

BAB III

ARKEOLOGI : DISIPLIN TUBUH MELALUI FITNESS DI SITUS REPS ID

Bab ketiga ini akan memaparkan data yang diperoleh peneliti dari sumber-sumber data penelitian yaitu situs Reps ID sebagai data utama, serta literatur lain yang berkaitan dengan tema ini sebagai data pendukung. Pada bab ini, peneliti akan memaparkan hasil dari kumpulan data yang diteliti berupa mekanisme pendisiplinan tubuh yang dilakukan oleh Reps ID melalui teks media kepada laki-laki dan perempuan. Adapun metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis wacana Foucault atau Foucauldian Discourse Analysis (FDA) yang terbagi menjadi proses arkeologi dan genealogi. Pada bab ini, peneliti akan menjabarkan proses arkeologi dalam empat tahap; objek analisis, deklarasi, konsep, dan strategi formatif.

Dalam proses analisis arkeologi, peneliti harus mengidentifikasi objek dalam kajian fitness, pengucapan atau deklarasi (*enunciations*), serta konsep dan teori yang mengungkapkan praktik diskursif tertentu dalam teks media yaitu Reps ID. Selanjutnya, dilakukan proses analisis genealogi yang mengungkap relasi produksi diskursif dari kebenaran dan kekuasaan pada bab IV. Genealogi bertujuan untuk melihat hal-hal yang dekat dengan kita (dalam hal ini tubuh, aktivitas fisik, gaya hidup sehat, fitness) terikat dengan relasi kuasa dan bagaimana hal-hal tersebut disambungkan dengan wacana. Tahap ini nantinya akan menunjukkan bagaimana kuasa memberi jejak pada tubuh dan praktik latihan tubuh sehari-hari melalui produksi pengetahuan fitness (Markula & Pringle, 2006 : 131).

Berikut merupakan hasil dari olahan analisis peneliti dalam mengklasifikasi mekanisme teks melalui rubrik-rubrik fitness yang berkaitan dengan disiplin tubuh laki-laki dan perempuan dalam situs Repts ID berdasarkan tahapan arkeologi.

3.1 Tahap 1 : Objek Analisis

Pada tahap awal dari proses arkeologi, peneliti perlu untuk mengidentifikasi objek analisis terlebih dahulu. Dalam hal ini, objek analisisnya adalah fitness. Untuk melihat bagaimana objek ini didefinisikan, perlu melihat bagaimana ia dikonstruksi melalui teks yang ditampilkan. Identifikasi objek analisis dalam tahapan arkeologi Foucauldian Discourse Analysis (FDA) bertujuan untuk mengidentifikasi informasi dalam produksi teks yang memengaruhi suatu wacana. Dalam tahap ini, peneliti akan melihat bagaimana teks dideskripsikan melalui tiga langkah; (1) *authority of delimitation*, melihat suatu objek dari wacana yang lebih luas, karena suatu wacana sesungguhnya adalah kumpulan dari pengaruh sosial politik di masyarakat, maka proses ini berfungsi untuk mengungkap mekanisme dari praktik sosial mengenai objek (dalam hal ini adalah fitness) yang ada dalam hal perilaku, norma, sistem pemikiran melalui teks (2) *surface of emergence*, yaitu mengungkap ide mengenai makna-makna yang muncul dalam wacana (3) *grids of specification*, yaitu spesifikasi yang muncul dari teks. Artinya, dengan melihat representasi yang diproduksi oleh media, hal ini akan mengungkap kepada siapa dan bagaimana wacana dalam suatu teks disampaikan. Sebab teks ditujukan kepada audiens tertentu, kita akan bisa mengidentifikasi siapa sebenarnya anggota dari komunitas wacana tersebut (Cataldi, 2004 : 73-76).

3.1.1 Identifikasi Fitness dalam Wacana Kesehatan

Markula dan Pringle (2006 : 52), mengemukakan cara mengidentifikasi objek analisis dalam teks ketika riset mengenai budaya fisik atau *physical culture*, khususnya fitness, yaitu bagaimana kita mengetahui fitness yang baik dan ideal melalui konstruksi yang dibangun oleh teks dalam *Foucauldian Discourse Analysis* (FDA). Tahap ini akan melihat bagaimana mekanisme teks dikonstruksi dalam wacana yang lebih luas, yaitu kesehatan. Dalam Repts ID, teks mengkonstruksi fitness sebagai aktivitas pendisiplinan tubuh dengan setidaknya dua tujuan; kesehatan dan pembentukan tubuh. Kedua hal ini juga yang menjadi pemaknaan umum dalam praktik sosial yang ada di masyarakat mengenai fitness.

