BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penelitian ini berfokus pada mekanisme teks media, yang melalui wacana fitness berupaya untuk mendisiplinkan tubuh berdasarkan gender melalui hal-hal yang dikonstruksi sehingga akhirnya dipercayai oleh masyarakat sebagai sebuah kebenaran. Konsep dari gender seringkali dinaturalisasi dan disahkan oleh media. Teks media adalah representasi, yang bukan realitas sesungguhnya, melainkan dunia yang berbeda dalam dunia nyata di mana teks tersebut direpresentasikan. Audiens setidaknya dapat menerima apa yang direpresentasikan dalam konten media sebagai sesuatu yang nyata, sebab penggunaan konsep gender seringkali sesuai dan disesuaikan dengan perilaku yang dikonstruksi di masyarakat, juga seolah merefleksikan apa yang terjadi di dunia nyata. Sebab media telah menjadi bagian dari hidup kita, sehingga bila media merepresentasikan gender dengan cara yang salah dapat mendistorsi bagaimana kita melihat diri kita, serta apa yang kita lihat sebagai hal yang normal dan ideal bagi laki-laki dan perempuan (Wood, 2012 : 32). Hal ini umumnya menjadi tujuan dari teks media untuk membentuk dunia melalui konten informatif dan menghibur, yang bisa diterima sebagai legitimasi, mengasumsikan ideologi serta mengkonstruksi secara natural.

Melalui wacana fitness, media mengkonstruksi secara natural agenda pendisiplinan tubuh kepada perempuan dan laki-laki dengan mekanisme tertentu, salah satunya adalah dengan menyajikan standar *body image* tertentu. Media massa sejauh ini berperan penting dalam pengembangan ketidakpuasan tubuh.

Perbedaan antara *body image* yang disajikan media dengan ukuran tubuh dapat meningkatkan distorsi, baik bagi laki-laki dan perempuan yang menyebabkan meningkatnya perasaan negatif, besarnya ketidakpuasan terhadap tubuh, gangguan makan, serta kepercayaan bahwa mereka sesungguhnya tidak menarik secara fisik atau meremehkan fisik sendiri (Dittmar dalam Badero, 2011 : 14). *Body image* menjadi aspek penting dalam kesejahteraan mental dan fisik, sebab hal ini berkaitan erat dengan representasi dari standar ideal dalam nilai-nilai sosiokultural yang ada di masyarakat. Terpaan sosiokultural memberikan pengaruh yang signifikan pada persepsi orang akan *body image*. Sehingga, lahirlah bentuk-bentuk mekanisme pendisiplinan untuk menjadikan tubuh tampak sesuai dengan konstruksi *body image* 'ideal' yang ada, salah satunya melalui wacana fitness.

Perkembangan industri fitness dapat dikatakan salah satunya berangkat dari permasalahan *body image* yang dinaturalisasi secara sosiokultural melalui media. Sajian *body image* yang 'ideal' sengaja diproblematisir dan ditampilkan untuk kepentingan komersil (Madliger, 2015) baik bagi laki-laki maupun perempuan. Heather Wynn, pelaku industri fitness dan kesehatan yang telah bekerja selama 17 tahun di Amerika, dalam wawancara dengan Huffington Post menyatakan bahwa industri tersebut meledak hingga 59.7 miliar Dollar dan naik hingga 100 milyar di tahun 2017. Kenaikan angka tersebut bukanlah disebabkan oleh isu kesehatan dan fitness itu sendiri, melainkan salah satunya disebabkan adanya pengaruh *shaming* kepada mereka yang tidak memenuhi standar ideal fisik menurut konstruksi media. Industri ini akhirnya menjadi kurang fokus pada

kesehatan, namun justru kepada membentuk tampilan yang menarik (sumber : https://www.huffingtonpost.com/tim-ward/body-shaming-and-the heal_b_12402348.html diakses pada 30 November 2017).

Perkembangan fitness yang pesat juga dialami oleh Indonesia. Secara demografi, fitness umumnya lebih diminati di lingkungan masyarakat urban seperti di Jakarta, ibukota-ibukota provinsi, serta kota-kota besar lainnya di Indonesia. Secara usia, pengguna fitness didominasi kelompok usia dewasa muda yaitu 25-34 tahun (sebanyak 46,3%), dan 18-24 tahun (sebanyak 36,2%). Selanjutnya kelompok usia 35-44 tahun (19,8%) menempati urutan ketiga, disusul dengan kelompok usia 45-54 dan 55-64 dengan masing-masing prosentase sebesar 0,2%. Untuk kategori gender, pengguna fitness di Indonesia tidak terlalu memiliki kesenjangan prosentase antara laki-laki dan perempuan, yaitu 54,3% (laki-laki) dan 45,7% (perempuan). Adapun data pengguna fitness berdasar pendapatan didominasi oleh mereka yang memiliki pendapatan tinggi (45,7%), selanjutnya disusul mereka yang memiliki pendapatan menengah (30,3%), dan pendapatan rendah (24%) (sumber : https://www.statista.com/outlook/313/120/fitness/indonesia#market-age).

Pendisiplinan tubuh melalui media erat kaitannya dengan kekuasaan dan pengawasan (Haryatmoko, 2016 : 20), di mana tubuh menjadi suatu objek pengamatan. Di segala lingkup masyarakat, tubuh merupakan pegangan dari ketatnya kekuasaan, yang dikenakan paksaan, larangan, dan kewajiban (Foucault, 1995 : 136). Tubuh akhirnya ditundukkan terhadap praktik disiplin seperti diet, olahraga, dan perawatan kecantikan yang menghasilkan perwujudan yang sesuai

dengan norma serta daya tarik yang berlaku. Adanya kuasa dan pengawasan ini membuat orang menjadi lebih sadar, khawatir, hingga memiliki ketidakpuasan pada tubuh yang dimiliki. Lebih jauh lagi, ketidakpuasan seseorang terhadap *body image* yang dimiliki dapat menyebabkan kebiasaan tidak sehat dan gangguan makan seperti anoreksia dan bulimia. Sisi lain yang dapat disebabkan dari hal ini adalah pola diet dan upaya menjadi kurus yang ekstrim, serta isu-isu kesehatan lainnya seperti osteoporosis, masalah jantung, anemia dan kanker ovarium (Badero, 2011).

Promosi mengenai latihan fisik dan fitness meningkat cukup signifikan di media dan budaya populer kita saat ini. Terbukti dengan hadirnya sejumlah majalah, situs, hingga *platform* jejaring sosial yang khusus menawarkan konten berisi latihan dan pembentukan tubuh. Minat masyarakat terhadap topik fitness dan pembentukan tubuh dalam lingkup kesehatan juga cukup tinggi. Dari salah satu riset Pew di Amerika Serikat, 52% pengguna internet saat ini mencari informasi mengenai latihan atau fitness secara daring. Adapun pencarian mengenai topik fitness dan latihan olah tubuh secara signifikan didominasi oleh anak-anak muda dan orang-orang yang cenderung lebih berpendidikan (sumber : www.pewinternet.org/2009/06/11/exercise-or-fitness/ diakses pada 30 September 2018 pukul 18.20 WIB). Di Indonesia sendiri, wacana mengenai fitness kerap dijumpai dalam media-media bertema kesehatan. Selain itu, beberapa *gym* atau tempat fitness pun memiliki situs tersendiri untuk mempromosikan produknya serta aktivitas fitness itu sendiri (seperti *20fit.com*, *celebrityfitness.com*, *fitnessfirst.co.id*, dan sebagainya). Prosentase penggunaan internet untuk topik-

topik bertema kesehatan dan latihan tubuh juga cukup signifikan. Hal ini dibuktikan dari data aktivitas masyarakat Indonesia dalam menggunakan internet, di mana mencari informasi mengenai kesehatan masuk dalam peringkat sepuluh besar di antara sejumlah aktivitas dunia maya lainnya (sumber : https://statistik.kominfo.go.id/site/data?idtree=424&iddoc=1521&data-data_page=3 diakses 24 Juni 2018 pukul 13.24 WIB).

