

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Permasalahan**

Berpenampilan menarik dan memiliki tubuh ideal merupakan hal yang banyak diimpikan oleh perempuan saat ini. Tidak terkecuali perempuan pada usia dewasa awal. Pada tahapan usia ini mereka memiliki tugas perkembangan yang harus dipenuhi seperti mencari pekerjaan, menjalin hubungan, memikirkan pernikahan dan tugas lainnya (Santrock, 2002). Saat menjalankan tugas perkembangan tersebut beberapa diantara mereka dihantui oleh rasa tidak percaya diri karena bentuk tubuh yang tidak sesuai dengan gambaran kecantikan di masyarakat. Gambaran kecantikan perempuan saat ini dimaknai oleh khalayak sebagai perempuan yang cenderung memiliki kulit berwarna putih, bertubuh langsing dan berambut lurus (Winarni, 2015). Adanya konsep gambaran cantik tersebut membuat beberapa perempuan makin tidak percaya diri, diantaranya adalah perempuan dengan berat badan berlebih. Perempuan yang memiliki tubuh dengan berat badan berlebihan biasanya disebut kegemukan atau obesitas (Fernando, 2019).

Papalia dan Olds (2004) menjelaskan bahwa obesitas terjadi saat individu mengkonsumsi makanan dengan kalori yang berlebih dibanding dengan kebutuhan kalori yang diperlukan oleh tubuh. Hal tersebut menimbulkan penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebihan. Kasus secara global studi

yang melibatkan 168.000 seorang dewasa di 63 negara mengungkapkan bahwa 40 persen laki-laki dan 30 persen wanita di seluruh dunia memiliki berat badan berlebih. Untuk 24 persen laki-laki dan 27 persen wanita lainnya mengalami obesitas (Balkau dkk, 2007). Akumulasi ini akan terus - menerus memiliki dampak dari hasil penambahan berat badan. Pada orang dewasa muda yang sehat, total lemak tubuh menunjukkan 15-20 persen dari total berat badan untuk pria, sedangkan 20-25 persen merupakan total dari berat badan wanita. Bisa dilihat bahwa wanita lebih mendominasi pada tingkat obesitas yang terjadi (Maria dan Evagelia, 2009).

Pada tahun 2014 melalui data *world health organization* (WHO) lebih dari 1,9 miliar orang dewasa usia 18 tahun ke atas kelebihan berat badan (Kemkes, 2018). Dari jumlah tersebut yang mengalami obesitas sebesar 600 juta penduduk. Perempuan cenderung paling banyak mengalami masalah obesitas dibandingkan laki-laki. Prevalensi obesitas untuk laki laki dewasa sejumlah 16,3%, sedangkan prevalensi obesitas perempuan dewasa sejumlah 26,9% (Fatimah, 2014). Selain itu obesitas lebih banyak ditemukan pada wanita dibandingkan dengan laki – laki disebabkan proporsi lemak tubuh pada wanita lebih tinggi dan banyak tersimpan di daerah panggul dibandingkan pria yang tersimpan di perut (Anggraini, 2012). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada saat pubertas perempuan cenderung memiliki asupan makanan berupa sumber karbohidrat yang lebih banyak dibanding laki-laki yang cenderung mengkonsumsi makanan kaya protein. Hal tersebut menjadi salah

satu penyebab kenapa Perempuan lebih banyak mengalami obesitas dibanding laki – laki (Sari, 2011).

Hasil Penelitian lain yang dilakukan oleh Kusoy (2013) menemukan bahwa 4,30% laki-laki telah mengalami obesitas sedangkan pada perempuan memiliki angka yang lebih tinggi yakni sebesar 22,03% yang mengalami obesitas. Pada skala nasional obesitas yang terjadi pada perempuan dan laki laki meningkat sejak tahun 2018. Melalui badan Pusat Statistik pada tahun 2018 penduduk usia lebih dari 18 tahun mengalami obesitas pada perempuan sebesar 29,30% dan pada laki – laki sebesar 14,50%. Bisa dilihat melalui data tersebut bahwa di Indonesia perempuan cenderung lebih banyak mengalami obesitas dibandingkan dengan laki – laki.

