

## Peran Keberagaman Karakter Dalam Ilustrasi Untuk Mengatasi Body Shaming

Bella Wiliyana<sup>1</sup>, Nuryadi<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Desain dan Industri Kreatif, Universitas Esa Unggul, Jakarta, Indonesia

### Article Info

#### Article history:

Received August 20, 2024

Revised August 20, 2024

Accepted August 24, 2024

#### Kata Kunci:

*Body Shaming,*  
*Desain Karakter,*  
*Buku Ilustrasi,*  
*Keberagaman fisik*

#### Keywords:

*Body Shaming,*  
*Character Design,*  
*Illustration Book,*  
*Physical Diversity*

### ABSTRAK

*Body shaming*, terutama terhadap perempuan di Indonesia dengan standar kecantikan yang tidak realistis, berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental. Penelitian ini mengeksplorasi bagaimana keberagaman karakter dalam buku ilustrasi dapat mengatasi *body shaming*. Metode penelitian mencakup wawancara, observasi, dan studi literatur. Temuan menunjukkan bahwa desain karakter yang *relatable* dan penggunaan warna, gaya semi-realis, serta teknik *digital painting* dalam buku ilustrasi dapat menyampaikan pesan dengan efektif dan membantu pembaca mengatasi dampak *body shaming*. Media visual, terutama buku ilustrasi, berperan penting dalam mendukung penerimaan diri dan mencintai diri sendiri. Penelitian ini berkontribusi pada pengembangan desain karakter untuk mengatasi *body shaming*.

### ABSTRACT

*Body shaming*, especially against women in Indonesia with unrealistic beauty standards, has a negative impact on physical and mental health. This research explores how character diversity in illustration books can address *body shaming*. Research methods included interviews, observations, and literature studies. The findings show that *relatable* character designs and the use of color, semi-realist style, and digital painting techniques in illustration books can effectively convey messages and help readers overcome the impact of *body shaming*. Visual media, especially illustration books, play an important role in supporting self-acceptance and self-love. This research contributes to the development of character design to overcome *body shaming*.

This is an open access article under the [CC BY](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) license.



### Corresponding Author:

Bella Wiliyana  
Fakultas Desain dan Industri Kreatif, Universitas Esa Unggul,  
Jakarta, Indonesia  
Email: [bellawiliana@student.esaunggul.ac.id](mailto:bellawiliana@student.esaunggul.ac.id)

## 1. PENDAHULUAN

Orang dengan tipe tubuh kurang ideal seringkali mengalami *body shaming* dari teman sekelasnya dan masyarakat sekitar. Banyak wanita yang merasa terjebak dengan pendapat orang lain karena seringnya ada yang mengkritik penampilannya. Istilah *body shaming* dimaksudkan

untuk mengejek orang-orang yang dianggap memiliki penampilan yang sangat berbeda dengan masyarakat secara keseluruhan. Fauzia & Rahmiaji mengatakan bahwa contoh *body shaming* antara lain menyebut orang gendut, pesek, berkerut dan dalam kaitannya dengan penampilan [1]. Salsabila Fitri Pratami & Zilfa Karimah Azahra menjelaskan bahwa *body shaming* dapat dianggap sebagai bentuk kekerasan verbal dan emosional, pelakunya sering kali menganggapnya hanya sebagai lelucon. *Body shaming* dapat memengaruhi kesehatan mental korban tanpa disadari, menyebabkan trauma, kecemasan, dan ketakutan yang berlebihan [2].

Fenomena *body shaming* di Indonesia umumnya ditujukan kepada perempuan, yang seringkali dianggap mengikuti standar kecantikan yang tidak realistis. Itsojt mengatakan bahwa di Indonesia, standar wanita cantik adalah memiliki kulit putih, mulus, bersih, dan berbadan langsing (Yulia & Azhar) [3]. Dalam survei yang tercantum dalam laporan ZAP *Beauty Index* 2020, sekitar 62,2% perempuan di Indonesia pernah mengalami *body shaming* sepanjang hidup mereka. Dari angka tersebut, 47% responden mengalami *body shaming* karena tubuh mereka dianggap terlalu berisi, sementara 36,4% mengalami *body shaming* akibat kulit berjerawat. Selain itu, 28,1% responden menjadi korban *body shaming* karena bentuk wajah yang tembem, dan 23,3% karena warna kulit yang gelap. Sementara itu, 19,6% responden terkena *body shaming* karena dianggap memiliki tubuh yang terlalu kurus [4].