Fitness seharusnya menjadi industri yang tumbuh untuk membantu orang lain mencapai kondisi kesehatan, kebugaran, dan *body image* yang positif. Demikian pula dengan media yang mengangkat fitness sebagai isu utama. Namun, alih-alih mengatasi permasalahan tersebut, industri dan media fitness yang seharusnya menjadi solusi untuk permasalahan kesehatan dan *body image*, ini justru membuat keadaan lebih rumit. Melalui wacana fitness, media membentuk suatu konstruksi tubuh yang dikategorikan sebagai 'sempurna' atau 'ideal'. Konstruksi tubuh dalam hal ini juga melibatkan pertanyaan yang terkait dengan identitas gender, "Bagaimana seharusnya penampilan tubuh laki-laki dan perempuan?" melalui nilai-nilai sosiokultural dalam wacana fitness yang kemudian menciptakan pemahaman tertentu. Mulai dari anak-anak hingga orang dewasa, seluruhnya mengkonsumsi televisi, baliho, film, video klip, permainan, internet, dan majalah yang memperlihatkan gambaran mengenai daya tarik, kecantikan, bentuk, ukuran, kekuatan dan berat tubuh yang dikonstruksi sebagai sesuatu yang 'ideal' (Croll, 2005 : 156). Terpaan media yang berulang-ulang dapat mempengaruhi audiens untuk memiliki kesadaran pribadi mengenai tubuh mereka, atau terobsesi akan tampilan fisik sebagai ukuran nilai diri (Mc Cabe,

Butler dan Watt dalam Badero, 2011). Munculnya tendensi untuk membandingkan diri dengan orang lain dalam hal tubuh yang ideal bersumber dari persepsi, sikap, dan perasaan negatif terhadap diri sendiri, terutama pada perempuan. Menurut survey dalam statistik *body image,* ada lebih dari 80% perempuan yang mengemukakan bahwa gambaran wanita di media membuat mereka merasa minder, dan lebih dari 91% wanita yang mengaku tidak menyukai bentuk tubuh mereka (sumber : https://www.statisticbrain.com/body-image-statistics/ diakses pada 2 Desember 2017 pukul 02.00 WIB) sehingga harus melakukan sejumlah aktivitas pendisiplinan pada tubuhnya seperti latihan atau diet untuk "memperbaikinya". Melalui mekanisme-mekanisme teks tertentu, media mencoba untuk menyajikan ide mengenai konstruksi maskulinitas atau femininitas ke dalam tubuh laki-laki dan perempuan.

Wacana fitness di media berkaitan erat dengan disiplin tubuh melalui kuasa modern 'biopower', yang dicetuskan oleh Foucault. Sebab fitness berkaitan dengan kesehatan, dan kesehatan menjadi konsentrasi utama pada biopower. Biopower berkembang untuk mengembangkan mekanisme reguler dalam rangka menjaga keseimbangan biologis, serta sosial dan politik. Biopower dikatakan bekerja, menurut Foucault melalui suatu paksaan norma, suatu dasar bagi obyektivitas yang bisa diaplikasikan untuk tubuh yang diharapkan untuk didisiplinkan dan populasi yang diharapkan untuk diregulasi. Fungsi opresi dari biopower mengeksklusi dan mendiskualifikasi tubuh yang tidak patuh yang ada di luar spektrum pendisiplinan. Tubuh ideal dikodifikasi oleh argumentasi ilmiah

untuk suatu kontrol, yang secara fungsional tidak mungkin dicapai oleh setiap tubuh.

Biopower juga merupakan elemen yang sangat diperlukan dalam pengembangan kapitalisme, yang memungkinkan untuk mengontrol tubuh menjadi suatu mesin produksi serta ukuran dari fenomena populasi menuju proses ekonomi yang menciptakan ideologi konsumsi. Menurut laporan International Health, Racquet & Sportsclub Association (IHRSA) di tahun 2016, pendapatan di industri pusat fitness di seluruh dunia mencapai US$ 81 miliar. Di Asia Pasifik, survei MarketResearch.com, menyebutkan valuasi pasar pusat kebugaran dan kesehatan di kawasan ini pada 2018 mencapai US$ 21,27 miliar. Sedangkan di Indonesia, pendapatan industri fitness mencapai 147 juta dollar Amerika di tahun 2019. Adapun pasar terbesar yang menjadi komoditas utama dalam industri ini yaitu sektor *wearables* (pakaian, sepatu olahraga, alat-alat, dan sebagainya) yang mencapai 120 juta Dollar Amerika di tahun 2019 (sumber : https://www.statista.com/outlook/313/120/fitness/indonesia diakses pada 4 Februari 2019). Hal ini selaras dengan populasi kelas menengah di Indonesia yang pada 2030 diprediksi Mckinsey Global Institute akan bertambah menjadi 135 juta jiwa, atau naik 200% dari 45 juta jiwa di tahun 2012. Pasar menengah ke atas disinyalir sebagai sasaran utama dari industri fitness, berdasarkan data demografi pengguna. Nilai pasar industri kebugaran di Indonesia diestimasikan sekitar Rp 2-3 triliun, meskipun angka ini terbilang masih sedikit jika dibandingkan dengan negara lain di Asia Pasifik, yakni sekitar 1% dari jumlah total populasi penduduk (sumber : https://www.beritasatu.com/lainnya/450956-

pasar-industri-kebugaran-di-ri-capai-rp-3-triliun.html diakses pada 5 Februari 2019 pukul 07.00 WIB).

Dari data di atas, dapat dilihat bahwa kuasa biopower akan pendisiplinan tubuh berkembang sangat pesat melalui industri fitness dan dinaturalisasi oleh media. Media yang seharusnya memberikan informasi yang benar mengenai kesehatan hingga latihan tubuh, dengan mekanisme teksnya memiliki agenda untuk mendisiplinkan tubuh perempuan dan laki-laki melalui wacana fitness. Media melalui mekanisme teks tertentu, mengintervensi audiens dalam hal melihat dan menginterpretasi tubuh sedemikian rupa. Cara melihat tubuh tersebutlah yang kemudian menciptakan sesuatu yang terus berkembang sehingga menghasilkan ideologi ketidakpuasan. Tubuh yang bersifat privat dan personal, ditundukkan melalui kuasa biopower yang hadir dalam mekanisme teks yang berupaya untuk menciptakan tubuh yang patuh. Media fitness dalam hal ini seharusnya memberikan perspektif berbeda dengan menggunakan *tone* positif mengenai cara melihat tubuh melalui teksnya. Namun pada praktiknya di lapangan, lebih dari 60% perempuan dan 35% laki-laki justru menghindari pergi ke tempat fitness karena takut dihakimi dan malu akan tubuhnya karena merasa tidak sesuai dengan konstruksi tubuh ideal dalam wacana dominan media dan lingkungan fitness (sumber : https://www.fitrated.com/resources/workout-worries/ diakses pada 5 Februari 2019 pukul 02.55 WIB).

Melalui wacana fitness, peneliti akan mencari seperti apa mekanisme disiplin tubuh yang dipromosikan dan direpresentasikan media fitness bagi perempuan dan laki-laki. Hal ini mencakup jenis-jenis latihan seperti apa yang

disarankan oleh media, bentuk tubuh seperti apa yang diinginkan dan bagaimana mekanisme media membentuk ini, pesan apa yang disebarkan mengenai pendisiplinan tubuh serta untuk apa sesungguhnya hal-hal ini dilakukan. Kuasa sesungguhnya dilatih melalui produksi pengetahuan, kebenaran dan realitas (Badero, 2011). Mekanisme yang digunakan dengan menaturalisasi relasi kuasa berpotensi memberikan tekanan atau identitas tertentu bagi tubuh melalui wacana fitness. Sehingga, dalam memproduksi dan mereproduksi pengetahuan mengenai fitness, media sangat mungkin menyajikan ideologi dominan tertentu dengan melakukan pembagian aktivitas fisik dalam pendisiplinan tubuh laki-laki dan perempuan.

Penelitian ini berupaya untuk mendeskripsikan mekanisme pendisiplinan tubuh melalui wacana fitness pada media berbasis kesehatan, fitness dan pembentukan tubuh di Indonesia. Peneliti memilih untuk melakukan analisis pada portal berita Reps ID dengan segmen pembaca pria dan wanita urban di Indonesia. Reps ID merupakan portal kesehatan yang berfokus di bidang fitness dan *bodybuilding* atau pembentukan tubuh. Adapun segmen pembaca dari situs ini adalah para pria dan wanita dewasa muda di lingkungan urban yang memiliki perhatian pada kesehatan, fitness dan pembentukan tubuh. Hal ini sesuai dengan demografi penggiat fitness di Indonesia yang didominasi oleh kelompok usia dewasa muda laki-laki dan perempuan berusia 25-34 tahun dengan prosentase 43,6% dan disusul oleh kelompok usia 18-24 tahun sebanyak 36,2% (sumber : https://www.statista.com/outlook/313/120/fitness/indonesia diakses pada 5 Februari 2019).

