



Peran Komunikasi Interpersonal Pengasuh dalam Upaya Pencegahan Body Shaming di Lingkungan Panti Asuhan Kota Padangsidempuan

Nurul Mursida Siregar¹, Sholeh Fikri², Pahri Siregar³

¹²³ Komunikasi dan Penyiaran Islam Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padang sidempuan

Email: nurulumursidasrg@gmail.com, sholehfikri@uinsyahada.ac.id, pahrisiregar@uinsyahada.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran komunikasi interpersonal pengasuh dalam upaya pencegahan body shaming di lingkungan panti asuhan di Padangsidempuan. Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka dengan pendekatan kualitatif deskriptif melalui analisis berbagai literatur ilmiah yang relevan, meliputi buku, jurnal nasional terakreditasi, dan jurnal internasional. Hasil kajian menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal pengasuh memiliki peran penting dalam membentuk konsep diri positif anak, mencegah kekerasan psikologis, dan menciptakan lingkungan sosial yang suportif. Komunikasi yang empatik, terbuka, dan suportif mampu memperkuat penerimaan diri anak serta meningkatkan resiliensi terhadap stigma negatif terkait kondisi fisik. Selain itu, pengasuh berperan sebagai model sosial yang membentuk norma komunikasi yang menghargai martabat individu dan menolak praktik body shaming. Komunikasi interpersonal juga berfungsi sebagai strategi preventif dan protektif yang membantu anak mengembangkan rasa aman psikologis dan kepercayaan diri. Dengan demikian, penguatan komunikasi interpersonal pengasuh menjadi faktor kunci dalam menciptakan lingkungan pengasuhan yang inklusif, sehat, dan berorientasi pada kesejahteraan psikologis anak secara berkelanjutan.

Kata Kunci : Body Shaming, Komunikasi Interpersonal, Pengasuh

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara yang memiliki komitmen kuat terhadap perlindungan anak dan pemenuhan hak-hak tumbuh kembangnya, termasuk anak-anak yang berada dalam pengasuhan alternatif seperti panti asuhan (Abdalloh dan Kusumawati 2024; UU No. 35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak). Kehadiran panti asuhan tidak hanya berfungsi sebagai lembaga pemenuhan kebutuhan fisik, tetapi juga sebagai ruang pembinaan psikologis, sosial, dan emosional anak (KPPPA, 2023). Dalam konteks ini, kualitas interaksi antara pengasuh dan anak menjadi faktor yang sangat menentukan keberhasilan proses pembinaan tersebut. Salah satu tantangan psikososial yang semakin mendapat perhatian adalah fenomena body shaming, yaitu tindakan merendahkan atau mengomentari kondisi fisik seseorang secara negatif yang dapat berdampak serius terhadap kesehatan mental dan perkembangan kepribadian anak (Kurniawati dan Lestari 2021; WHO, 2022). Fenomena ini tidak hanya terjadi di lingkungan sekolah atau masyarakat umum, tetapi juga berpotensi muncul di lingkungan pengasuhan kolektif seperti panti asuhan, termasuk di Padangsidempuan, yang memiliki beragam latar belakang sosial dan budaya.

Body shaming merupakan bentuk kekerasan verbal dan simbolik yang dapat memengaruhi konsep diri, harga diri, serta kesejahteraan psikologis individu, khususnya anak dan remaja yang sedang berada pada fase perkembangan identitas (Damayanti 2026; Palfrey et al., 2020). Menurut World Health Organization, kesehatan mental anak dipengaruhi secara signifikan oleh kualitas hubungan interpersonal dan lingkungan sosial tempat mereka tumbuh (Abdillah dan Hanif 2024). Anak-anak yang mengalami body shaming cenderung menunjukkan gejala seperti rendah diri, kecemasan sosial, depresi, hingga penarikan diri dari lingkungan sosial (Ikmal dkk., 2023). Dalam konteks panti asuhan, kondisi ini menjadi semakin kompleks karena anak-anak hidup dalam lingkungan komunal dengan intensitas interaksi yang tinggi, baik dengan sesama anak maupun dengan pengasuh. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan komunikasi interpersonal yang efektif dari pengasuh untuk menciptakan lingkungan yang aman, suportif, dan bebas dari praktik body shaming (Fithtriyah, 2025).

Komunikasi interpersonal merupakan proses pertukaran pesan antara dua individu atau lebih yang berlangsung secara langsung dan memungkinkan adanya umpan balik secara segera (Anggraini dkk. 2022; DeVito, 2020). Dalam konteks pengasuhan, komunikasi interpersonal memiliki fungsi strategis dalam membangun hubungan emosional, menanamkan nilai-nilai positif, serta membentuk persepsi diri anak. Teori pembelajaran sosial yang dikemukakan oleh Albert Bandura menegaskan bahwa anak belajar melalui proses observasi dan imitasi terhadap perilaku orang-orang yang dianggap signifikan dalam kehidupannya (Sugianto dkk. 2025; Bandura, 1977). Dengan demikian, cara pengasuh berkomunikasi, memberikan respon, serta menunjukkan sikap terhadap perbedaan fisik anak akan menjadi model yang diinternalisasi oleh anak dalam membentuk sikap terhadap dirinya sendiri maupun orang lain. Komunikasi interpersonal yang empatik, terbuka, dan penuh penghargaan dapat membantu anak mengembangkan konsep diri yang positif serta meningkatkan ketahanan psikologis terhadap pengaruh negatif seperti body shaming (Fitriani dan Halomoan, 2025).

