik.

8. Andini, Salsabila, Afi, Aisyah, dan Alya selaku teman seperjuangan penulis. Terima kasih telah berjuang bersama, berbagi cerita dan pengalaman selama menyusun skripsi.
9. Tata, Ferdi, Ana, Ditsa, dan Ilma selaku narasumber penelitian yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk diwawancarai. Terima kasih telah membantu dan berpartisipasi dalam penelitian sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

ABSTRAK

Judul: Memahami Pengalaman Komunikasi Remaja Untuk Mengelola Perundungan *Fat Shaming* di Media Sosial Instagram

Perundungan *fat shaming* di media sosial seringkali dianggap wajar oleh masyarakat. Padahal, tidak jarang *fat shaming* memicu munculnya efek buruk bagi para korbannya. Oleh karena itu, korban perlu untuk mengelola komunikasi sebagai upaya penyelesaian atas *fat shaming* yang korban terima di Instagram. Penelitian ini bertujuan untuk memahami komunikasi remaja (korban *bullying*) untuk mengelola perundungan *fat shaming* yang terjadi di Instagram. Penelitian ini menggunakan metode analisis *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) dengan melibatkan 5 orang remaja (usia 18-24 tahun) yang pernah mengalami *fat shaming* di Instagram.

Hasil menunjukkan bahwa pengalaman komunikasi untuk mengelola *fat shaming* di Instagram diawali oleh pemaknaan narasumber terhadap komentar *fat shaming* yang diterima. Narasumber memaknai *fat shaming* sebagai komentar mengganggu dan memicu munculnya *body image* negatif dalam diri narasumber, hingga pada akhirnya memunculkan rasa tidak terima. Pemaknaan lantas memicu narasumber untuk merespon pelaku dengan ungkapan rasa kesal dan tidak terima. Meski respon tersebut tidak menyelesaikan masalah *fat shaming*, tetapi mampu memunculkan kepuasan dalam diri narasumber. Ungkapan rasa kesal dan tidak suka yang dilakukan kepada pelaku menunjukkan bahwa narasumber juga membutuhkan penguatan dari orang lain. Oleh karena itu, narasumber mulai terbuka menceritakan pengalaman *fat shaming* kepada teman cerita untuk penguatan dan dukungan. Penguatan ini berasal dari respon-respon positif yang teman cerita berikan kepada narasumber, berupa kalimat suportif, menenangkan, pembelaan, hingga hiburan. Di sisi lain, ditemukan pula adanya komunikasi intrapersonal yang dilakukan narasumber sebagai bentuk penguatan. Pengelolaan ini memunculkan pemaknaan narasumber mengenai pengalaman *fat shaming* yang pernah diterima, yakni refleksi narasumber terhadap diri sendiri, di mana mendorong narasumber untuk berdamai dengan diri sendiri, mengubah pola hidup menjadi lebih baik, hingga memunculkan kesadaran narasumber mengenai kebiasaan buruknya dalam mengonsumsi makan manis secara berlebihan.

Kata kunci: *Fat shaming*, Instagram, Komunikasi Interpersonal

ABSTRACT

Title : Understanding Adolescent Communication Experiences to Manage Fat Shaming on Instagram

Fat shaming on social media is often considered normal by society. In fact, it is not uncommon for fat shaming to trigger adverse effects for its victims. Therefore, victims need to manage communication as an effort to resolve the fat shaming they receive on Instagram. This research aims to understand teenagers' communication (bullying victims) to manage fat shaming on Instagram. This research uses the Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) analysis method involving 5 teenagers (aged 18-24 years) who have experienced fat shaming on Instagram.