Dalam rubrik-rubrik yang disajikannya, Reps ID juga menyajikan beberapa klasifikasi latihan atau panduan gaya hidup sehat baik untuk laki-laki atau perempuan. Reps ID juga memiliki *traffic* pembaca yang cukup baik di bidang kesehatan, fitness dan pembentukan tubuh di Indonesia, yaitu sekitar 5.000 hingga 15.000 penayangan per harinya (Wawancara dengan Alfian, Pimpinan Redaksi Reps ID pada 17 Mei 2018). Dibandingkan dengan kompetitor lainnya, Reps ID memiliki keterbacaan cukup tinggi. Selain itu, Reps ID juga menjadi situs yang cukup representatif untuk penelitian ini sebab memiliki kolom khusus fitness pria dan fitness wanita. Teks yang ditampilkan dalam situs tersebutpun, hampir seluruhnya merupakan konten buatan tim Redaksi Reps ID, mulai dari artikel, foto, hingga video. Untuk itu, diasumsikan Reps ID dapat menjadi salah satu media daring yang kredibel mengenai fitness dan pembentukan tubuh yang banyak dijadikan rujukan oleh sebagian besar masyarakat Indonesia. Adapun fokus dari penelitian ini akan difokuskan pada konten-konten disiplin tubuh yang menjurus pada pemisahan aktivitas fisik atau pembentukan tubuh berdasar gender laki-laki dan perempuan.

1.2 Perumusan Masalah

Teks media melalui wacana fitness berupaya untuk mendisiplinkan tubuh berdasarkan gender melalui hal-hal yang dikonstruksi sehingga akhirnya dipercayai oleh masyarakat sebagai sebuah kebenaran. Teks media dengan mekanismenya berupaya untuk membentuk dunia melalui konten informatif dan menghibur, yang bisa diterima sebagai legitimasi, mengasumsikan ideologi serta mengkonstruksi secara natural. Bila media merepresentasikan gender dengan cara

yang salah, hal ini dapat mendistorsi bagaimana kita melihat diri kita, serta apa yang kita lihat sebagai hal yang normal dan ideal bagi laki-laki dan perempuan.

Hal ini berlaku dalam wacana fitness salah satunya melalui *body image* yang dikonstruksi media. Kekhawatiran mengenai bentuk dan ukuran tubuh disertai ketidakpuasan terhadap *body image* yang dimiliki, berkaitan erat dengan representasi dari standar ideal dalam nilai-nilai sosiokultural yang ada di masyarakat yang dihantarkan oleh media. Ketidakpuasan ini menjadikan tingkat kepercayaan diri seseorang cenderung rendah, meningkatnya perasaan negatif, meremehkan fisik sendiri sampai dengan mengalami gangguan makan, sebab media menciptakan pemahaman tertentu mengenai bagaimana 'tubuh ideal' berlaku bagi laki-laki dan perempuan, yang tidak bisa dicapai oleh semua orang. Beberapa penelitian dan survei yang terkait dengan isu ini mengungkap angka kekhawatiran, depresi, dan ketidakpuasan terhadap tubuh cenderung tinggi, baik bagi laki-laki maupun perempuan. Sehingga, lahirlah bentuk-bentuk mekanisme pendisiplinan untuk menjadikan tubuh tampak sesuai dengan konstruksi *body image* 'ideal' itu.

Fitness merupakan salah satu wacana yang berperan penting dalam agenda pendisiplinan tubuh. Promosi fitness melalui media pun kini berkembang pesat, baik di Indonesia maupun seluruh dunia. Di Indonesia sendiri, industri ini bertumbuh seiring dengan meningkatnya jumlah masyarakat kelas menengah. Alih-alih menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan kesehatan dan *body image*, media melalui industri ini justru menjadi lebih leluasa dalam mengkonstruksi tubuh laki-laki dan perempuan.

Hal tersebut terjadi pula pada Reps ID. Sebagai situs yang berfokus pada topik fitness dan binaraga, media ini pun menyajikan mekanisme teks tertentu dalam menyajikan cara pandang terhadap tubuh melalui wacana dominan. Fungsi media seharusnya memberikan informasi yang benar, namun pada kenyataannya, hal ini membuat situasi menjadi lebih kompleks. Media fitness dengan kuasa biopower menaturalisasi utopia kesehatan yang sempurna, yang berangsur-angsur berubah menjadi ideologi konsumsi dengan mekanisme interpretasi tubuh yang masih menggunakan perspektif wacana dominan melalui pendisiplinan bertemakan kesehatan melalui aktivitas tertentu. Ketika memproduksi dan mereproduksi pengetahuan mengenai fitness, media menyajikan pembenaran yang kemudian dipercaya oleh masyarakat dengan mekanisme tertentu dalam teksnya demi mendisiplinkan tubuh laki-laki dan perempuan. Kuasa ini dilatih melalui produksi pengetahuan, kebenaran dan realitas. Hasil produksi pengetahuan dan informasi dari Reps ID selaku media fitness sangat mungkin menggiring audiensnya untuk mengamini perspektif mengenai konsep tubuh perempuan dan laki-laki, sampai dengan identitas maskulin dan feminin. Potensi dominasi terhadap tubuh dan identitas gender yang ditundukkan relasi kuasa melalui aktivitas pendisiplinan tubuh juga dapat dilihat dari mekanisme teks yang digunakan.

Penelitian ini berupaya untuk melihat praktik mekanisme pendisiplinan tubuh melalui wacana fitness yang ada pada situs *reps-id.com*. Situs tersebut cukup kompetitif di bidangnya sebagai sebuah media, sebab memiliki *traffic* pembaca yang cukup tinggi dan masih aktif hingga saat ini. Beberapa rubriknya

juga menyajikan konten-konten pendisiplinan tubuh melalui panduan fitness dan gaya hidup sehat yang telah diklasifikasi berdasarkan gender; laki-laki dan perempuan. Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah; bagaimanakah mekanisme pendisiplinan tubuh pria dan wanita melalui wacana fitness dalam situs Reps ID (*reps-id.com*)?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan mekanisme pendisiplinan tubuh pria dan wanita melalui wacana fitness dalam rubrik *Men's Fitness* dan *Women's Fitness* pada situs Reps ID (*reps-id.com*).

1.4 Signifikansi Penelitian

Penelitian ini dilakukan guna memberikan kontribusi di antaranya adalah sebagai berikut :

1. Signifikansi Akademik

   Penelitian dengan tema ini masih relatif jarang dan sulit ditemukan dalam bahasa Indonesia dan konteks media Indonesia. Sehingga hasil penelitian diharapkan dapat menambah kontribusi ilmiah di bidang ilmu komunikasi mengenai mekanisme pendisiplinan tubuh di media melalui wacana fitness, khususnya melalui teori biopower dari Foucault yang berkaitan dengan naturalisasi relasi kuasa. Dengan demikian, akan bisa dilihat bagaimana teks media fitness bekerja dalam mengklasifikasikan disiplin tubuh bagi laki-laki dan perempuan melalui mekanisme yang menghasilkan pembenaran tertentu terhadap pembacanya.

2. Signifikansi Praktis

Hasil penelitian diharapkan dapat dipublikasi dalam bentuk jurnal ilmiah sehingga dapat memberikan perspektif baru bagi industri dan pekerja media, khususnya yang mengangkat isu tubuh, fitness, dan kesehatan sebagai bahasan utama. Dalam menyajikan konten-konten mengenai tubuh baik dengan segmen audiens laki-laki maupun perempuan, media diharapkan dapat menjadi medium informasi dan edukasi yang menjadi perantara informasi kepada pembaca yang memberikan *tone* positif mengenai cara pandang terhadap tubuh, bukan sebaliknya.

3. Signifikansi Sosial

Hasil penelitian diharapkan dapat dipublikasi dalam bentuk jurnal ilmiah sehingga dapat diakses oleh masyarakat luas. Dengan demikian, penelitian diharapkan dapat bermanfaat untuk memberikan pemahaman baru kepada masyarakat mengenai wacana fitness dan kesehatan di media terkait disiplin tubuh, sehingga tidak mudah terhegemoni oleh konsep-konsep semu mengenai *body image* yang diciptakan media. Sehingga ke depannya, pemikiran mengenai tubuh di masyarakat akan menjadi lebih positif, juga mengurangi adanya *body shaming* serta aktivitas negatif lainnya yang menjurus kepada depresi atau gangguan makan akibat ketidakpuasan tubuh.