Komunikasi interpersonal yang efektif juga mencerminkan adanya penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*), sebagaimana dijelaskan oleh Carl Rogers dalam teori humanistiknya (Reka dkk. 2025; Rogers, 1961). Penerimaan tanpa syarat dari pengasuh memungkinkan anak merasa dihargai sebagai individu yang utuh, terlepas dari kondisi fisik atau kekurangannya. Hal ini sangat penting dalam konteks panti asuhan, di mana banyak anak memiliki latar belakang pengalaman traumatis, kehilangan, atau penolakan sosial (UNICEF, 2021). Melalui komunikasi interpersonal yang suportif, pengasuh dapat membantu anak membangun rasa percaya diri, memperkuat identitas diri, serta mengurangi risiko internalisasi stigma negatif terhadap tubuh mereka (Amalia dan Ri'aeni, 2022).

Peran pengasuh sebagai figur pengganti orang tua di panti asuhan menempatkan mereka pada posisi yang sangat strategis dalam membentuk iklim psikososial yang sehat (Ardli dkk. 2025; Browne et al., 2017). Pengasuh tidak hanya bertanggung jawab dalam memenuhi kebutuhan dasar anak, tetapi juga berperan sebagai komunikator, pendidik, konselor, dan model perilaku. Menurut UNICEF, kualitas hubungan antara pengasuh dan anak merupakan indikator penting dalam menentukan keberhasilan pengasuhan alternatif yang berorientasi pada kesejahteraan anak (UNICEF, 2023). Dalam hal ini, komunikasi interpersonal yang efektif dapat berfungsi sebagai sarana pencegahan terhadap berbagai bentuk kekerasan psikologis, termasuk body shaming. Pengasuh yang mampu membangun komunikasi yang hangat, terbuka, dan menghargai perbedaan akan menciptakan lingkungan yang kondusif bagi perkembangan psikologis anak (Ningsih dkk., 2025). Realitas di lapangan menunjukkan bahwa tidak semua pengasuh memiliki kompetensi komunikasi interpersonal yang memadai. Faktor seperti latar belakang pendidikan, beban kerja, pengalaman pengasuhan, serta kurangnya pelatihan khusus dapat memengaruhi kualitas komunikasi antara pengasuh dan anak (Safdyant dkk., 2024; McLean et al., 2022). Selain itu, norma sosial dan budaya yang masih mentoleransi komentar negatif terhadap kondisi fisik juga dapat menjadi hambatan dalam upaya pencegahan body shaming. Oleh karena itu, diperlukan pemahaman yang lebih mendalam mengenai peran komunikasi interpersonal pengasuh dalam mencegah body shaming, khususnya dalam konteks lokal seperti panti asuhan di Kota Padangsidimpuan, yang memiliki karakteristik sosial dan budaya tersendiri (Utami dan Vebrynda, 2023).

Meskipun studi tentang body shaming telah banyak dilakukan di konteks sekolah dan media sosial (Kurniawati dan Lestari 2021; Damayanti 2026), kajian yang secara spesifik mengintegrasikan komunikasi interpersonal pengasuh dengan pencegahan body shaming di panti asuhan terutama di wilayah Sumatera Utara seperti Padangsidimpuan dengan dinamika budaya Batak dan Islam masih sangat terbatas dan bersifat umum tanpa analisis kontekstual lokal. Kebaruan penelitian ini terletak pada sintesis kualitatif studi pustaka yang menggabungkan teori DeVito, Bandura, dan Rogers untuk mengembangkan kerangka pencegahan berbasis modeling pengasuh di pengasuhan alternatif, yang belum dieksplorasi secara mendalam di Indonesia bagian barat. Urgensi kajian ini semakin tinggi mengingat peningkatan kasus kekerasan psikologis anak pasca-pandemi di panti asuhan rural (KPPPA, 2024) dan minimnya pelatihan komunikasi bagi pengasuh lokal, sehingga temuan ini berpotensi menjadi rujukan kebijakan untuk lingkungan pengasuhan inklusif.

Urgensi penelitian ini terletak pada pentingnya mengidentifikasi bagaimana komunikasi interpersonal pengasuh dapat berfungsi sebagai instrumen preventif dalam mengurangi praktik body shaming di lingkungan panti asuhan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan kajian komunikasi interpersonal dalam konteks pengasuhan alternatif, serta memberikan kontribusi praktis bagi pengelola panti asuhan dan pemangku kebijakan dalam merancang program pelatihan komunikasi yang efektif bagi pengasuh. Dengan demikian, panti asuhan tidak hanya menjadi tempat pemenuhan kebutuhan fisik anak,