Pada perempuan dewasa penampilan adalah hal yang sangat diperhatikan. Apalagi tubuh dinilai sebagai aset yang berharga dan sering dijadikan tolak ukur sebuah kecantikan. Maraknya iklan di TV hingga foto dan video di media sosial yang menunjukkan bahwa memiliki tubuh yang kurus adalah sebuah kecantikan membuat sebuah stereotip baru di kalangan sosial. Secara jelas di masyarakat telah terbentuk sebuah ideologi tentang makna gaya hidup dan penampilan bahwa cantik harus memiliki tubuh kurus, wajah bersih dan putih. Perempuan dengan tubuh obesitas akan mengalami perlakuan yang berbeda karena adanya standar ideal tersebut (Winarni, 2015).

Perlakuan yang berbeda yang diterima oleh kelompok atau individu disebut dengan diskriminasi. Pada diskriminasi sering diawali dengan prasangka, munculnya sebuah prasangka ini membuat perbedaan antara satu kelompok dengan

kelompok yang lain sehingga menimbulkan sikap negatif yang kemudian dimunculkan dalam sebuah tindakan (Gerungan, 2004). Menurut Kuncoro (2021) diskriminasi dengan prasangka adalah hal yang hampir sama. Perbedaannya adalah pada prasangka itu berupa sikap (*attitude*) sedangkan diskriminasi adalah sebuah tindakan (*action*). Sumber dari diskriminasi sangat dipengaruhi oleh sosial, persaingan *in group* dan *out group*, faktor sejarah dan juga lainnya. Praktik diskriminasi yang terjadi pada perempuan obesitas biasanya bersumber dari tuntutan sosial yang meyakini bahwa standart kecantikan adalah bertubuh kurus dan ideal. Sehingga perempuan yang memiliki tubuh berbeda dari standar kecantikan tersebut akan mendapatkan banyak prasangka dari masyarakat dan beberapa diantaranya mengalami diskriminasi.

Selain itu menurut Dananjadja (2003) diskriminasi adalah perlakuan yang tidak seimbang terhadap individu atau kelompok yang disebabkan oleh atribut atribut tertentu yang melekat pada diri individu atau kelompok. Thornicroft (2008) juga menjelaskan bahwa diskriminasi juga bisa berawal dari sebuah stigma yang muncul karena adanya prasangka buruk terhadap seorang individu. Salah satunya adalah perempuan yang memiliki atribut seperti berbadan gemuk atau obesitas dianggap berbeda oleh orang di lingkungannya sehingga memunculkan prasangka negative dan stigma yang ditunjukkan dengan perilaku diskriminasi. Perilaku diskriminasi dilakukan dalam berbagai bentuk, seperti pemaksaan, segregasi hingga Perilaku menghindar dari individu yang mengalami diskriminasi (Corrigan dkk, 2002).

Menurut Jackson (2016) seorang pegawai penyedia layanan televisi kabel bernama Owens dipecat karena berat badannya, kemudian seorang teman dari Owens memberikan rekomendasi agar ia mengikuti wawancara pekerjaan di sebuah tempat penitipan anak. Sebelum mengikuti wawancara pekerjaan di tempat tersebut, Owens sebelumnya sudah memiliki pengalaman bekerja di tempat penitipan anak. Owens berusaha untuk meyakinkan mereka dengan menunjukkan bahwa ia dapat dengan mudah duduk di lantai dan berinteraksi dengan anak-anak meski memiliki tinggi hampir 180 cm dengan berat 227 kg dan ia bisa memenuhi kualifikasi untuk posisi tersebut, namun mereka tidak dapat menerima Owens dengan alasan karena tubuhnya yang terlalu besar. Selain itu ada kasus dimana seorang perawat yang memiliki berat badan obesitas yang tidak pernah dipromosikan di tempat kerjanya padahal dia memiliki waktu yang lama di dalam pekerjaan tersebut.

Jackson (2016) dalam jurnal nya juga menjelaskan bahwa para pelamar pekerjaan yang kelebihan berat badan dipandang kurang menguntungkan dalam keputusan perekrutan dan pekerjaan. Selain itu, studi eksperimental yang lain menunjukkan obesitas secara negatif mempengaruhi prospek kencan wanita. Pada beberapa iklan kencan, para pria menghindari iklan mengenai wanita gemuk dan obesitas karena itu semua dianggap merugikan. Pada bidang kesehatan juga ada beberapa laporan dari pasien bahwa pasien dengan berat badan obesitas kurang dihargai oleh tenaga kesehatan dan dokter sehingga menghambat pemeriksaan kesehatan mereka. Akibatnya, individu dengan obesitas mengalami *pervasive*

prasangka dan diskriminasi di sejumlah domain, termasuk perawatan kesehatan, pekerjaan, dan interpersonal hubungan.