1.5 Kerangka Pemikiran Teoritis

1.5.1 Paradigma

Paradigma yang digunakan dalam penelitian ini adalah kritis. Paradigma kritis secara ontologis bersifat realisme historis, di mana sebuah realitas

dianggap bisa dipahami sebab berciri lentur, namun dari waktu ke waktu dibentuk oleh serangkaian faktor sosial, politik, budaya, ekonomi, etnik, dan gender yang menjadi sekumpulan struktur yang dipandang sebagai sebagai suatu hal yang nyata, alamiah dan abadi. Secara epistimologi, bersifat transaksional dan subjektivis. Temuan-temuan dalam penelitian ini diperantarai oleh nilai. Dan secara metodologi, paradigma kritis bersifat dialogis dan dialektis. Penelitian membutuhkan dialog antara peneliti dengan subjek-subjek penelitian, dan dialog ini haruslah berciri dialektis (Guba & Lincoln, 2009 : 136).

1.5.2 State of the Art

Setelah melakukan penelusuran terhadap penelitian-penelitian sebelumnya, ditemukan beberapa studi yang relevan dengan penelitian ini, yaitu mengenai pendisiplinan tubuh, gender, dan media. Pertama, yaitu karya Bartky (1997), yang membahas mengenai opresi pada tubuh wanita dalam hal pendisiplinan tubuh, terutama di media. Tubuh wanita lebih banyak diatur melalui kuasa tertentu. Bartky membahas kolom diet dan *make up*, yang selalu ada dalam majalah wanita. Hal ini merupakan bentuk praktik pendisiplinan tubuh wanita, berupa pengaturan postur, pergerakan, dan gestur perempuan. Pendisiplinan tersebut didasarkan atas standar pandangan laki-laki, tetapi tidak sebaliknya. Di bawah ‘tirani kecantikan’, perempuan seolah tidak boleh menjadi lebih besar dan masif. Mereka harus mengambil ruang sesempit mungkin, sebab laki-laki lah yang memiliki ruang dominan.

Peneliti mengambil karya Bartky sebagai rujukan dalam *state of the art* sebab penelitian ini membantu memahamkan konsep disiplin tubuh secara praktis. Bartky juga banyak memberikan contoh-contoh disiplin tubuh pada perempuan, tirani kecantikan, dan bagaimana industri membentuk hal tersebut. Penelitian ini tentu saja akan berbeda, sebab tidak hanya melihat disiplin tubuh pada wanita, melainkan juga pria. Bartky lebih banyak menyorot pendisiplinan tubuh dalam industri kecantikan dan *fashion*, sedangkan penelitian ini berada pada bidang olahraga dengan tema spesifik yaitu fitness laki-laki dan perempuan.

Selanjutnya karya Boni (2002) berjudul "*Framing Media Masculinities*", yang membahas majalah gaya hidup pria yaitu Men's Health Italia dan dikaitkan dengan konsep biopolitik dari Foucault, dalam tubuh laki-laki. Boni menggunakan analisis framing untuk penelitiannya. Dengan hadirnya majalah pria yang mengajarkan konsep '*self-care*' kepada pria, Boni berupaya untuk membongkar bagaimana Men's Health memproduksi dan mereproduksi tuntutan pada tubuh pria melalui 'teknik-teknik tubuh' dan 'teknologi diri'. Men's Health dalam temuan Boni, berupaya mengkonstruksi bahwa tubuh pria merupakan pusat perhatian yang membutuhkan panduan gaya hidup. Ia mengemukakan bahwa maskulinitas dan tubuh laki-laki dikonstruksi secara diskursif dan interaksional dengan sistem kontemporer dari kekuasaan.

Penelitian Boni memberikan kontribusi untuk memahamkan beberapa konsep disiplin tubuh pada pria di media. Boni juga berfokus

pada teks dalam majalah gaya hidup pria khusus kesehatan, yaitu Men's Health Italia. Selain itu, hasil penelitian Boni berguna untuk melihat prosentase konten yang berkaitan dengan disiplin tubuh pada pria, yaitu sebanyak 44,7% berbicara soal fitnes, kesehatan, dan diet. Kemudian, 14,3% berbicara tentang *style* dan *fashion*, 13,2% tentang sex dan seksualitas. Boni menganalisisnya dengan konsep identitas maskulin. Penelitian ini akan berbeda dengan Boni, sebab akan lebih menitikberatkan pada mekanisme teks yang menaturalisasi pendisiplinan berupa konstruksi, tuntutan, dan konsekuensi, melalui wacana fitness, yang tidak hanya pada pria, namun juga pada wanita.

Gerdin (2012) dalam penelitian berikutnya, juga membahas mengenai pendisiplinan tubuh pada laki-laki, khususnya anak-anak dalam pendidikan jasmani. Dengan menggunakan pendekatan riset visual partisipatory (bukan teks media), Gerdin melihat bahwa konsep kepatuhan tubuh bagi anak-anak lelaki tersebut adalah; fit, sehat, maskulin dan *sporty*. Gerdin menuliskan pandangan Wright (dalam Gerdin, 2012) mengenai stereotip tubuh lelaki yang berbeda dengan perempuan dalam pendidikan jasmani. Perempuan dianggap tidak lebih kuat dan aktif dari laki-laki. Stereotip tersebut masih melekat, sebab lelaki masih diidentikkan dengan otot dan maskulinitas, sedangkan perempuan terikat dengan konsep 'cantik dan lemah lembut'. Dalam penelitiannya, Gerdin menemukan bahwa pendidikan jasmani merupakan mesin kedisiplinan yang memengaruhi bagaimana anak-anak laki-laki tersebut memahami

tubuh mereka dari perspektif yang berbeda, dimana ada konsekuensi jangka panjang untuk anak-anak tersebut melihat tubuh dan diri mereka sebagai seorang yang berpendidikan jasmani yang baik.

Temuan-temuan Gerdin menyumbangkan beberapa pemikiran mengenai tubuh dalam bidang olahraga di lapangan yang menunjang penelitian teks media dalam kajian ilmu komunikasi bertema fitness dan pendisiplinan tubuh ini. Penelitian Gerdin yang memiliki basis ilmu kesehatan jasmani, memberikan pemahaman mengenai disiplin tubuh pada anak laki-laki dalam wacana kesehatan fisik, serta konsekuensi apa saja yang terjadi di lapangan jika tidak tunduk pada disiplin tersebut. Gerdin juga memberikan pandangan mengenai perbandingan tubuh anak perempuan dan laki-laki dalam pendidikan jasmani, tuntutan bagi para laki-laki untuk mendisiplinkan tubuh, dan standar tubuh maskulin menurut mereka. Penelitian ini tentunya akan berbeda dengan Gerdin, di mana teks media akan menjadi kajian utama yang diteliti mekanismenya dalam membentuk cara pandang mengenai tubuh melalui wacana fitness, baik pada perempuan dan laki-laki.

Berikutnya adalah karya Geovanelli dan Ostertag (2009) yang melihat bagaimana media membentuk pandangan mengenai disiplin tubuh, khususnya pada tokoh wanita gemuk. Penelitian mereka menggunakan metode analisis isi media, di mana Geovanelli dan Ostertag mengamati sejumlah acara televisi di Amerika pada jam *prime time*. Kontribusi media terhadap pemahaman masyarakat tentang dunia sosial

melalui representasi terjadi melalui dua cara yang berbeda yaitu kuantitatif dan kualitatif. Secara kuantitatif, fokusnya berkaitan dengan frekuensi, dan bertanya seberapa sering kelompok-kelompok sosial yang diwakili di media; secara kualitatif, fokus lebih kepada *bagaimana mereka digambarkan.* Penemuan pada penelitian tersebut adalah mengenai penghancuran perempuan gemuk secara simbolik, baik secara kualitas maupun kuantitas di televisi Amerika. Dalam hal ini, media juga membantu menginformasikan "radar publik" dengan menyarankan bagaimana pemirsa harus menafsirkan dan memahami representasi media dengan menyediakan wacana di mana mereka (misalnya penggambaran, stereotip dan stigma) diwakili.

Penelitian dari Geovanelli dan Ostertag memberikan kontribusi pemahaman mengenai konsekuensi perempuan yang tidak memenuhi standar kesesuaian media, dan harus tampil di media. Mereka juga memberikan bagaimana media memperlakukan wanita gemuk, yang asumsinya adalah tidak tunduk pada standar bentuk dan ukuran tubuh menurut media. Wanita gemuk, yang dianggap tidak sesuai dengan konstruksi yang tunduh pada disiplin tubuh, ternyata mengalami penghancuran simbolik ketika mucul di media, baik secara kualitatif maupun kuantitatif. Eksklusi tubuh merupakan salah satu aspek penting juga untuk diketahui dalam kajian pendisiplinan tubuh. Pada penelitian kali ini, peneliti juga akan melihat tubuh-tubuh seperti apa yang dibentuk

serta dieksklusi melalui wacana fitness yang dihadirkan media, yaitu Reps ID.