tetapi juga menjadi ruang yang aman secara psikologis, yang mendukung perkembangan konsep diri positif dan kesejahteraan mental anak secara berkelanjutan.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal pengasuh memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk lingkungan pengasuhan yang sehat dan bebas dari body shaming. Melalui komunikasi yang empatik, suportif, dan menghargai martabat anak, pengasuh dapat membantu mencegah munculnya stigma negatif terhadap kondisi fisik, serta mendukung perkembangan psikologis anak secara optimal. Oleh karena itu, kajian mengenai peran komunikasi interpersonal pengasuh dalam upaya pencegahan body shaming di lingkungan panti asuhan menjadi relevan dan penting untuk dilakukan, khususnya dalam konteks penguatan kualitas pengasuhan alternatif yang berorientasi pada perlindungan dan kesejahteraan anak.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka (library research) dengan pendekatan kualitatif deskriptif untuk mengkaji secara mendalam peran komunikasi interpersonal pengasuh dalam upaya pencegahan body shaming di lingkungan panti asuhan, khususnya dalam konteks sosial dan kultural di Padangsidempuan (S. Putri dkk. 2023). Metode studi pustaka dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk menganalisis, mensintesis, dan menginterpretasikan berbagai konsep teoritis, hasil penelitian terdahulu, serta kerangka konseptual yang relevan dengan komunikasi interpersonal, pengasuhan alternatif, dan fenomena body shaming. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk membangun landasan teoritis yang kuat dan komprehensif sebagai dasar dalam memahami peran strategis komunikasi interpersonal pengasuh dalam membentuk lingkungan pengasuhan yang suportif dan bebas dari stigma tubuh.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri dari data sekunder yang diperoleh dari berbagai literatur ilmiah yang kredibel dan relevan, seperti buku akademik, artikel jurnal nasional terakreditasi Sinta 1, 2, 3, dan 4, jurnal internasional bereputasi, prosiding ilmiah, laporan lembaga resmi, serta dokumen kebijakan yang berkaitan dengan perlindungan anak dan pengasuhan alternatif (Pringgar dan Sujatmiko 2020). Literatur yang digunakan diprioritaskan pada publikasi yang memiliki relevansi konseptual dengan teori komunikasi interpersonal, teori perkembangan psikologis anak, teori konsep diri, serta kajian empiris mengenai body shaming dan dampaknya terhadap kesehatan mental anak dan remaja. Selain itu, penelitian ini juga mengacu pada kerangka teoritis komunikasi interpersonal yang dikembangkan oleh Joseph A. DeVito, serta teori pembelajaran sosial yang dikemukakan oleh Albert Bandura, yang menekankan pentingnya interaksi sosial dan peran figur signifikan dalam membentuk sikap dan perilaku individu.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui proses identifikasi, klasifikasi, dan dokumentasi literatur yang relevan dengan fokus penelitian. Peneliti melakukan penelusuran literatur secara sistematis melalui basis data ilmiah seperti Google Scholar, jurnal nasional terindeks, dan jurnal internasional bereputasi (Mahanum 2021). Literatur yang diperoleh kemudian diseleksi berdasarkan kriteria relevansi, kredibilitas sumber, tahun publikasi, serta kontribusinya terhadap pengembangan kerangka konseptual penelitian. Proses ini bertujuan untuk memastikan bahwa data yang digunakan memiliki validitas akademik dan relevansi yang kuat dengan fokus kajian.

Teknik analisis data dilakukan menggunakan metode analisis isi (content analysis), yaitu dengan mengkaji secara mendalam isi literatur untuk mengidentifikasi konsep, tema, pola, serta hubungan antar variabel yang berkaitan dengan komunikasi interpersonal pengasuh dan pencegahan body shaming (Assykurrohim dkk. 2022). Analisis dilakukan melalui tahapan reduksi data, kategorisasi konsep, sintesis temuan, dan penarikan kesimpulan secara sistematis dan argumentatif. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengintegrasikan berbagai perspektif teoritis dan empiris sehingga menghasilkan pemahaman yang komprehensif mengenai peran komunikasi interpersonal dalam konteks pengasuhan alternatif.

Untuk menjamin validitas dan kredibilitas penelitian, peneliti menggunakan teknik triangulasi sumber pustaka, yaitu dengan membandingkan dan mengonfirmasi informasi dari berbagai literatur yang berbeda namun relevan. Selain itu, peneliti juga mengedepankan prinsip objektivitas, konsistensi analisis, dan ketepatan interpretasi dalam mengkaji literatur yang digunakan. Melalui metode studi pustaka ini, diharapkan penelitian dapat memberikan kontribusi teoritis yang kuat dalam pengembangan kajian komunikasi interpersonal dan pengasuhan anak, serta menjadi dasar konseptual dalam merumuskan strategi komunikasi yang efektif untuk mencegah body shaming di lingkungan panti asuhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Komunikasi Interpersonal sebagai Fondasi Pembentukan Konsep Diri Positif Anak

Komunikasi interpersonal pengasuh memiliki kontribusi signifikan dalam membentuk konsep diri positif anak di lingkungan panti asuhan. Konsep diri (self-concept) anak berkembang melalui proses interaksi sosial yang berulang dan bermakna, terutama dengan figur signifikan yang berperan sebagai pengganti orang tua. Dalam konteks pengasuhan alternatif di Padangsidempuan, pengasuh menjadi aktor utama dalam membangun persepsi anak terhadap dirinya sendiri, termasuk persepsi terhadap kondisi fisik, kemampuan, dan nilai personalnya. Hasil analisis literatur menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal yang empatik, terbuka, dan suportif berperan sebagai fondasi utama dalam pembentukan self-image yang sehat pada anak-anak yang tinggal dalam sistem pengasuhan kolektif.