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ramahardhila & Supriyono, *body shaming* memiliki dampak terbesar pada psikologis korban, diantaranya memicu pikiran untuk bunuh diri, membuatnya merasa *insecure* tentang bentuk dan penampilannya, merasa takut, dan khawatir tentang ekspresi dirinya [5]. Sakinah menjelaskan bahwasanya korban *body shaming* akan merasakan tidak percaya diri, minder, malu dan idealis akibat *body shaming* [5].

L.K.Dewi & Siswanto menerangkan bahwa *body shaming* inilah yang berhasil mempengaruhi kesehatan fisik dan mental korban, oleh karena itu korban membutuhkan penanganan melalui kemampuannya untuk belajar mengelola pikiran buruk serta melatih diri untuk dapat menghargai dan mencintai sepenuh hati tubuh mereka. Para korban memerlukan penanganan karena *body shaming* berdampak pada kesehatan fisik dan mental korban. Hal ini mengenai kemampuan mengelola pikiran buruk dan melatih diri untuk lebih menghargai dan mencintai diri sendiri. Keterampilan tersebut dapat dilatih secara individu atau oleh terapis [6].

Menurut [7] Ilustrasi memainkan peran penting pada buku dalam meningkatkan pengalaman membaca pembaca dan meningkatkan pemahaman mereka tentang isi buku. Ilustrasi membantu memperjelas konsep, ide, atau cerita yang sulit dipahami hanya dalam teks. Ghozalli menyatakan bahwa buku ilustrasi selalu menyertakan penggambaran karakter, dan desain karakter buku sangat penting agar cerita dan isi buku lebih berkesan bagi pembaca [8]. Desain karakter yang kuat dan *relatable* membantu pembaca lebih mudah mengenali cerita dan pesan yang ingin disampaikan.

Perancangan ini berfokus pada pembuatan desain karakter yang ada di dalam buku ilustrasi untuk mengatasi *body shaming* sebagai salah satu komponen penting dalam pembuatan cerita yang menarik dan mudah dipahami pembaca. Ryadi mengatakan bahwa sebagai pembawa pesan, karakter harus dirancang dengan baik baik secara visual maupun kepribadian [9].

## 2. METODE

Sumber data yang digunakan terbagi menjadi 2 yaitu data primer dan data sekunder.

## 2.1 Data Primer

Data primer yang didapatkan dengan melakukan wawancara dan observasi. Wawancara dilakukan dengan Ibu Mariyana Widiastuti, S.Psi, M.Psi selaku Dosen Psikolog Esa Unggul. Yang dilakukan secara offline pada tanggal 07 desember 2023. Dan beberapa Perempuan yang pernah mengalami *body shaming* secara online.

## 2.2 Data Sekunder

Data Sekunder merupakan kumpulan informasi yang telah ada sebelumnya, pada perancangan ini data yang digunakan adalah studi literatur yang meliputi buku, jurnal, dan sumber internet untuk memahami asal-usul dan masalah yang ingin diatasi. Selain itu, data sekunder juga diperoleh dari studi yang sudah ada dan studi perbandingan, yang memerlukan analisis mendalam terkait kelebihan dan kekurangannya. Proses analisis ini juga melibatkan evaluasi elemen visual seperti ilustrasi, skema warna, tata letak, dan tipografi, yang pada akhirnya berfungsi sebagai referensi utama untuk memberikan panduan dalam desain buku ilustrasi.

## 2.3 Metode Perancangan

Metodologi yang digunakan dalam rancangan ini adalah metodologi pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif adalah metode penelitian ilmiah dan sistematis yang berbeda dengan penelitian kuantitatif dalam hal kompleksitas dan keakuratannya. Menurut Alvionita dan kawan-kawan, dalam penelitian kualitatif, data yang dikumpulkan terutama berupa dokumen atau narasi dan bukan berupa data numerik yang merupakan ciri penelitian kuantitatif [10].