Selanjutnya adalah karya Bazzini et. al (2015), yang mencoba untuk membandingkan sampul dan *caption* pada sampul majalah Men's Health dan Women's Health di Amerika Serikat. Dengan menggunakan metode analisis isi komparatif dan pendekatan kuantitatif, Bazzini et. al menganalisis 54 cover majalah yang terbit di tahun 2006-2011. Bazzini mengaitkan penelitiannya dengan objektifikasi diri, maskulinitas dan femininitas. Penelitiannya menemukan bahwa *caption* sampul pada kedua majalah menghasilkan prosentase terkait tampilan fisik/tubuh sebanyak 20,8%, diet sebanyak 3.9%, penurunan berat badan sebanyak 5,8%, latihan untuk alasan penampilan fisik 5.0%, dan latihan biasa 11,9%.

Penelitian Bazzini et. al berkontribusi dalam memberikan pemahaman mengenai perbandingan-perbandingan dalam majalah kesehatan pria dan wanita. Adapun perbedaannya dengan penelitian ini adalah; (1) Bazzini et. al menggunakan metode analisis isi komparatif dengan pendekatan kuantitatif, sedangkan penelitian ini akan menggunakan analisis wacana Foucault dengan tipe deskriptif kualitatif, (2) Objek yang diteliti oleh Bazzini et. al adalah sampul dan *caption* pada sampul, sedangkan penelitian ini akan meneliti lebih dalam mekanisme teks dalam rubrik-rubrik yang disajikan, (3) Bazzini et. al lebih berfokus pada konsep objektifikasi diri dalam penelitiannya, sedangkan peneliti

akan berfokus pada mekanisme teks mengenai disiplin tubuh di bawah relasi kuasa atau biopower dalam wacana fitness.

Selanjutnya adalah penelitian dari Zajac (2011) yang berjudul *"How to Have a Perfect Figure Like Gwyneth"* yang meneliti teks tentang rubrik fitness dalam majalah wanita daring yaitu Polklpl. Zajac menggunakan metode analisis wacana versi Wetherell, Potter dan Edward. Penelitian Zajac melihat komersialisasi dan glamorisasi fitness pada perempuan, dan bagaimana mereka dibentuk bukan untuk kepentingan kesehatan, melainkan demi ide-ide mengenai standar ideal kecantikan yang diciptakan industri melalui rubrik fitness. Penelitian Zajac memberikan sumbangan pemikiran mengenai bagaimana teks media mempromosikan latihan-latihan yang ada kepada para perempuan dengan penekanan pada isu-isu kecantikan, serta kemungkinan untuk pemberdayaan dan opresi tubuh pada wacana dominan.

Penelitian ini cukup memiliki keterkaitan dengan penelitian yang dilakukan Zajac, sebab sama-sama meneliti majalah yang bertema kesehatan dan fitness secara daring. Perbedaannya adalah, pada penelitian Zajac lebih berfokus pada komersialisasi fitness pada perempuan, promosi latihan dan penekanan kepada stereotip tubuh dalam industri kecantikan. Sedangkan penelitian ini akan lebih mengeksplorasi mekanisme teks media –bukan sisi komersialisasi, dan lebih pada tahap-tahap pendisiplinan beserta relasi kuasa yang diciptakan- dalam mendisiplinkan tubuh, baik pada perempuan dan laki-laki.

1.5.3 Pendisiplinan Tubuh

Disiplin tubuh erat kaitannya dengan relasi kuasa. Era klasikal melihat tubuh sebagai objek dan target dari kekuasaan (Foucault, 1995 : 135). Cukup mudah saat itu menemukan tanda-tanda yang menunjukkan bahwa tubuh manusia pada akhirnya dimanipulasi, dibentuk, dilatih agar menjadi taat dan responsif untuk meningkatkan kekuasaan tersebut. Foucault (dalam Gerdin, 2012) menyatakan bahwa tubuh secara khusus dieksplorasi sebagai suatu tempat produksi sosial dan ditundukkan pada bentuk-bentuk tertentu dari kekuatan disipliner.

Foucault mengeksplorasi mekanisme di mana tubuh didisiplinkan dan diatur oleh kebudayaan. Foucault berargumen bahwa dalam budaya premodern, disiplin diraih melalui mekanisme penyiksaan fisik. Jika tidak patuh pada aturan, mereka akan disiksa untuk mendisiplinkan tubuhnya. Namun, sebagai medium kontrol publik, bentuk siksaan ini menjadi masalah dan tidak sukses sebab tidak dapat memenuhi tujuannya (Richardson dan Wearing, 2014). Dengan adanya konsep panoptikon, Foucault pun menjelaskan bahwa ‘tidak perlu senjata, kekerasan fisik, atau kendala material, hanya *gaze* (pandangan). Pandangan inspeksi, pandangan yang membuat seseorang mengawasi dirinya, dan setiap orang melatih pengawasan ini terus-menerus yang secara langsung maupun tidak, ‘menyerang’ dirinya sendiri (Foucault, 1977 dalam Richardson dan Wearing, 2014).

Produksi “tubuh yang patuh” (*docile bodies*) menuntut suatu paksaan dari proses aktivitas tubuh tidak hanya berupa hasil, tetapi sampai juga bagian-bagian dari ruang, waktu dan pergerakan tubuh itu sendiri (Foucault dalam Bartky, 1997). Kemudian, hal ini dikaitkan kembali dengan objek kontrol. Kontrol tersebut terkait dengan konsistensi pendisiplinan dalam ruang dan waktu yang berkelanjutan. Ini bukanlah lagi soal elemen-elemen signifikan dari bahasa tubuh, tapi lebih kepada unsur ekonomi, efisiensi gerakan, dan unsur-unsur internal organisasi yang melakukan pendisiplinan tersebut (Foucault, 1995 : 137).

Dalam konsep disiplin dan kepatuhan tubuh, Foucault juga menulis bahwa tubuh manusia memasuki mesin kekuasaan yang menjelajahinya, memecahnya, dan mengaturnya kembali. Anatomi politik ini juga merupakan mekanisme kekuasaan. Oleh karena itu, disiplin menghasilkan, meningkatkan, mengurangi, memisahkan dan membalikkan kekuatan tubuh sedemikian rupa sehingga saat tubuh semakin disiplin, ia juga semakin didominasi. Ada empat poin penting dalam konsep ini, yaitu (Foucault, 1995 : 141-162):

a. Art of Distributions

Disiplin berasal dari individu yang berada dalam suatu ruang dan menggunakan beberapa teknik. Yaitu; 1) Disiplin membutuhkan tempat perlindungan seperti sekolah, pabrik, barak, dan lain-lain, 2) Mesin kedisiplinan bekerja berdasar prinsip ruang partisi, 3) Aturan dari situs fungsional akan mengkode

secara perlahan, 4) Elemen-elemen di dalamnya bisa berubah-ubah karena masing-masing diidentifikasi sesuai klasifikasi. Pada intinya, ada sistem *ranking* yang berlaku di sini.

b. Control of Activity

Dalam hal ini, jadwal adalah kunci utama yang harus ada dalam proses pendisiplinan. Sebab waktu pun berkaitan pula dengan aktivitas. Waktu yang menentukan dan berkuasa atas tubuh. Selain itu, artikulasi objek tubuh juga penting dalam bab ini. Disiplin mendefinisikan relasi antara tubuh dengan objek yang dimanipulasi. Di sisi lain, adanya jadwal, membuat orang tidak bisa membuang-buang waktu. Kedisiplinan mempunyai sisi positif, yang berprinsip tidak bisa membuang waktu.

c. Organization of Geneses

Seiring dengan berjalannya waktu, pengaturan waktu yang berbeda terjadi, dan dilakukan dengan bantuan teknologi. Disiplin merupakan mesin untuk menambah dan memanfaatkan waktu yang ada. Cara-caranya yaitu dengan; 1) membagi durasi menjadi segmen berturut-turut dan paralel, masing-masing berakhir dalam waktu tertentu, 2) dengan mengatur segmen ini sesuai dengan rencana, 3) menyelesaikan segmen temporal dengan ujian yang bertujuan untuk memutuskan apakah subjek telah mencapai syarat, 4) dengan menyusun seri-seri lainnya. Membagi kegiatan

berdasar serian membuat kontrol akan lebih mudah untuk dilakukan.

d. Composition of Forces

Foucault mencontohkan unit militer dalam sub bab ini, di mana unit militer menjadi suatu mesin dari banyak bagian. Dari sini, ada kebutuhan untuk membuat unit-unit kecilnya. Hal ini sama dengan ide membuat kekuatan produktif yang lebih besar dari elemen-elemennya. Disiplin menjadi seni dari mengumpulkan dan membentuk kekuatan untuk memperoleh mesin yang efisien. Dari sini, dapat kita simpulkan bahwa; 1) Tubuh seseorang menjadi suatu elemen yang ditempatkan, dipindahkan dan diartikulasikan, 2) Waktu dari individu juga disesuaikan dengan waktu yang lain, 3) Kombinasi dari kekuatan ini harus diukur dengan hati-hati dan membutuhkan perintah yang tepat.