Konsep diri terbentuk melalui proses interaksi simbolik sebagaimana dijelaskan oleh George Herbert Mead, yang menekankan bahwa individu memahami dirinya berdasarkan interpretasi terhadap respons orang lain (Fitriani dan Halomoan 2025). Dalam konteks ini, respons verbal maupun nonverbal pengasuh terhadap kondisi fisik anak memiliki dampak langsung terhadap bagaimana anak memaknai tubuhnya. Ketika pengasuh menggunakan bahasa yang afirmatif, menghindari label negatif, serta menekankan keunikan dan potensi anak, maka anak cenderung menginternalisasi pesan tersebut sebagai bagian dari identitas positifnya. Sebaliknya, komunikasi yang mengandung perbandingan, kritik fisik, atau candaan yang merendahkan berpotensi membentuk citra diri negatif yang dapat berkembang menjadi rasa malu, rendah diri, dan ketidakpuasan terhadap tubuh.

Temuan analitis juga menunjukkan bahwa dimensi empati dan penerimaan tanpa syarat (unconditional positive regard) menjadi elemen kunci dalam membangun konsep diri positif. Perspektif humanistik yang dikembangkan oleh Carl Rogers menegaskan bahwa individu akan berkembang secara optimal ketika berada dalam lingkungan yang menerima dirinya secara utuh tanpa syarat (Amalia dan Ri'aeni 2022). Dalam praktik pengasuhan, penerimaan ini diwujudkan melalui komunikasi yang tidak menghakimi, respons yang penuh perhatian, serta penguatan terhadap aspek positif anak. Anak-anak yang merasakan penerimaan tersebut menunjukkan kecenderungan memiliki self-esteem yang lebih stabil dan tidak mudah terpengaruh oleh komentar negatif dari lingkungan sosialnya. Hal ini menjadi relevan dalam konteks pencegahan body shaming, karena anak yang memiliki konsep diri positif lebih resilien terhadap stigma berbasis fisik.

Dari sudut pandang komunikasi interpersonal, efektivitas hubungan pengasuh dan anak dapat dianalisis melalui lima kualitas komunikasi yang dikemukakan oleh Joseph A. DeVito, yaitu keterbukaan (openness), empati (empathy), dukungan (supportiveness), sikap positif (positiveness), dan kesetaraan (equality). Hasil analisis menunjukkan bahwa ketika kelima unsur ini hadir secara konsisten dalam interaksi sehari-hari, anak cenderung merasa dihargai dan diakui keberadaannya (Rohman dan Yudhawasthi, t.t.). Keterbukaan memungkinkan anak mengekspresikan ketidaknyamanan atau pengalaman ejekan terkait fisiknya. Empati membantu pengasuh memahami perasaan anak tanpa meremehkan emosinya. Dukungan dan sikap positif memperkuat rasa percaya diri, sedangkan kesetaraan mencegah terjadinya relasi kuasa yang menekan psikologis anak. Dengan demikian, komunikasi interpersonal bukan hanya mekanisme penyampaian pesan, tetapi ruang pembentukan identitas dan validasi diri.

Analisis juga menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal pengasuh berfungsi sebagai faktor protektif terhadap internalisasi stigma tubuh. Berdasarkan teori pembelajaran sosial dari Albert Bandura, anak belajar melalui observasi terhadap perilaku figur signifikan. Ketika pengasuh secara konsisten menunjukkan penghargaan terhadap keberagaman fisik dan menolak praktik ejekan, anak akan meniru pola tersebut dalam interaksi dengan teman sebaya. Proses modeling ini berkontribusi pada terbentuknya budaya komunikasi yang menghargai martabat individu (Saniy dkk. 2025). Sebaliknya, apabila pengasuh kurang sensitif terhadap komentar fisik atau bahkan secara tidak sadar mereproduksi stereotip tubuh, maka anak berpotensi menganggap body shaming sebagai praktik yang dapat diterima secara sosial.

Dalam konteks psikososial, hasil analisis menunjukkan bahwa anak yang mendapatkan komunikasi interpersonal berkualitas tinggi cenderung menunjukkan indikator konsep diri positif, seperti rasa percaya diri, kemampuan mengekspresikan pendapat, dan penerimaan terhadap kondisi fisiknya. Mereka lebih mampu memisahkan penilaian eksternal dari nilai intrinsik dirinya (D. M. Putri 2012). Sebaliknya, anak yang mengalami komunikasi bernuansa kritik atau pengabaian cenderung memperlihatkan gejala self-doubt, sensitivitas berlebihan terhadap komentar fisik, dan kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain.

Hal ini menegaskan bahwa kualitas komunikasi interpersonal memiliki implikasi langsung terhadap kesehatan mental dan stabilitas emosional anak.

Analisis ini memperlihatkan bahwa komunikasi interpersonal pengasuh berperan sebagai fondasi struktural dalam pembentukan konsep diri positif anak di lingkungan panti asuhan. Komunikasi yang hangat dan reflektif menciptakan rasa aman psikologis (*psychological safety*) yang memungkinkan anak mengembangkan identitas diri secara sehat. Dalam konteks pencegahan *body shaming*, fondasi ini menjadi sangat penting karena konsep diri yang kuat akan meminimalisasi dampak destruktif dari komentar negatif terkait fisik. Dengan demikian, penguatan kapasitas komunikasi interpersonal pengasuh perlu dipandang sebagai strategi preventif jangka panjang dalam membangun lingkungan pengasuhan yang inklusif dan suportif.

Hasil dan analisis ini menegaskan bahwa komunikasi interpersonal bukan sekadar aktivitas interaksi rutin, melainkan proses konstruktif yang menentukan arah perkembangan psikologis anak. Ketika komunikasi interpersonal dijalankan secara empatik, suportif, dan egaliter, maka ia menjadi fondasi utama dalam membangun konsep diri positif yang mampu melindungi anak dari dampak negatif *body shaming* dan berbagai bentuk kekerasan simbolik lainnya.