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1 Keyword



Gambar 1. Skema Keyword Perancangan

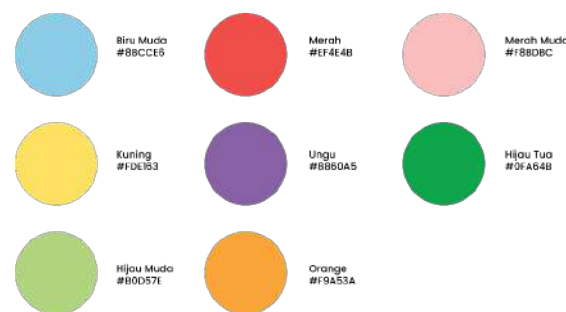
Berdasarkan analisis dan data sebelumnya, *keyword* utama adalah “Mengatasi Body Shaming dan Dampaknya” seperti pada gambar 1. Skema ini bertujuan untuk membuat buku ilustrasi yang memperkenalkan karakter kompleks pelaku bullying dan memberikan panduan efektif dalam menghadapi hubungan tersebut. Konsep "Colorful" akan digunakan untuk menggambarkan berbagai kasus *body shaming* dengan variasi warna, memvalidasi dan merayakan keberagaman bentuk tubuh. Elemen ini akan diterapkan dalam desain karakter buku.

### 3.2 Konsep Visual

Konsep visual mencakup berbagai aspek yang bekerja sama untuk menciptakan tampilan dan nuansa yang konsisten dan menyampaikan tujuan desain dengan jelas.

#### a. Warna

Warna merupakan unsur penting dalam buku ilustrasi, warna mampu merangsang kepekaan otak terhadap emosi sehingga dapat menimbulkan suatu perasaan. Pada perancangan ini, penggunaan warnanya menggunakan skema warna analogus yang merupakan kombinasi warna yang berada berdekatan satu sama lain di dalam lingkaran warna. Ini berarti warna-warna ini memiliki satu warna dominan yang sama dan cenderung harmonis satu sama lain.



Gambar 2. Palet Warna

#### b. Gaya Ilustrasi

Menurut Aryanto dan Pradesta [1], seni semi - realisme merupakan gabungan gaya realis dan kartun, dan lebih mendekati realisme daripada seni karikatur atau animasi, tetapi tidak bertujuan untuk meniru secara sempurna. Seni semi - realistis memadukan unsur - unsur realisme dengan improvisasi artistik dan gaya menggambar subjek berdasarkan visi kreatif seniman.

#### c. Teknik Digital Painting

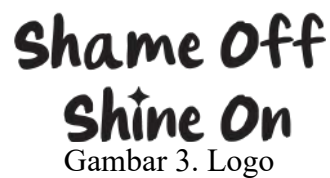
*Digital painting* adalah karya lukisan yang dibuat menggunakan software yang bisa diunduh melalui gadget seperti handphone, laptop, tablet atau komputer. Menurut Miko Guntara dan Syakir Mujiyono [2], melukis digital adalah proses melukis dengan menggunakan perangkat digital, yaitu komputer dan pen tablet. Proses ini dilakukan dengan perangkat lunak yang dapat diunduh pada perangkat seperti ponsel, laptop, tablet, atau komputer. Dengan melibatkan beberapa *software* yang mendukung seperti *adobe illustrator* dan *procreate*.

### 3.2 Buku Ilustrasi

Buku ilustrasi akan menjadi media dalam perancangan, bahan kertas *book paper* 90 gsm dan *art carton* 260 gsm. Yang di dalamnya pada cover depan dan belakang bergambar ilustrasi dengan cetak *full color*. Isi bukunya meliputi pembahasan *body shaming*, kasus *body shaming*, Solusi, kalimat motivasi dan cara untuk berdamai dengan diri sendiri.