Terkait dengan disiplin tubuh di media, Richardson dan Wearing (2014) menuliskan bahwa di dunia media saat ini, begitu banyak program atau konten yang seolah mendedikasikan diri mereka untuk memberi tahu ke semua orang, bagaimana mereka harus berpakaian, bagaimana mereka harus mengatur tubuh, bagaimana mereka harus diet, dan yang paling sering muncul adalah bagaimana mereka harus terlihat lebih muda dari usianya (Richardson dan Wearing, 2014). Hingga akhirnya, persepsi tentang tubuh kita berubah. Kita tidak lagi dilatih untuk melihat tubuh

sebagai suatu ‘bawaan’, melainkan sebagai ‘sesuatu yang dibentuk berdasarkan budaya’. Hal ini diasumsikan terjadi pada situs Reps ID. Sebab situs ini merupakan bentuk spesialisasi media yang diduga mempromosikan dua hasil sekaligus, yaitu tampilan tubuh dan kesehatan, di mana secara periferal perhatiannya terfokus pada tampilan (Bazzini et.al, 2015). Sehingga, dalam konteks ini, situs fitness/kesehatan diasumsikan dapat melakukan mekanisme tertentu dalam disiplin tubuh, seperti mengkonstruksi bentuk atau ukuran tubuh ideal, diet, maupun latihan tertentu, baik pada pria maupun wanita. Disiplin tubuh identik dengan tuntutan tertentu. Untuk itu, penelitian ini akan melihat bagaimana media, dalam hal ini adalah Reps ID, mengkonstruksi tubuh untuk memenuhi standar ideal menurut industri melalui wacana yang diciptakan.

1.5.4 Biopower, Wacana Fitness dan Kesehatan

Biopower merupakan salah satu konsep terkait seksualitas yang dicetuskan oleh Michael Foucault mengenai disiplin tubuh dan relasi kuasa, yang dimaknai sebagai, “Teknologi yang diciptakan bersamaan dengan pengetahuan manusia yang digunakan untuk menganalisis, mengontrol, meregulasi, dan mendefinisi tubuh manusia, dan perilakunya” (Danaher et al., 2000 : 64). Biopower dipertahankan dengan menggunakan dua metode, yaitu pendisiplinan dan kontrol regulatif. Disiplin, meliputi bagaimana ia berkuasa atas tubuh. Kontrol regulatif yang dimaksudkan meliputi populasi, kelahiran, kematian, dan tingkat kesehatan. Biopower bertujuan untuk kepentingan kesehatan, kesejahteraan dan produktivitas,

yang didukung oleh normalisasi (penciptaan suatu kategori normal-tidak normal, praktik kekuasaan dalam pengetahuan) oleh wacana ilmu pengetahuan modern (Olong, 2006 : 245).

Michael Foucault mencetuskan istilah biopower untuk merujuk kepada cara-cara di mana kuasa termanifestasi dalam bentuk praktik harian dan rutinitas melalui pengawasan dan disiplin diri individu. Tubuh disebut sebagai situs subjugasi dan menyoroti bagaimana ini diimplikasikan dalam opresi mereka melalui latihan sehari-hari seperti kesehatan dan seksualitas (Pylypa, 1998). Di sini, biopower terkait disiplin berfungsi untuk mengontrol, meregulasi dan mendominasi orang untuk menjadikan mereka *docile body* atau tubuh yang ditundukkan (Danaher et al., 2000 : 66) dan yang menjadi fokus Foucault dalam hal ini adalah bagaimana wacana dari kebebasan, revolusi dan prosedur, dilihat sisi idealnya, baik secara teori maupun praktik.

Biopower juga terkait adanya sikap-sikap dalam melihat manusia sebagai sumber daya atau komoditas dari perkembangan kapitalisme. Ini membantu kapitalisme dalam dua hal penting (Danaher et al., 2000 : 70). Pertama, menjadi populasi yang sehat, aktif dan disiplin sebagai suatu paksaan. Kedua, adanya susunan yang detail dan spesifik dari ruang dan orang-orang dalam model organisasi di abad 19-an. Menurut Foucault, setiap orang adalah produk dari biopower, sebab setiap orang bekerja dan ditundukkan oleh sekolah, keluarga, universitas, birokrasi, agensi

kesehatan, baik secara langsung maupun tidak langsung (Danaher et al., 2000 : 74).

Rupert Murdoch menambahkan bahwa proses memproduksi tubuh yang patuh tidak hanya terbatas pada institusi negara dan wacana yang meregulasi dan mengontrol pikiran dan perilaku orang. Ide utama dari biopower adalah untuk memproduksi subjek regulasi diri. Sehingga ketika tubuh dan pikiran kita telah diformulasi sedemikian rupa, maka kita melihat diri kita dan meyakinkan bahwa kita telah berfungsi dengan baik sebagai subjek yang sehat (Danaher et al., 2000 : 75). Hal lainnya adalah bahwa biopower hadir sebagai pengetahuan sosial manusia yang melihat tubuh dan perilaku manusia sebagai objek pengetahuan (Danaher et al., 2000 : 80).

Disiplin juga merupakan langkah perantara transisi dari kuasa ke biopower (Zamora & Behrent, 2014 : 46). Disiplin menarget tubuh individu dan mengorganisirnya menjadi sebuah 'lahan visibilitas' melalui teknologi pengawasan dan inspeksi ketika mengoptimalisasi kegunaan tubuh melalui latihan. Nealon (2008 : 46) melihat biopower dari Foucault sebagai satu langkah di atas disiplin dalam hal intensifikasi kuasa, yang bekerja pada individu secara nyata dan langsung. Biopower dilihatnya pula sebagai innovasi dari disiplin panoptik yang berfokus pada 'spesifikasi individu'. Biopower disebutnya pula mampu menjembatani kesenjangan antara fungsi besar dan kecil dari disiplin kuasa melalui intensifikasinya dan pemindahan disiplin 'norma'. Sehingga, ketika

biopower muncul dari sisi lain transisi fase tertentu atau titik kritis dari disiplin, biopower juga terlahir dari intensifikasi dari kuasa disiplin panoptik, pandangan normatif atau rehabilitatif yang digunakan untuk ‘memahami’ sebab kriminal dan kriminalitas (Nealon, 2008 : 47). Sejauh fokus biopower, fungsi dari kuasa akan menjadi berkurang dalam hal meregulasi perilaku melalui panoptik dan latihan dasar institusional, namun lebih kepada menargetkan kehidupan dan gaya hidup secara langsung, baik di dalam maupun di luar situs-situs disiplin kuasa seperti pabrik, militer, sekolah, dan lain-lain (Nealon, 2008 : 47).