B. Peran Pengasuh sebagai Model Sosial dalam Membentuk Budaya Anti-Body Shaming

Pengasuh memiliki peran strategis sebagai model sosial (*social model*) dalam membentuk budaya komunikasi yang menghargai martabat individu dan mencegah praktik *body shaming* di lingkungan panti asuhan. Dalam konteks pengasuhan alternatif di Padangsidempuan, pengasuh tidak hanya menjalankan fungsi administratif dan pemenuhan kebutuhan fisik anak, tetapi juga berperan sebagai figur identifikasi utama yang memengaruhi pembentukan nilai, norma, dan pola interaksi sosial anak. Analisis menunjukkan bahwa sikap, bahasa, dan perilaku komunikasi yang ditunjukkan oleh pengasuh secara langsung maupun tidak langsung membentuk kerangka referensi anak dalam memahami bagaimana memperlakukan diri sendiri dan orang lain, khususnya dalam konteks persepsi terhadap kondisi fisik.

Temuan ini sejalan dengan teori pembelajaran sosial yang dikemukakan oleh Albert Bandura, yang menegaskan bahwa individu mempelajari perilaku melalui proses observasi, imitasi, dan internalisasi terhadap tindakan figur signifikan di lingkungannya (Fazli dan Nirwana 2025). Dalam lingkungan panti asuhan, pengasuh menjadi figur signifikan yang diamati secara intensif oleh anak-anak. Anak-anak tidak hanya mendengarkan pesan verbal yang disampaikan pengasuh, tetapi juga mengamati ekspresi nonverbal, cara merespons perbedaan fisik, serta sikap pengasuh dalam menghadapi candaan atau ejekan antar anak. Ketika pengasuh secara konsisten menggunakan bahasa yang menghargai, menghindari label negatif terhadap tubuh, serta menunjukkan sikap tegas terhadap perilaku *body shaming*, maka anak akan menginternalisasi nilai tersebut sebagai norma sosial yang harus diikuti. Proses ini menunjukkan bahwa pengasuh berfungsi sebagai agen sosialisasi utama dalam membentuk budaya anti-*body shaming*.

Hasil analisis juga menunjukkan bahwa proses modeling yang dilakukan pengasuh berkontribusi pada pembentukan norma komunikasi kolektif di lingkungan panti asuhan. Dalam perspektif interaksi simbolik yang dikembangkan oleh George Herbert Mead, makna sosial terbentuk melalui interaksi dan interpretasi terhadap simbol, termasuk bahasa dan tindakan (Valentiyo dkk. 2025). Bahasa yang digunakan pengasuh menjadi simbol sosial yang membentuk cara anak memahami konsep penghargaan terhadap tubuh. Ketika pengasuh menggunakan istilah yang netral dan afirmatif, maka anak belajar bahwa tubuh bukanlah objek evaluasi negatif, melainkan bagian dari identitas yang harus dihargai. Sebaliknya, penggunaan istilah yang mengandung stereotip atau candaan fisik, meskipun dimaksudkan sebagai humor, dapat memperkuat legitimasi *body shaming* sebagai praktik yang dapat diterima secara sosial. Dengan demikian, komunikasi interpersonal pengasuh memiliki dimensi struktural dalam membentuk konstruksi makna sosial terkait tubuh dan identitas.

Peran pengasuh sebagai model sosial juga tercermin dalam respons mereka terhadap interaksi antar anak (Ningsih dkk. 2025). Hasil analisis menunjukkan bahwa pengasuh yang secara aktif mengoreksi perilaku ejekan, memberikan edukasi tentang pentingnya menghargai perbedaan, serta memfasilitasi dialog reflektif tentang dampak *body shaming*, berkontribusi pada terbentuknya kesadaran kolektif yang menolak praktik tersebut. Respons proaktif ini tidak hanya menghentikan perilaku negatif, tetapi juga membentuk pemahaman moral anak tentang pentingnya empati dan penghormatan terhadap orang lain. Sebaliknya, pengasuh yang bersikap pasif atau mengabaikan praktik *body shaming* secara tidak langsung memperkuat normalisasi perilaku

tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa peran pengasuh sebagai model sosial tidak hanya ditentukan oleh apa yang mereka katakan, tetapi juga oleh bagaimana mereka bertindak dalam situasi nyata.

Analisis juga mengungkap bahwa konsistensi perilaku pengasuh menjadi faktor kunci dalam efektivitas proses modeling. Anak-anak cenderung lebih memercayai dan meniru perilaku yang ditunjukkan secara konsisten daripada pesan verbal yang tidak diikuti oleh tindakan nyata. Perspektif komunikasi interpersonal yang dikemukakan oleh Joseph A. DeVito menekankan pentingnya keselarasan antara pesan verbal dan nonverbal dalam membangun kredibilitas komunikator (Shovmayanti dkk. 2025). Ketika pengasuh menunjukkan keselarasan tersebut, maka mereka memperoleh legitimasi moral sebagai figur yang layak diteladani. Legitimasi ini memperkuat pengaruh mereka dalam membentuk perilaku sosial anak, termasuk dalam menanamkan nilai-nilai anti-body shaming.