### 3.3 Judul Buku Ilustrasi

Buku ilustrasi ini diberikan judul “*Shame Off Shine On*” yang akan ditampilkan Pada gambar 3. Judul tersebut diambil dari keyword “Mengatasi *Body Shaming* dan Dampaknya”. Menggunakan logotype sederhana pada judul buku, logo ini memudahkan pengenalan dan ingatan. Ikon bintang pada huruf “i” melambangkan perjalanan melepaskan rasa malu, dengan bintang sebagai simbol cahaya, harapan, dan keunikan individu. Slogan “*Shame Off Shine On*” berarti “Buang Rasa Malu, Bersinarlah.”



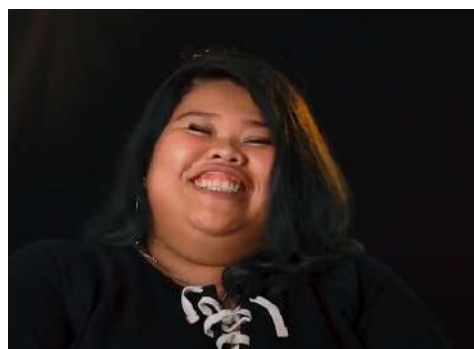
Gambar 3. Logo

### 3.4 Konsep Visual Karakter Desain

Dari hasil survei yang dilakukan *zap beauty index 2020* sekitar 62,2% perempuan di Indonesia pernah menjadi korban *body shaming* selama hidupnya. Dari jumlah itu, 47% responden mengalami *body shaming* karena tubuh gemuk, kemudian 36,4% karena kulit yang berjerawat. Kemudian, 28,1% karena bentuk wajah yang tembem. Ada pula 23,3% karena warna kulit yang gelap. Sementara, 19,6% karena memiliki tubuh yang terlalu kurus. Berdasarkan hasil data tersebut, maka perancangan ini fokus menunjukkan 5 tokoh yang menggambarkan hasil survei yang meliputi tubuh gemuk, wajah berjerawat, pipi tembem, kulit gelap dan tubuh kurus. Adapun visualisasinya sebagai berikut.

#### 3.4.1 Tubuh Berisi

Angella Ariesta Faldini, seorang penari Plus Size, menghadapi *body shaming* karena ukuran tubuhnya. Orang-orang berpikir bahwa penari harus memiliki tubuh yang kurus, membuatnya merasa rendah diri. Namun, dengan dukungan orang-orang terdekatnya, Angella bangkit dan mencapai kesuksesan dengan tampil di acara besar di Jakarta. Desain karakter Angella dengan pipi menggemaskan dan ramah senyum akan menjadi sumber inspirasi dalam perancangan ini.



Gambar 4. Foto Angella Ariesta Faldini

### 3.4.2 Wajah Berjerawat

Tasya Amelia, seorang beauty content creator, mengalami body shaming karena jerawatnya parah. Orang Tuanya bahkan pernah malu dan menyarakannya untuk tidak keluar rumah. Ini membuatnya mengurung diri dan merasa terpuruk, bahkan berpikir untuk bunuh diri. Namun, dengan dukungan sang adik, ia memutuskan untuk bangkit dan menjadi *beauty content creator*. Desain karakter Tasya dengan wajah tegasnya namun aslinya ceria akan menjadi sumber inspirasi dalam perancangan ini.



Gambar 5. Foto Tasya Amelia

### 3.4.3 Wajah Tembem

Syifa Hadju, seorang publik *figur*, pernah menghadapi *body shaming* karena memiliki pipi tembem. ia sering kali menerima komentar negatif tentang bentuk tubuhnya yang dianggap tidak sesuai ekspektasi publik, terutama terkait dengan pipi *chubby*-nya. Banyak orang memintanya untuk meniruskan pipinya, yang pada akhirnya membuatnya merasa kurang percaya diri dengan penampilannya. Desain karakter Syifa dengan pipi bulatnya yang tembem yang menggemaskan akan menjadi sumber inspirasi dalam perancangan ini.