Wacana fitness berkaitan erat dengan disiplin tubuh melalui kuasa modern ‘biopower’, yang dicetuskan oleh Foucault. Sebab wacana fitness seringkali dikaitkan dengan kesehatan. Kesehatan dalam hal ini menjadi konsentrasi utama pada biopower, karena biopower berfokus pada fertilitas populasi, angka kematian, dan konsentrasi lainnya yang berkaitan dengan tubuh (Hestad, 2008). Wacana kesehatan meliputi dua hal; pemahaman yang diproduksi oleh dunia medis, serta wacana kesehatan populer yang bernada ilmiah (Pylypa, 1998). Wacana kesehatan populer seringkali menampilkan tubuh yang fit dan sebagai tubuh sehat, dan kelebihan berat badan atau tubuh yang tidak fit sebagai tubuh yang tidak sehat dan menyimpang. Schwartz (dalam Pylypa, 1998) mendeskripsikan bagaimana secara sejarah, definisi tubuh ‘normal’ akhirnya terbatas pada berat badan. Di awal abad 20-an, perhatian terhadap berat badan meningkat secara substansial, tetapi toleransi justru menyempit. Grafik

tinggi dan berat badan didasarkan pada rata-rata populasi, namun perlahan hal tersebut justru merefleksikan suatu makna ‘ideal’ daripada *mean*-nya. Sehingga norma ‘kesehatan’ tidak lagi mengikuti evaluasi berdasar standar medis, melainkan mengikuti berat atau bentuk tubuh yang dikonstruksi sebagai ‘ideal’. Lebih lanjut mengenai fitness, hal-hal yang kita ketahui tentang fitness adalah perspektif yang dibentuk oleh tahap-tahap yang dikonstruksi atau dipaksakan, dan bukan merupakan refleksi sesungguhnya dari pengetahuan fitness yang tercipta dari rangkaian ilmiah yang logis. Pengetahuan mengenai fitness juga bisa menjadi alat kekuasaan, sebuah bentuk dominasi, dan hal ini sangat berpotensi menjadi bahaya bagi sebagian orang (Markula & Pringle, 2006 : 131).

Hardt e Negri (dalam Junges, 2009) melihat dimensi produktif biopower dalam wacana kesehatan karena realisasi kekuatan kekaisaran terjadi dalam konteks biopolitik. Subjek dibangun dalam proses biopolitik berupa konstruksi sosial. Tidak hanya ada kontrol atas kehidupan, tetapi konteks biopolitik itu sendiri, di mana kehidupan dikembangkan, dibentuk oleh sistem kekaisaran. Ontologi produksi ini telah berubah secara substansial dalam tatanan dunia baru karena tidak berhubungan dengan kontrol negara lagi. Saat ini, perusahaan industri dan keuangan yang besar tidak hanya sekedar menghasilkan produk, tetapi juga subjektivitas. Mereka menghasilkan subjektivitas yang meluas dalam konteks biopolitik, menciptakan kebutuhan, hubungan sosial, tubuh dan pikiran. Dengan kata lain, mereka menghasilkan penciptaan sistem. Media memainkan peran

utama dalam produksi subjektivitas ini, karena ini melegitimasi sistem kekaisaran (Junges, 2009). Sebagai hasil dari proses pengintegrasian ini, kekaisaran dan sistem biopowernya cenderung membuat konstitusi ekonomi dan politik saling berkaitan.

Manifestasi biopower dalam kesehatan di era sekarang dinaturalisasi dengan teknologi yang lebih canggih demi menciptakan utopia kesehatan yang sempurna, yang kemudian berangsur-angsur berubah menjadi ideologi konsumsi. Realisasi utopia ini berlangsung melalui konsumsi teknologi yang menawarkan kesehatan. Dengan kata lain, kesehatan seolah berubah menjadi produk yang akan dikonsumsi. Dinamika konsumeris ini telah dijelaskan dengan baik dengan mempertimbangkan kompleks industri kesehatan dan produksi obat-obatan (Cordeiro, 1985 dalam Junges, 2009).

Dalam penelitian ini, peneliti berupaya untuk membongkar bagaimana wacana fitness dalam lingkup kesehatan dijadikan ‘alat’ oleh media dalam menaturalisasi mekanisme disiplin tubuh, baik pada laki-laki maupun perempuan dalam situs Reps ID. Terkait biopower, dalam hal ini, wacana fitness dalam lingkup kesehatan seolah dijadikan manifestasi kuasa yang disebarkan kepada khalayak melalui konstruksi disiplin tubuh, dan menaturalisasikannya dalam sesuatu yang bersifat pengawasan dan disiplin individu dalam rutinitas sehari-hari untuk mewujudkan gaya hidup sehat, termasuk aktivitas fisik yang dianjurkan serta konsumsi individu akan produk-produk kesehatan. Untuk melihat lebih dalam mekanisme ini,

peneliti akan melakukan analisis wacana Foucault yang akan dibahas pada sub bab selanjutnya.

1.6 Metodologi Penelitian

1.6.1 Tipe Penelitian

Tipe dari penelitian ini adalah deskriptif kualitatif, dengan menggunakan metode *Foucauldian Discourse Analysis* (FDA) atau analisis wacana Foucault. Penelitian ini dilakukan pada level teks, guna melihat secara mendalam bagaimana suatu mekanisme bekerja dalam teks yang dikonstruksi oleh media. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang bertujuan untuk menyajikan gambaran secara terperinci mengenai suatu fenomena atau realitas sosial yang terjadi, dimana pertanyaan utamanya adalah 'bagaimana' (Gulo, 2002 : 19). Dalam hal ini, peneliti berproses untuk menganalisis teks untuk menjawab pertanyaan 'bagaimana mekanisme pendisiplinan tubuh melalui wacana fitness bagi laki-laki dan perempuan di situs Reps ID?'. Sedangkan pendekatan kualitatif berarti jenis penelitian yang temuannya tidak diperoleh melalui prosedur statistik atau bentuk hitungan lainnya (Sugiarto, 2015 : 8). Penelitian kualitatif bersifat deskriptif dan cenderung menggunakan analisis dengan pendekatan induktif, di mana proses dan makna juga lebih subyektif dalam jenis pendekatan ini. Sedangkan *Foucauldian Discourse Analysis* (FDA) dipilih sebagai metode analisis sebab tipe analisis wacana ini dirasa tepat untuk mengupas suatu wacana secara mendetail dalam teks, karena memiliki dua tahap dalam prosesnya, yaitu; arkeologi dan genealogi yang

akan digunakan untuk melihat deskripsi secara mendalam tentang bagaimana wacana dibentuk dalam teks, beserta kaitannya dengan relasi kuasa.

1.6.2 Objek Penelitian

Objek pada penelitian ini merupakan rubrik-rubrik yang berkaitan dengan disiplin tubuh dan gaya hidup sehat yang mengarah pada gender spesifik seperti *Men's Fitness* dan *Women's Fitness*. Namun tidak menutup kemungkinan untuk peneliti mengambil dari rubrik lainnya yang kontennya akan mendukung analisis penelitian ini sebagai data pendukung. Penelitian akan dilakukan pada artikel-artikel mengenai pendisiplinan tubuh laki-laki dan perempuan dalam situs tersebut yang dirilis atau diunggah pada periode Juli 2017-Juli 2018.

1.6.3 Jenis Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teks berupa tulisan dan gambar pada situs *reps-id.com* periode Juli 2017-Juli 2018 khususnya pada rubrik yang mengarah kepada pembagian gender dalam aspek pembentukan tubuh secara spesifik. Artikel-artikel dalam sejumlah rubrik tersebut akan dianalisis untuk mengetahui bagaimana mekanisme pendisiplinan tubuh pada pria dan wanita dalam teks di situs Reps ID. Artikel yang dipilih adalah artikel-artikel yang dirilis dalam rubrik *Men's Fitness* dan *Women's Fitness* khususnya pada rubrik Program dan Figure. Pada kedua rubrik tersebut dapat dilihat penekanan media Reps ID dalam hal mekanisme pendisiplinan melalui teks, seperti bagian tubuh tertentu

bagi laki-laki dan perempuan yang didisiplinkan, serta orang-orang seperti apa yang ditampilkan oleh media untuk membuat pembaca mempercayai kebenaran dalam konstruksi wacana dominan yang disampaikan.

Dari 14 artikel yang terdapat pada kolom Program *Men's Fitness* dan 6 artikel pada kolom Program *Women's Fitness*, peneliti mengambil seluruhnya untuk dijadikan bahan penelitian, karena data-data tersebut mendukung untuk pencarian mekanisme teks dalam hal penekanan latihan pada bagian-bagian tubuh tertentu, serta melihat narasi seperti apa yang digunakan di dalamnya. Sedangkan pada kolom Figure *Men's Fitness* terdapat 30 artikel dan peneliti hanya mengambil 24 di antaranya untuk dianalisis, sedangkan pada Figure *Women's Fitness*, peneliti mengambil 10 dari 12 artikel yang ada, sebab artikel yang tidak terpilih kontennya cenderung tidak memiliki relevansi dengan mekanisme teks dalam disiplin tubuh. Adapun kolom Training yang terdapat pada rubrik tersebut hanya sebagai tambahan data untuk melihat proses pendisiplinan yang terjadi melalui jenis-jenis latihan pada bagian tubuh tertentu bagi laki-laki maupun perempuan.