Dalam konteks pembentukan budaya organisasi, peran pengasuh sebagai model sosial juga berkontribusi pada terciptanya iklim komunikasi yang inklusif dan suportif. Budaya komunikasi anti-body shaming tidak terbentuk secara instan, tetapi melalui proses interaksi berulang yang dipengaruhi oleh perilaku figur otoritas (Utami dan Vebrynda 2023). Pengasuh yang secara aktif mempromosikan penghargaan terhadap keberagaman fisik membantu menciptakan norma kolektif yang menolak diskriminasi berbasis tubuh. Norma ini kemudian menjadi bagian dari identitas sosial komunitas panti asuhan, yang memengaruhi perilaku anggota baru dan memperkuat keberlanjutan budaya tersebut.

Hasil analisis menunjukkan bahwa peran pengasuh sebagai model sosial memiliki implikasi jangka panjang terhadap perkembangan psikososial anak. Anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan dengan model komunikasi yang positif cenderung mengembangkan empati yang lebih tinggi, sikap inklusif, dan kemampuan untuk membangun hubungan sosial yang sehat. Mereka juga lebih mampu menolak tekanan sosial yang mendorong body shaming, karena telah menginternalisasi nilai penghormatan terhadap martabat individu. Sebaliknya, lingkungan yang tidak memiliki model komunikasi positif berisiko memperkuat budaya stigma tubuh yang dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mental anak.

Hasil dan analisis ini menunjukkan bahwa pengasuh memiliki peran sentral sebagai model sosial dalam membentuk budaya anti-body shaming di lingkungan panti asuhan. Melalui komunikasi interpersonal yang konsisten, empatik, dan reflektif, pengasuh tidak hanya memengaruhi perilaku individu anak, tetapi juga membentuk norma sosial kolektif yang menghargai keberagaman dan martabat manusia. Peran ini menegaskan bahwa upaya pencegahan body shaming harus dimulai dari penguatan kapasitas komunikasi interpersonal pengasuh sebagai agen perubahan sosial yang membentuk lingkungan pengasuhan yang sehat, inklusif, dan berorientasi pada kesejahteraan psikologis anak.

C. Komunikasi Interpersonal sebagai Strategi Preventif dan Protektif terhadap Kekerasan Psikologis

Komunikasi interpersonal pengasuh memiliki peran yang signifikan sebagai strategi preventif dan protektif dalam mencegah kekerasan psikologis, termasuk praktik body shaming, di lingkungan panti asuhan. Kekerasan psikologis merupakan bentuk kekerasan nonfisik yang seringkali tidak terlihat secara langsung, namun memiliki dampak jangka panjang terhadap kesehatan mental, konsep diri, dan stabilitas emosional anak. Dalam konteks pengasuhan alternatif di Padangsidimpuan, komunikasi interpersonal menjadi instrumen utama yang dapat menciptakan lingkungan psikologis yang aman (psychological safety), sehingga anak merasa dihargai, dilindungi, dan memiliki ruang untuk mengekspresikan pengalaman serta perasaannya secara terbuka. Analisis menunjukkan bahwa kualitas komunikasi interpersonal yang ditunjukkan oleh pengasuh berperan langsung dalam mencegah munculnya tekanan psikologis yang bersumber dari stigma tubuh maupun interaksi sosial yang merendahkan.

Komunikasi interpersonal yang efektif mencerminkan adanya empati, keterbukaan, dukungan emosional, serta penghargaan terhadap martabat individu (Fithtriyah 2025). Perspektif komunikasi interpersonal yang dikemukakan oleh Joseph A. DeVito menegaskan bahwa komunikasi yang efektif tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyampaian pesan, tetapi juga sebagai mekanisme pembentukan hubungan psikologis yang sehat (Diyona 2025). Hasil analisis menunjukkan bahwa ketika pengasuh secara konsisten menggunakan komunikasi yang empatik dan suportif, anak cenderung merasa aman secara emosional dan memiliki keberanian untuk mengungkapkan pengalaman negatif, termasuk pengalaman body shaming. Kondisi ini memungkinkan pengasuh untuk melakukan intervensi dini sebelum dampak psikologis berkembang menjadi masalah yang lebih serius, seperti rendahnya harga diri, kecemasan sosial, atau depresi.

Dalam perspektif psikologi humanistik, komunikasi interpersonal yang protektif berkaitan erat dengan prinsip penerimaan tanpa syarat (unconditional positive regard), sebagaimana dikemukakan oleh Carl Rogers

(Romdhoni dan Ardani 2026). Prinsip ini menekankan pentingnya penerimaan individu secara utuh tanpa penilaian negatif. Hasil analisis menunjukkan bahwa pengasuh yang menerapkan komunikasi berbasis penerimaan tanpa syarat mampu menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan psikologis anak secara optimal. Anak yang merasakan penerimaan tersebut menunjukkan tingkat resiliensi yang lebih tinggi terhadap tekanan sosial, termasuk ejekan terkait kondisi fisik. Mereka tidak mudah menginternalisasi stigma negatif, karena memiliki fondasi psikologis yang kuat yang dibangun melalui komunikasi interpersonal yang positif.

Komunikasi interpersonal juga memiliki fungsi protektif yang melindungi anak dari dampak kekerasan psikologis (Syaidah dkk. 2024). Berdasarkan teori pembelajaran sosial dari Albert Bandura, individu mengembangkan pola respons terhadap lingkungan berdasarkan pengalaman interaksi dan observasi. Ketika pengasuh menunjukkan sikap responsif terhadap kondisi emosional anak, memberikan validasi terhadap perasaan mereka, dan menolak praktik komunikasi yang merendahkan, maka anak belajar bahwa dirinya memiliki nilai dan layak dihormati. Proses ini memperkuat mekanisme pertahanan psikologis anak dan mengurangi kerentanan terhadap dampak destruktif body shaming. Sebaliknya, kurangnya komunikasi yang suportif dapat menyebabkan anak merasa terisolasi secara emosional dan lebih rentan terhadap internalisasi pengalaman negatif.