Selanjutnya dalam penelitian Puhl dan Brownell (2001) diungkapkan bahwa melalui survei yang dilakukan terbukti banyak sekali individu obesitas yang melaporkan bahwa mereka mengalami diskriminasi dalam pekerjaannya. Laporan ini menunjukkan wanita 16 kali lebih banyak mengalami diskriminasi dari pada laki laki. Salah satu yang dialami oleh wanita yang pernah mengalami diskriminasi tersebut membicarakan bahwa ia dipecat setelah ada evaluasi kinerja di perusahaannya dan menganggap wanita tersebut memiliki evaluasi kinerja negative karena berat badannya. Dalam hal tersebut sangat rentan dampaknya pada kehidupan sosial individu dengan berat badan yang obesitas.

Hasil wawancara dalam penelitian yang dilakukan oleh Susanto (2016) mengungkapkan bahwa 10 orang yang telah diwawancarai yang terdiri dari 5 pria dan 5 wanita obesitas pada sebuah komunitas di Solo pernah mengalami diskriminasi dari lingkungan sosialnya. Diskriminasi ini terjadi di berbagai kegiatan sehari hari hingga saat saat tertentu seperti melamar pekerjaan. Bahkan di lingkungan sosial pun mereka sering mengalami diskriminasi oleh orang terdekat. Berdasarkan wawancara tersebut juga didapatkan bahwa perempuan cenderung merasakan efek yang jera dan sulit terlupakan saat setelah mengalami diskriminasi. Hal ini berdasarkan pada kodrat perempuan yang cenderung memang lebih memperhatikan penampilan fisiknya dibandingkan dengan laki laki.

Masih banyak kasus terjadi jika individu tersebut memiliki tubuh dengan obesitas akan berpengaruh terhadap kehidupannya. Individu yang kelebihan berat badan bercerita tentang kehidupannya di sekolah, ditolak pekerjaan dan promosi, hingga kehilangan kesempatan untuk mengadopsi anak, dan banyak lagi (Puhl & Brownel, 2001). Seringkali wanita dewasa yang mengalami obesitas mendapatkan perlakuan yang berbeda dari orang-orang sekitar, perlakuan tersebut lebih cenderung mengarah ke perilaku negatif diantaranya adalah pelecehan, stigmatisasi dan diskriminasi (Bestiana, 2012).

Dunia kesehatan memang memandang obesitas sebagai suatu masalah kesehatan yang memiliki dampak yang tidak baik, Akan tetapi tidak semua obesitas disebabkan oleh makanan dan pola hidup yang buruk. Ada beberapa individu yang mengalami obesitas karena memang genetic bawaan dari orang tuanya. Bayi yang memiliki ibu obesitas menunjukkan bahwa 50% diantaranya akan menjadi obesitas karena gen yang diturunkan dari si ibu dan bukan karena makanannya. Oleh karena itu di lingkungan sosial harusnya memperlakukan perempuan obesitas secara sama (Susanto, 2016).

Tidak terkecuali perempuan obesitas yang berada di Yogyakarta. Harusnya dengan adanya aspek budaya perilaku (*behavioral culture*) yang mengedepankan keramahan dan kesopanan yang ada di Yogyakarta bisa membuat masyarakat nya memiliki rasa toleransi yang tinggi (Putro, 2010). Akan tetapi kenyataannya beberapa perempuan obesitas yang ada di Yogyakarta masih mengalami diskriminasi. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada

tanggal 20 Maret 2021 dengan menggunakan media komunikasi online yakni (whatsapp) dengan subjek dua orang yang berdomisili di Yogyakarta yakni inisial “P dan A” menemukan bahwa mereka berdua mendapatkan diskriminasi karena memiliki tubuh yang obesitas. Subjek P menceritakan bahwa karena berat badannya yang masuk kategori obesitas 1 selalu mendapat cibiran dari teman kerjanya. Tidak hanya itu P sering tidak dilibatkan dalam kegiatan pertemanan diluar kantor yang dilakukan oleh teman teman kantornya. Bagi teman kantornya P juga dianggap tidak bisa produktif karena memiliki berat badan yang obesitas.