The results show that the communication experience to manage fat shaming on Instagram begins with the informant's interpretation of the fat shaming comments received. The interviewee interpreted fat shaming as a disturbing comment and triggered the negative body image, which eventually led to a sense of unacceptance. The meaning then triggers the informant to respond to the abuser with an expression of annoyance and disapproval. Although the response did not solve the fat shaming problem, it was able to bring satisfaction to the informant. The expression of annoyance and dislike made to the bullies shows that the informant also needs reinforcement from others. Therefore, the informant began to share the fat shaming experience with friends for reinforcement and support. This reinforcement comes from the positive responses that friends give to the informants, in the forms of supportive words, calming, defenses, and comfort. On the other hand, it was also found that there was intrapersonal communication carried out by the informants as a form of reinforcement. This management brings out the meaning of the informant regarding the fat shaming experience that has been received, that is, the informant's reflection on himself which encourages him to make peace with himself, change for the better lifestyle, and make the informant aware about bad habits in consuming excessive sweets.

Keywords: *Fat Shaming, Instagram, Interpersonal Communication*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Memahami Pengalaman Komunikasi Remaja untuk Mengelola Perundungan *Fat Shaming* di Media Sosial Instagram”. Penulisan skripsi ini diajukan untuk memenuhi syarat kelulusan Strata 1 studi Ilmu Komunikasi di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Diponegoro.

Skripsi ini terdiri dari lima bab. Bab pertama merupakan uraian yang berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan, signifikansi, kerangka pemikiran teoritis, asumsi penelitian, operasionalisasi konsep, dan metode penelitian. Bab kedua adalah gambaran umum tentang sejarah, korban, dan dampak perundungan *fat shaming*. Bab ketiga adalah hasil temuan penelitian berupa tema pemaknaan dan tema unik dari pengalaman komunikasi remaja untuk mengelola perundungan *fat shaming* di Instagram. Bab keempat yakni mengenai pola, tema final, dan diskusi teoritis dari hasil penelitian. Terakhir, bab lima merupakan penutup yang berisi kesimpulan, implikasi penelitian, serta rekomendasi penelitian.

Penulis berharap adanya masukan berupa kritik dan saran yang membangun untuk skripsi yang telah penulis buat, sehingga penulis dapat belajar dan berkembang menjadi lebih baik.

Semarang, 15 Juni 2023



Agustina Rahmawati

14040118120043

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Signifikansi Penelitian	9
1.4.1 Signifikansi Teoritis	9
1.4.2 Signifikansi Praktis.....	9
1.4.3 Signifikansi Sosial	10
1.5 Kerangka Pemikiran Teoritis	10
1.5.1 <i>State Of the Art</i>	10
1.5.2 Paradigma Penelitian	15
1.5.3 <i>Coordinated Management of Meaning (CMM)</i>	15
1.5.4 <i>New Media Theory</i>	23
1.5.5 Perundungan <i>Fat Shaming</i>	25
1.5.7 <i>Fat Shaming</i> di Media Sosial Instagram Pada Remaja	29
1.6 Asumsi Penelitian	33
1.7 Operasionalisasi Konsep	34
1.8 Metode penelitian.....	35
1.8.1 Tipe Penelitian.....	35
1.8.2 Subjek Penelitian	36
1.8.3 Jenis Data.....	37
1.8.4 Sumber Data	37
1.8.5 Teknik Pengumpulan Data	38
1.8.6 Analisis dan Interpretasi Data	38
1.8.7 Kualitas Data (<i>Goodness Criteria</i>).....	40

BAB II PENYEBAB MUNCULNYA *FAT SHAMING*, KORBAN

***FAT SHAMING*, DAN DAMPAK PERUNDUNGAN *FAT SHAMING* ... 42**

2.1 Penyebab dan Sejarah Munculnya Fenomena <i>Fat Shaming</i>	42
2.1.1 Standarisasi Tubuh Ideal	43
2.1.2 Konstruksi Media Terhadap Standarisasi Tubuh Ideal	46
2.1.3 Normalisasi <i>Body Shaming</i>	50
2.2 Remaja Korban Perundungan <i>Fat Shaming</i>	52
2.3 Dampak Perundungan <i>Fat Shaming</i>	55