Hasil analisis juga menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal berfungsi sebagai sarana deteksi dini terhadap potensi kekerasan psikologis. Pengasuh yang memiliki hubungan komunikasi terbuka dengan anak cenderung lebih mudah mengidentifikasi perubahan perilaku, seperti penarikan diri, penurunan kepercayaan diri, atau perubahan ekspresi emosional. Perubahan tersebut seringkali menjadi indikator awal adanya tekanan psikologis yang dialami anak. Dengan adanya komunikasi interpersonal yang efektif, pengasuh dapat segera memberikan dukungan emosional, klarifikasi, dan penguatan positif yang membantu anak memproses pengalaman tersebut secara konstruktif. Hal ini menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal memiliki fungsi preventif yang tidak hanya mencegah terjadinya kekerasan psikologis, tetapi juga meminimalisasi dampaknya ketika telah terjadi.

Dalam perspektif interaksi simbolik yang dikembangkan oleh George Herbert Mead, identitas individu terbentuk melalui interpretasi terhadap interaksi sosial (Salma dan Amalia 2025). Komunikasi interpersonal yang protektif membantu anak membangun interpretasi positif terhadap dirinya sendiri, sehingga mereka tidak mendefinisikan diri berdasarkan komentar negatif dari lingkungan. Anak yang mendapatkan komunikasi suportif cenderung memiliki self-concept yang lebih stabil dan tidak mudah terpengaruh oleh evaluasi eksternal yang merendahkan. Hal ini menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal berfungsi sebagai filter psikologis yang melindungi anak dari internalisasi stigma sosial.

Hasil analisis menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal pengasuh berkontribusi dalam menciptakan iklim sosial yang inklusif dan bebas dari kekerasan psikologis. Ketika komunikasi interpersonal dijalankan secara konsisten dengan prinsip empati dan penghargaan, maka terbentuk norma sosial yang menolak perilaku body shaming. Norma ini memperkuat fungsi protektif komunikasi interpersonal, karena tidak hanya melindungi individu secara psikologis, tetapi juga mencegah munculnya praktik kekerasan simbolik di tingkat komunitas. Dengan demikian, komunikasi interpersonal memiliki fungsi struktural dalam membentuk lingkungan sosial yang aman dan suportif.

Hasil dan analisis ini menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal pengasuh merupakan strategi preventif dan protektif yang efektif dalam mencegah dan mengurangi dampak kekerasan psikologis di lingkungan panti asuhan. Komunikasi yang empatik, suportif, dan berbasis penerimaan tanpa syarat mampu menciptakan rasa aman psikologis, memperkuat resiliensi anak, serta mencegah internalisasi stigma negatif terkait kondisi fisik. Peran ini menegaskan bahwa komunikasi interpersonal bukan hanya proses interaksi sosial, tetapi merupakan instrumen perlindungan psikologis yang esensial dalam mendukung perkembangan mental dan emosional anak secara berkelanjutan.

KESIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal pengasuh memiliki peran yang sangat strategis dalam upaya pencegahan body shaming dan perlindungan psikologis anak di lingkungan panti asuhan, khususnya di Padangsidempuan. Komunikasi interpersonal yang efektif, yang ditandai dengan empati, keterbukaan, dukungan emosional, sikap positif, dan kesetaraan, terbukti menjadi fondasi utama dalam membentuk konsep diri positif anak. Melalui komunikasi yang suportif dan afirmatif, anak mampu

mengembangkan penerimaan diri yang sehat, sehingga tidak mudah terpengaruh oleh stigma negatif atau ejekan terkait kondisi fisik. Sebaliknya, komunikasi yang tidak sensitif atau bernuansa evaluatif berpotensi membentuk konsep diri negatif yang dapat berdampak pada rendahnya kepercayaan diri dan kerentanan terhadap kekerasan psikologis.

Pengasuh juga berperan sebagai model sosial yang secara langsung memengaruhi pembentukan norma dan budaya komunikasi di lingkungan panti asuhan. Sikap dan perilaku komunikasi pengasuh menjadi referensi utama bagi anak dalam memahami nilai penghargaan terhadap diri sendiri dan orang lain. Ketika pengasuh secara konsisten menunjukkan komunikasi yang menghargai perbedaan fisik dan menolak praktik body shaming, maka terbentuk budaya sosial yang inklusif dan suportif. Proses ini tidak hanya mencegah munculnya body shaming, tetapi juga memperkuat nilai empati, penghormatan, dan penerimaan dalam interaksi sosial anak.