Kejadian yang dialami oleh P membuat dirinya menjadi kurang percaya diri ketika pergi bekerja. Sehingga makin membuat P sangat tidak nyaman dengan pekerjaannya bahkan sering mengalami stress berat yang membuatnya sering absen bekerja. Diskriminasi yang dialami oleh P di tempat kerja dilakukan oleh rekan kerjanya. P bercerita bahwa di tempat kerjanya P jarang diajak berkomunikasi oleh rekan kerjanya. Bahkan saat jam makan siang hanya P yang tidak ditawari untuk diajak keluar membeli makan siang. Selain itu teman P juga melakukan diskriminasi halus dalam bentuk verbal. Ketika P belum selesai dalam mengerjakan pekerjaannya rekan kerja P selalu mengaitkannya bahwa P tidak bisa produktif karena factor berat badannya. Sedangkan subjek A menceritakan bahwa dirinya yang memiliki tubuh obesitas awalnya baik baik saja, akan tetapi hal tersebut berubah karena ada salah satu teman sekolahnya yang dia suka pernah bilang bahwa A menjijikan. Sejak saat itu A selalu kepikiran dan semakin tidak percaya diri di depan teman temannya.

Selain itu A juga pernah mendapatkan diskriminasi ketika akan mencari teman untuk mengerjakan tugas kelompok. A mendapatkan diskriminasi secara terselubung dimana mayoritas teman sekelas A tidak ada yang mau menjadi teman kelompok A saat ada tugas tugas kelompok. A selalu menjadi opsi terakhir yang dipilih ketika ada pembentukan kelompok untuk tugas. A bercerita ada saat kelas olahraga A sering ditinggal saat lari marathon, bahkan guru olahraga A berbicara bahwa A sangat lambat larinya sehingga lebih baik ditinggal saja dibelakang. Pernah dalam ujian olahraga padahal A belum menyelesaikan rangkaian ujian nya tetapi guru olahraga nya langsung memberikan nilai rendah untuk A. Dari kasus yang dialami oleh A jelas terlihat bahwa diskriminasi yang di alami oleh A tidak hanya dilakukan oleh teman sekelasnya melainkan dari lingkungan tenaga professional seperti guru pun ikut melakukan diskriminasi terhadap bentuk tubuh A yang masuk dalam kategori obesitas.

Adanya diskriminasi yang terjadi pada individu yang mengalami obesitas yang disebutkan diatas dapat berisiko tinggi terhadap depresi dan gangguan dalam kecemasan. Ada juga yang muncul bukti efek fisiologis, dimana dengan diskriminasi berat akan berpengaruh terhadap tekanan darah, kesehatan fisik yang semakin buruk, dan bahkan meningkatkan risiko kematian karena tertekan (Jackson, 2016). Menurut Meyer dan Frost (dalam Kite dan Whitley, 2016) menjelaskan bahwa stigmatisasi dan diskriminasi menghasilkan efek stress yang negative karena factor stressor eksternal. Faktor eksternal yang dialami oleh korban tentang diskriminasi yang dialami dari lingkungan sekitarnya membuat korban

diskriminasi mengalami trauma sehingga memungkinkan korban lebih sadar akan kemungkinan penolakan oleh orang-orang disekitarnya di masa depan.

Padahal harusnya perempuan dengan obesitas diperlakukan sama dan didukung untuk memiliki pola hidup yang sehat secara positif agar bisa memiliki tubuh yang sehat. Akan tetapi penampilan fisik terutama berat badan ternyata menjadi sumber utama dari prasangka dan memunculkan sebuah diskriminasi. Selain itu adanya stereotip yang muncul di masyarakat bahwa seorang perempuan akan dinilai berdasarkan penampilannya membuat perempuan obesitas dipandang secara negatif dan mengalami diskriminasi oleh lingkungan sekitarnya sebagai akibatnya (Kite & Whitley, 2016).