Gambar 6. Foto Syifa Hadju

### 3.4.4 Kulit Gelap

Ririe Prams alias Nuria Prameswari, seorang *Beauty Content Creator*, pernah mengalami *body shaming*. Saat kuliah, ia merasa kurang percaya diri karena kebanyakan temannya berkulit putih. Ia kerap kali dihina perihal warna kulitnya oleh orang sekitar. Ririe juga sempat menghadapi masalah kulit wajahnya yang belang seperti panu akibat matahari, dan ternyata adalah dermatitis. Ia lalu melakukan perawatan di Dokter kulit, namun hasilnya tidak memuaskan. Berkat dukungan suami, Ririe akhirnya menerima warna kulitnya. Desain karakter Ririe dengan pipi kulit sawo matangnya yang cantik akan menjadi sumber inspirasi dalam perancangan ini.



Gambar 7. Skema Keyword Perancangan

### 3.4.5 Tubuh Kurus

Mandy CJ, seorang *CO-Founder The Finery Report*, pernah mengalami *body shaming*. Sejak kecil, Mandy sering dihina karena tubuhnya yang rata. Ia mencoba berbagai cara aneh untuk memperbesar payudaranya, seperti memijat dengan minyak dan menyumpalkan tisu pada pakaian dalamnya, namun ini membuatnya frustrasi. Komentar negatif membuatnya mencari validasi dengan berpakaian seksi, yang akhirnya membuatnya merasa tidak berharga. Obrolan tentang insecurity diri dan orang lain adalah kunci penerimaan diri. Mandy. Desain karakter Mandy dengan tubuh tinggi dan ramping layaknya model akan menjadi sumber inspirasi dalam perancangan ini.

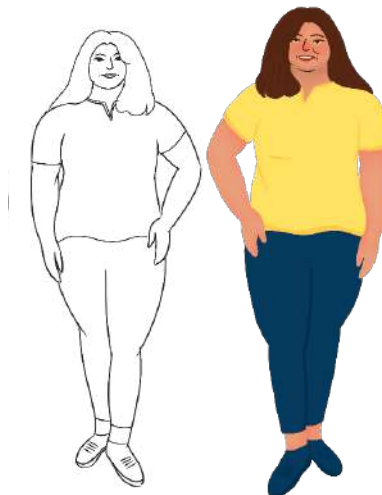


Gambar 8. Foto Mandy CJ

### 3.5 Desain Karakter

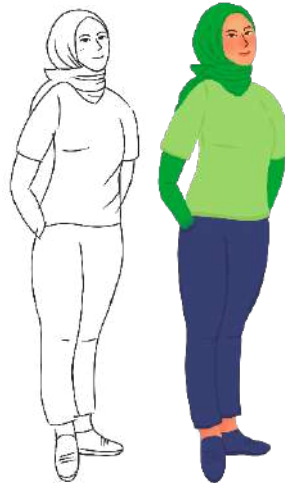
Desain karakter ini adalah hasil pengembangan dari konsep visual dan bahasa yang sebelumnya sudah dikembangkan.

1. Angella Ariesta Faldini



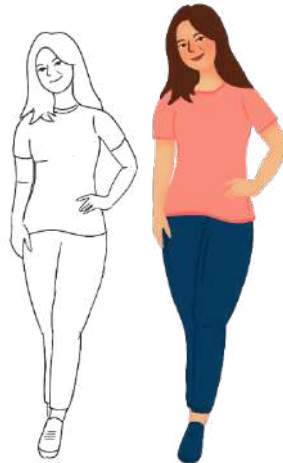
Gambar 9. Desain Karakter Tubuh Berisi

2. Tasya Amelia



Gambar 10. Desain Karakter Wajah Berjerawat

3. Syifa Hadju



Gambar 11. Desain Karakter Wajah Tembem

4. Ririe Prams



Gambar 12. Desain Karakter Kulit Gelap

### 5. Mandy CJ



Gambar 13. Desain Karakter Tubuh Kurus

### 3.6 Implementasi Pada Media



Gambar 14. Desain Cover



Gambar 15. Desain Penanda buku



Gambar 16. Desain Gantungan Kunci

### 3.7 Implementasi Halaman



Gambar 17. Implementasi Halaman Tubuh Berisi



Gambar 18. Implementasi Halaman Wajah Berjerawat



Gambar 19. Implementasi Halaman Wajah Berjerawat



Gambar 20. Implementasi Halaman Kulit Gelap



Gambar 21. Implementasi Halaman Tubuh kurus

#### 4. KESIMPULAN

Body shaming sering terjadi pada orang dengan tubuh yang dianggap kurang ideal, terutama perempuan di Indonesia yang dihadapkan pada standar kecantikan yang tidak realistis. Dampak negatifnya meliputi gangguan kesehatan fisik dan mental, seperti trauma dan kecemasan. Media visual, seperti buku bergambar, memainkan peran penting dalam mengatasi *body shaming*. Desain karakter yang kuat dan relatable dalam buku ilustrasi membantu