Komunikasi interpersonal pengasuh berfungsi sebagai strategi preventif dan protektif terhadap kekerasan psikologis. Melalui komunikasi yang terbuka dan responsif, pengasuh dapat mendeteksi secara dini tekanan emosional yang dialami anak serta memberikan dukungan yang diperlukan untuk memperkuat resiliensi psikologis mereka. Komunikasi interpersonal yang berkualitas menciptakan rasa aman psikologis, memperkuat harga diri, dan membantu anak membangun identitas diri yang positif. Oleh karena itu, penguatan kapasitas komunikasi interpersonal pengasuh menjadi aspek penting dalam menciptakan lingkungan pengasuhan yang sehat, inklusif, dan berorientasi pada kesejahteraan psikologis anak, serta menjadi strategi efektif dalam mencegah dan mengatasi praktik body shaming di lingkungan panti asuhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdalloh, Feri, dan Ita Rahmania Kusumawati. 2024. "Pemenuhan hak anak oleh panti asuhan di Kabupaten Jombang." *Journal of Indonesian Comparative of Syari'ah Law* 7 (1): 133–56.
- Abdillah, Maulana, dan Ma'mun Hanif. 2024. "Konsep lingkungan pembelajaran yang mendukung kesehatan mental siswa di sekolah." *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi (JIPP)* 2 (3): 110–16.
- Amalia, Lala, dan Ida Ri'aeni. 2022. "Analisis Komunikasi Interpersonal dalam Pembentukan Konsep Diri Penyintas Covid-19." *IQTIDA: Journal of Da'wah and Communication* 2 (1): 63–73.
- Anggraini, Citra, Denny Hermawan Ritonga, Lina Kristina, Muhammad Syam, dan Winda Kustiawan. 2022. "Komunikasi interpersonal." *Jurnal Multidisiplin Dehasen (MUDE)* 1 (3): 337–42.
- Ardli, Muhammad Nabat, Reza Hilmy Luayyin, dan Ahmad Syaifuddin Romli. 2025. "Strategi Pengasuh Dalam Pembentukan Karakter Filantropis di Panti Asuhan Putra Muhammadiyah Probolinggo." *JSE: Jurnal Sharia Economica* 4 (1): 19–30.
- Damayanti, Revi Aprilia. 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.
- Fithriyah, Imaniyatul. 2025. "Strategi Bimbingan dan Konseling dalam Mencegah Kekerasan Psikologis di MTs Miftahul Qulub Polagan Pamekasan." *Dinamika: Jurnal Studi Kepesantrenan dan Keislaman* 3 (1): 68–80.
- Fitriani, Annisya, dan Aldi Halomoan. 2025. "Konsep Diri Siswa dan Siswi MTs Alkautsar Depok Melalui Komunikasi Interpersonal." *Syntax Idea* 7 (5): 733–51.
- Ikmal, Novita Maulida, Nur Holifah, Nailun Najah, dan Alfia Umar. 2023. "Fenomena body shaming pada kalangan remaja." *Seminar Nasional dan Call For Paper PSGESI LPPM UWP* 10 (1): 367–78.
- Kurniawati, Yunita, dan Sumi Lestari. 2021. "Beauty bullying or body shaming? upaya pencegahan body shaming pada remaja." *PLAKAT (Pelayanan Kepada Masyarakat)* 3 (1): 69.
- Ningsih, Sulastya, Nurain Yusuf, Fitra Mulyani Abdullah, Riyanti Latama, dan Nurul Fazrun Dadu. 2025. "Pengaruh Gaya Komunikasi Pengasuh terhadap Kemampuan Sosial Anak di Tempat Penitipan Anak Al-Wathaniyah." *Khirani: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 3 (4): 10–24.
- Reka, Reka, Wira Hadi Kusuma, dan Anita Khairul Nisaq. 2025. "Menerapkan Prinsip Humanistik Carl Rogers Dalam Peningkatan Kualitas Relasi Sosial Pada Mahasiswa." *Jurnal Ilmu Pendidikan Islam* 23 (2): 819–25.
- Safdyant, Irna Deviana Dewi, Hesti Hastuti, Jelita Purnamasari, dan Ismail Ibrahim. 2024. "Komunikasi Interpersonal antara Bidan dan Ibu Hamil di Puskesmas Biak Kota Provinsi Papua." *Jurnal Multidisiplin Dehasen (MUDE)* 3 (1): 51–56.

- Bandura, A. 1977. *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Browne, D. T., Hamilton-Giachritsis, C., & Hogarth, L. 2017. "The role of caregiver interpersonal behaviors in the prevention of child maltreatment in institutional settings." *Child Abuse & Neglect*, 70, 97-107. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.05.012>
- DeVito, J. A. 2020. *The Interpersonal Communication Book* (15th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA). 2023. *Pedoman Standar Pelayanan Sosial Anak di Panti Asuhan*. Jakarta: KPPPA.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA). 2024. *Laporan Tahunan Kasus Kekerasan terhadap Anak 2023*. Jakarta: KPPPA.
- McLean, S., et al. 2022. "Caregiver communication training in residential care settings: A systematic review." *Children and Youth Services Review*, 141, 106312. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2022.106312>
- Palfrey, J. S., et al. 2020. "How to help the bullied child: A guide for parents and professionals." *Pediatrics*, 146(4), e20201581. <https://doi.org/10.1542/peds.2020-1581>
- Republik Indonesia. 2014. *Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak*. Jakarta: Sekretariat Negara.
- Rogers, C. R. 1961. *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston, MA: Houghton Mifflin.
- UNICEF. 2021. *State of the World's Children 2021: On My Mind - Promoting, protecting and caring for children's mental health*. New York: UNICEF.
- UNICEF. 2023. *Care Reform in Indonesia: Alternative Care Guidelines*. Jakarta: UNICEF Indonesia.
- World Health Organization (WHO). 2022. *World Mental Health Report: Transforming mental health for all*. Geneva: WHO.