Prasangka seringkali didasari oleh ketidakpahaman, oleh karena itu para pelaku banyak yang tidak sadar bahwa mereka telah melakukan sebuah diskriminasi (Fulthoni, Renata, Siti & Uli, 2009). Dari pemaparan di atas peneliti berharap nantinya memperoleh gambaran nyata kasus diskriminasi yang dialami oleh perempuan obesitas di Yogyakarta dengan informasi pelaku dan bentuk diskriminasi. Dengan mengetahui bentuk – bentuk diskriminasi tersebut nantinya dapat menjadi acuan untuk membedakan perilaku diskriminasi yang sering tidak disadari oleh para pelaku diskriminasi di kalangan perempuan obesitas. Oleh karena itu berdasarkan apa yang sudah di paparkan, peneliti ingin meneliti siapa saja yang menjadi pelaku diskriminasi pada perempuan obesitas dan apa saja bentuk diskriminasi yang diterima oleh perempuan obesitas.

## **B. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mengetahui siapa saja yang menjadi pelaku diskriminasi terhadap perempuan obesitas di Yogyakarta
2. Mengetahui bentuk – bentuk perilaku diskriminasi terhadap perempuan obesitas di Yogyakarta.

## **C. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan dibidang ilmu psikologi sosial dan klinis khususnya dalam penelitian diskriminasi terhadap perempuan obesitas.

### 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak terkait dan memberikan edukasi kepada masyarakat tentang siapa saja pelaku diskriminasi pada perempuan obesitas dan bagaimana bentuk – bentuk nya. Harapannya masyarakat akan lebih peduli dan tidak melakukan diskriminasi terhadap perempuan dengan tubuh obesitas.

#### **D. Keaslian Penelitian**

1. Wahyuni, K. D., & Prasetyo, K. B. (2019). “Diskriminasi terhadap Kaum Gemuk (Studi Kasus : Kalangan Remaja Bertubuh Gemuk di Wonosobo)”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk diskriminasi yang dialami kalangan remaja bertubuh gemuk di wonosobo, dampak diskriminasi terhadap konsep diri kalangan remaja bertubuh gemuk di Wonosobo, respon kalangan remaja bertubuh gemuk di Wonosobo terhadap bentuk diskriminasi yang dialami. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dan teori interaksionalisme simbolik oleh George Herbert Mead serta *konsep the body, culture and society* oleh Philip Hancock. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat dua bentuk diskriminasi yang dialami oleh remaja gemuk di Wonosobo yaitu dalam aspek sosial dan diskriminasi dalam aspek pekerjaan. Dampaknya juga berimbas secara psikologi, secara ekonomi, dan juga berdampak secara sosial. Beberapa diantara mereka memberikan respon yang berbeda terhadap diskriminasi yang diterima yaitu respon mengabaikan dan respon menolak untuk diet. Faktor gender sangat mempengaruhi respon yang muncul, dimana remaja gemuk laki- laki lebih banyak menunjukkan respon mengabaikan dibanding remaja gemuk perempuan yang menunjukkan respon menolak.

Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti:

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti memiliki fokus subjek terhadap perempuan. Selain itu tujuan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah untuk mengetahui bentuk bentuk dan pelaku diskriminasi terhadap perempuan yang Obesitas. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang tidak memasukkan kategori obesitas dan hanya berfokus pada kategori gemuk.

2. Maanns – James, L., Anthony, M.K., & Neal – Barnett,A. (2020). “Racial discrimination, Racial identity, and obesity in Collegiate African American Women”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara diskriminasi rasial, identitas ras eksplisit, dan obesitas di perguruan tinggi wanita Afrika Amerika. Subjek dalam penelitian ini adalah 136 wanita yang teridentifikasi sebagai wanita Afrika Amerika dari universitas besar di Midwestern. Hasil dari penelitian ini adalah adanya hubungan antara diskriminasi rasial dengan identitas ras dan obesitas pada perempuan afrika amerika yang ada di perguruan tinggi. Sumbangan terbesar dari diskriminasi yang diterima oleh perempuan Afrika amerika ini terletak pada identitas ras. Meskipun tidak dipungkiri obesitas juga menjadi salah satu factor mereka mengalami diskriminasi. Selain itu ditemukan juga bahwa beberapa diantara subjek mengalami obesitas dan gangguan kesehatan fisik lainnya dikarenakan Diskriminasi Rasial yang diterima.

Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti:

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti hanya menggunakan variabel diskriminasi yang berfokus pada bentuk bentuk diskriminasi dan para pelaku

yang melakukan diskriminasi. Penelitian ini juga memiliki latar tempat penelitian yang berbeda yakni khusus dilakukan di Daerah Istimewa Yogyakarta di Indonesia. Selain itu dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan focus partisipan yakni perempuan yang memiliki tubuh obesitas.