BAB III TEMA PEMAKNAAN DAN TEMA UNIK PENGALAMAN

KOMUNIKASI REMAHA UNTUK MENGELOLA PERUNDUNGAN

***FAT SHAMING* DI INSTAGRAM..... 60**

3.1 Tema Pemaknaan.....	64
3.1.1 Narasumber 1	64
3.1.2 Narasumber 2.....	82
3.1.3 Narasumber 3.....	100
3.1.4 Narasumber 4.....	115
3.1.5 Narasumber 5.....	134
3.2 Tema Unik	153
3.2.1 Komunikasi Untuk Mengelola Perundungan	
<i>Fast Shaming</i> di Instagram	153
3.2.1.1Pelaku Memblokir Instagram Korban.....	153
3.2.1.2 Pernah Menerima Bentuk <i>Body Shaming</i> Lain	153
3.2.1.3 Keluarga Tidak Peduli Terhadap Perundungan	
<i>Fat Shaming</i>	154
3.2.1.4 Menerima Respon Negatif Dari Teman Cerita	155
3.2.1.5 Diri Sendiri Sebagai <i>Support System</i>	155
3.2.6 Perundungan <i>Fat Shaming</i> Berlanjut ke Dunia Nyata ..	156
3.2.7 Memilih Teman Virtual Sebagai Teman Cerita	156

3.2.8 Ada Rasa Takut Saat Bercerita Pengalaman <i>Fat Shaming</i>	157
3.2.2 Pemaknaan <i>Fat Shaming</i> Setelah Melakukan Pengelolaan Perundungan	158
3.2.2.1 Tidak Pernah Merasa <i>Insecure</i> Terhadap Tubuh	158
3.2.2.2 Masih Merasa <i>Insecure</i> Terhadap Tubuh.....	158
BAB IV POLA, TEMA FINAL DAN DISKUSI TEORITIS DALAM MEMAHAMI PENGALAMAN KOMUNIKASI REMAJA UNTUK MENGELOLA PERUNDUNGAN <i>FAT SHAMING</i> DI INSTAGRAM... 162	
4.1 Pola	161
4.1.1 Pola Pengalaman Komunikasi Untuk Mengelola Perundungan <i>Fat Shaming</i> di Instagram	161
4.2 Tema Final	166
4.2.1 Komunikasi Untuk Mengelola <i>Fat Shaming</i>	166
4.2.2 Pemaknaan <i>Fat Shaming</i> Setelah Melakukan Pengelolaan Perundungan	169
4.3 Diskusi Teoritis	170
BAB V PENUTUP..... 176	
5.1 Kesimpulan	176
5.2 Implikasi	178
5.2.1 Teoritis.....	178
5.2.2 Praktis	178
5.2.3 Sosial	179
5.3 Saran	180
DAFTAR PUSTAKA	181
LAMPIRAN.....	187

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Contoh iklan standar kecantikan/ketampanan di Instagram.....	4
Gambar 1.2 Bagian fisik remaja yang sering mendapat kritik negatif.....	6
Gambar 1.3 Pengguna Instagram berdasarkan kelompok usia dan jenis Kelamin.....	6
Gambar 3.1 Potret diri narasumber 1 saat liburan yang diunggah di Instagram story	66
Gambar 3.2 Foto makanan yang diunggah narasumber 1 di Instagram story	66
Gambar 3.3 Komentar <i>fat shaming</i> 1 yang diterima narasumber 1 di Instagram.	69
Gambar 3.4 Komentar <i>fat shaming</i> 2 yang diterima narasumber 1 di Instagram.	70
Gambar 3.5 Percakapan narasumber 1 dengan pelaku <i>bullying</i> pertama di Instagram.	75
Gambar 3.6 percakapan narasumber 1 dengan pelaku <i>bullying</i> kedua di Instagram.....	76
Gambar 3.7 Potret diri narasumber 2 dengan temannya di Instagram.....	84
Gambar 3.8 Potret diri narasumber 2 di Instagram.....	84
Gambar 3.9 Komentar <i>fat shaming</i> yang diterima narasumber 3 di Instagram	106
Gambar 3.10 Balasan narasumber 3 terhadap komentar <i>fat shaming</i>	111
Gambar 3.11 percakapan narasumber 3 dengan pelaku <i>bullying</i> di Instagram	112
Gambar 3.12 Potret diri narasumber 5 di Instagram	136
Gambar 3.13 Potret diri narasumber 5 di Instagram	137