menyampaikan pesan lebih efektif kepada pembaca. Perancangan ini diharapkan dapat membantu para korban untuk menerima dirinya sendiri dan mulai tampil dengan percaya diri.

## REFERENSI

- [1] R. I. Atsila, I. Satriani dan Y. Adinugraha, “Perilaku Body Shaming dan Dampak Psikologis pada Mahasiswa Kota Bogor,” *JURNAL KOMUNIKATIF*, vol. 10, no. 1, pp. 84-101, 2021.
- [2] D. Ramahardhila dan S. , “Dampak Body Shaming Pada Citra Diri Remaja Akhir Perempuan,” *Ideas: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Budaya*, vol. 8, no. 3, pp. 961-970, 2022.
- [3] F. Yulia dan A. A. Azhar, “Komunikasi Interpesonal Pada Korban Body Shaming Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Di Kabupaten Langkat,” *JURNAL ILMIAH GLOBAL EDUCATION*, vol. 4, no. 2, pp. 1069-1078, 2023.
- [4] M. A. Rizaty, “Tubuh Terlalu Berisi, Alasan Utama Perempuan Indonesia Terkena Body Shaming,” 14 September 2021. [Online]. Available: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/09/14/tubuh-terlalu-berisi-alasan-utama-perempuan-indonesia-terkena-body-shaming>.
- [5] D. D. Azizah, F. Azzahra, N. Deliani dan J. Batubara, “Dampak Perilaku Body Shaming Terhadap Psikologis Peserta Didik Tingkat Madrasah Aliyah,” *Risalah: Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, vol. 10, no. 2, pp. 598-610, 2024.
- [6] I. Derang, L. Novitarum dan Y. L. Hasibuan, “Hubungan Body Shaming Dengan Harga Diri Pada Mahasiswa Ners Di Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022,” *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, vol. 2, no. 7, pp. 2485-2862, 2023.
- [7] A. H. Chaniago dan H. Heldi, “Perancangan Ilustrasi Buku “Patah Untuk Tumbuh”,” *Jurnal Kajian dan Penelitian Umum*, vol. 1, no. 5, pp. 23-29, 2023.
- [8] A. F. Afifah, A. C. Ayuswantana dan Masnuna, “Perancangan Desain Karakter untuk Buku Ilustrasi Anak tentang Gaya Hidup Minim Sampah,” *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, vol. 4, no. 3, pp. 1909-1917, 2024.
- [9] V. A. Abnego dan Y. A. Kusumawati, “Kajian Desain Karakter Pada Buku “Heritage Of East Java” Sebagai Daya Tarik Visual,” *JURNAL TRANSLITERA*, vol. 8, pp. 24-33, 2019.
- [10] N. P. Rahmadina, D. A. Nisa dan A. Sutejo, “Perancangan Desain Karakter untuk Buku Ilustrasi Mengenai Orang-orang Toxic,” *Jurnal Ilmu Komputer dan Desain Komunikasi Visual*, vol. 8, no. 2, pp. 2541-4585, 2023.
- [11] Pradesta, E., & Aryanto, H. (2020). Gaya Semirealis Sebagai Inspirasi Perancangan character Concept Artgame fantasi Berbasis Legenda Nusantara. *Jurnal Barik, Vol. 1 No. 3, Tahun 2020*, 167-177.
- [12] Guntara, M., & Mujiyono, S. (2020). Perancangan Gambar Ilustrasi Personifikatif Teknik Digital Dan Penerapannya Pada Merchandise. *Eduarts: Jurnal Pendidikan Seni, 9 (2) (2020)* , 70-80.