1.6.4 Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini terdiri dari sumber data primer dan sumber data sekunder. Sumber data primer diperoleh dari situs *reps-id.com* periode Juli 2017-Juli 2018. Sedangakan sumber data sekunder merupakan sumber data tambahan berupa dokumentasi; buku, jurnal, artikel, berita, atau referensi lainnya yang relevan dengan penelitian ini.

1.6.5 Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan memilih sejumlah rubrik yang berkaitan dengan tema penelitian, khususnya yang langsung mengarah pada pembagian gender spesifik (laki-laki dan perempuan) dalam pendisiplinan tubuh yaitu kolom Program, Training dan Figure dari rubrik *Men's Fitness* dan *Women's Fitness*. Kemudian peneliti juga menulis dan menyortir kembali daftar artikel yang akan dijadikan data penelitian dari situs *reps-id.com* selama periode yang telah ditentukan. Selain itu, pengumpulan data melalui dokumentasi juga digunakan untuk memperoleh data-data penunjang terkait topik penelitian yang didapatkan dari buku, jurnal, artikel, dan sumber-sumber lainnya.

1.6.6 Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis wacana Foucault (*Foucauldian Discourse Analysis* atau FDA). FDA menjadi metode yang sesuai untuk digunakan dalam penelitian yang berkaitan dengan olahraga dan tubuh, khususnya yang bersifat teks media, termasuk teks media populer, materi visual dan internet (Markula & Silk, 2011 : 133). FDA dapat digunakan untuk melihat narasi tertentu dalam wacana, termasuk hal apa yang dominan dalam suatu teks dan efek apa yang ditimbulkan.

Penelitian ini akan mencari bagaimana mekanisme pendisiplinan pria dan wanita pada situs pembentukan tubuh melalui wacana fitness

guna melihat formasi diskursifnya. Perspektif politis dari analisis wacana Foucault adalah mengasumsikan bahasa sebagai instrumen utama, yang mana hal ini tidak hanya didefinisikan oleh konten semata. Namun juga pada pernyataan diskursif dalam bahasa yang mencakup tindakan, kegiatan, dan orang-orang yang menjadi pembicara atau *speakers* di dalam wacana tersebut (Cataldi, 2004 : 64). Menurut Foucault, institusi dan pemerintahan menggunakan bahasa dan wacana untuk mengontrol masyarakat.

Analisis wacana Foucault mencakup proses arkeologi dan genealogi. Menurut Foucault, secara arkeologi, peneliti harus mengidentifikasi apa saja objek, pengucapan atau deklarasi (*enunciations*), konsep dan teori yang mengungkapkan praktik diskursif tertentu (Markula dan Pringle, 2006). Tugas peneliti di sini adalah untuk mengidentifikasi objek-objek tersebut, deklarasinya, konsep dan teori yang mendefinisikan bagaimana kita memahami praktik fitness di media Reps ID. Dalam proses arkeologi untuk menganalisis wacana fitness, pertama peneliti perlu mencari apa saja topik spesifik yang umumnya digunakan tentang fitness, dan bagaimana fitness digambarkan dalam teks. Kedua, *enunciations* atau deklarasi. Untuk mengidentifikasi poin ini, peneliti perlu mencari bagaimana objek ini dibicarakan melalui siapa saja, dan tipe pernyataan seperti apa yang ditemukan. Pengetahuan mengenai fitness bisa dijumpai dalam berbagai budaya kontemporer dan disampaikan melalui penutur yang beragam. Ketiga, dalam analisis wacana ini, peneliti

mencari konsep apa yang dibangun dari deklarasi dan bagaimana konsep ini diorganisir. Konsep-konsep tersebut membentuk relasi kelompok yang mengarah pada wacana spesifik. Konsep spesifik dari fitness yang seperti apa yang muncul dari fitness dalam masyarakat kontemporer. Terakhir, secara arkeologi, peneliti perlu untuk mengidentifikasi formasi teoritis yang berkembang dari konsep-konsep yang ada, di mana hal ini menjadi cara-cara yang meregulasi probabilitas suatu wacana (Markula dan Pringle, 2006 : 130).

Tujuan dari analisis arkeologi Foucault ini bukanlah untuk menemukan pengetahuan yang 'benar' dari hal-hal yang kita temui di masyarakat atau mendebat berbagai pandangan individu mengenai pengetahuan ini. Arkeologi lebih menjadi analisis dari bagaimana pengetahuan dan wacana terjalin dalam praktik-praktik sosial sebagaimana dalam momen-momen historis dan konteks sosial tertentu. Proses arkeologi dapat dikatakan sukses ketika suatu penelitian dapat menunjukkan bagaimana larangan, eksklusi, pembatasan, nilai, kebebasan dan pelanggaran dari finess beserta segala manifestasinya terkait dengan praktik diskursif tertentu (Markula & Pringle, 2006).

Tahap kedua, adalah genealogi. Fungsi dari genealogi adalah mengungkap relasi dari produksi diskursif dari kebenaran dan kekuasaan. Apa yang kita ketahui tentang fitness sesungguhnya sudah bergeser melalui suatu distrupsi yang logikanya bertumbuh dalam lapisan-lapisan wacana yang berbeda. Hal-hal yang kita ketahui tentang fitness adalah

perspektif yang dibentuk oleh tahap-tahap yang dikonstruksi atau dipaksakan, dan bukan merupakan refleksi sesungguhnya dari pengetahuan fitness yang tercipta dari rangkaian ilmiah yang logis. Pengetahuan mengenai fitness juga bisa menjadi alat kekuasaan, sebuah bentuk dominasi, dan hal ini sangat berpotensi menjadi bahaya bagi sebagian orang. Genealogi bertujuan untuk melihat hal-hal yang dekat dengan kita -seperti tubuh, aktivitas fisik, gaya hidup sehat dan diet- terikat dengan relasi kuasa dan bagaimana hal-hal tersebut disambungkan dengan wacana. Genealogi fitness berfokus pada relasi kuasa dalam produksi wacana yang menekankan 'kebenaran' mengenai fitness. Tahap ini akan menunjukkan bagaimana kuasa memberi jejak pada tubuh dan praktik latihan tubuh sehari-hari melalui produksi pengetahuan fitness (Markula & Pringle, 2006). Pada tahap genealogi juga hasil dari penelitian yang dipaparkan di bab sebelumnya, akan dikaitkan dan dianalisis dengan teori biopower dan relasi kuasa yang dicetuskan oleh Foucault.

Adapun rincian dari tahapan-tahapan dalam analisis ini (arkeologi dan genealogi) akan dilakukan sebagaimana dijabarkan melalui tabel berikut;

Arkeologi		
No.	Tahapan	Penjelasan
1.	Objek Analisis	Terdiri dari (1) *authority of delimitation*, yaitu bagaimana wacana fitness dalam lingkup yang lebih besar yaitu wacana kesehatan (2) *surface of emergence*, yaitu mengungkap ide mengenai makna-makna yang muncul dalam wacana (3) *grids of spesification*, yaitu spesifikasi yang dimunculkan dalam teks.
2.	Deklarasi (*Enunciations*)	Mengungkap siapa saja penutur wacana dan seperti apa wacana dibicarakan.
3.	Konsep	Terdiri dari rangkaian, koeksistensi, dan bentuk-bentuk intervensi teks dalam wacana.
4.	Strategi Formatif	Terdiri dari titik difraksi, titik determinasi, dan fungsi otoritas dalam wacana fitness di teks media.
Genealogi		
1.	Penghubungan dengan relasi kuasa	Bagaimana praktik sehari-hari dalam wacana fitness diwujudkan melalui mekanisme teks dan dikaitkan dengan teori biopower.

Sumber : Foucault (dalam Cataldi, 2004) dan Markula & Silk (2011: 133)

1.6.7 Kualitas Penelitian

Kriteria kualitas penelitian bergantung dari paradigma penelitian yang digunakan. Penelitian ini menggunakan kritis, sehingga dalam penelitian ini menggunakan beberapa kriteria penelitian berdasar kriteria dalam paradigma kritis. Kriteria penelitian yang layak dalam paradigma ini adalah; keterposisian historis penelitian (yaitu pertimbangan gejala awal sosial, politik, budaya, ekonomi, etnis, dan gender dari situasi yang diteliti), batas yang memungkinkan tindakan penelitian dalam mengikis

ketidaktahuan dan kesalahpahaman, dan batas yang dapat dijangkaunya untuk menciptakan stimulus yang mendorong dilakukannya tindakan yaitu mengubah struktur yang ada (Guba & Lincoln, 2009 : 141).