Teks Repts ID menempatkan wacana fitness sebagai sebuah produksi dan reproduksi informasi mengenai aktivitas untuk mencapai kesehatan individu melalui gerakan-gerakan tubuh dan gaya hidup sehat. Dari wacana fitness yang diangkat oleh Repts ID dalam rubrik Men's Fitness dan Women's Fitness, peneliti dapat menemukan salah satu pernyataan yang dibentuk dalam wacana mengenai sehat, bahwa sehat adalah terhindar dari sakit. Dalam hal ini, fitness atau aktivitas fisik terkait, dilihat sebagai suatu upaya untuk menghindari sakit atau memulihkan tubuh dari penyakit. Fitness dianggap sebagai sebuah konstruksi multidimensional yang mencakup komponen-komponen berbeda seperti ketahanan kardiovaskular, kekuatan otot, fleksibilitas dan koordinasi motorik. Namun, lebih jauh lagi, fitness secara umum ditujukan untuk dua hal, yaitu performa dan kesehatan. Fitness yang

bertujuan performa merujuk kepada komponen fitness untuk mengoptimalkan performa tubuh seperti kelincahan, keseimbangan, koordinasi, kekuatan, waktu reaksi, dan kecepatan, sedangkan fitness yang terkait dengan kesehatan merujuk kepada komponen yang langsung terkait dengan status kesehatan, seperti kardio respiratory, ketahanan tubuh, kekuatan otot, fleksibilitas dan komposisi tubuh (Haugen et. al, 2013).

Secara umum, Repts ID dalam mekanisme pendisiplinan tubuh mengkonstruksi 'sehat' sebagai suatu tanggung jawab pribadi individu, bukan orang lain. Sehingga, teks yang dikonstruksi cenderung mempromosikan aktivitas pendisiplinan yang dapat dilakukan dan dikontrol oleh masing-masing individu. Beberapa penelitian sebelumnya juga mengungkap bahwa menjaga kesehatan diposisikan murni sebagai tanggungjawab individu. Hal inilah yang kemudian menjadi pembenaran di masyarakat. Sehingga kegagalan seseorang untuk menjaga kesehatan akan dikaitkan dengan ketidakmauannya untuk berupaya menjaga kesehatan dirinya, atau ada keinginan yang tidak disadari untuk menjadi sakit (Sparks dalam Bresler, 2004 : 66). Untuk itu, individu yang sakit akan cenderung disalahkan, sebab mereka dianggap malas untuk melakukan latihan, atau menjaga kesehatan fisik dengan cara tertentu. Di sisi lain, orang yang memiliki tubuh sehat dan fit, secara kultural diasosiasikan dengan karakteristik moral yang positif, seperti memiliki kekuatan dan kontrol diri yang baik, status yang tinggi, sejahtera, mudah beradaptasi dan sukses. Sementara orang yang kurang mampu menjaga kesehatan dan melakukan kebiasaan buruk seperti merokok,

dan sebagainya, dianggap gagal dalam tanggung jawab personalnya untuk menjaga tubuh agar tetap sehat (Dworkin & Wachs dalam Zajac, 2011 : 17).

Reps ID dalam hal ini juga menyediakan laman *fitness tools* sebagai suatu mekanisme teks yang memungkinkan pembaca untuk mengukur status kesehatannya sendiri dalam hal lemak tubuh, kebutuhan energi dan makronutrisi yang dibutuhkan tubuh. Hal tersebut dapat dilakukan dengan cara memasukkan informasi diri mengenai tubuh, seperti; tinggi dan berat badan, usia, gender, dan beberapa informasi lainnya sesuai kebutuhan penghitungan. Dengan adanya kolom tersebut, pembaca dapat melakukan kontrol terhadap tubuhnya berdasarkan hitungan yang dianggap layak dari teks dengan basis pengetahuan kesehatan yang direproduksi media, sehingga di sinilah muncul mekanisme *self surveillance* terhadap tubuh melalui wacana fitness yang berkaitan dengan kesehatan.

Gambar 5

The image displays a web-based fitness tool interface. On the left, there are input fields for various body measurements. At the top, 'Weight: 48' is shown with radio buttons for 'Pounds' and 'Kg' (selected). Below it, 'Age: 24' is entered in a text box. The 'Men Only' section includes 'Chest: 0 mm' (with a note: 'A diagonal fold halfway between the axillary line and nipple.') and 'Abdomen: 0 mm' (with a note: 'A vertical fold 2cm to the side of the umbilicus.'). The 'Women Only' section includes 'Thigh: 0 mm' (with a note: 'A vertical fold midway between inguinal crease and proximal border of patella.'), 'Triceps: 33 mm' (with a note: 'A vertical fold midway between shoulder and elbow.'), 'Waist: 25 mm' (with a note: 'A diagonal fold above iliac crest along anterior axillary line.'), and 'Thigh: 35 mm' (with a note: 'A vertical fold midway between inguinal crease and proximal border of patella.'). On the right, the 'BMR CALCULATOR' section explains that the Basal Metabolic Rate is calculated using the Harris-Benedict equation (created in 1919). It contains input fields for 'Enter Your Height: 5 ft 0 in', 'Enter Your Weight: 48 kilograms', 'Enter Your Age: 24', and 'Enter Your Gender: Female'. There are 'Calculate' and 'Reset' buttons. Below these, the 'Results:' are displayed as '1284 kcal per day'.

Measurement	Value	Unit
Weight	48	Kg
Age	24	Years
Chest (Men Only)	0	mm
Abdomen (Men Only)	0	mm
Thigh (Women Only)	0	mm
Triceps (Women Only)	33	mm
Waist (Women Only)	25	mm
Thigh (Women Only)	35	mm

Input	Value
Enter Your Height	5 ft 0 in
Enter Your Weight	48 kilograms
Enter Your Age	24
Enter Your Gender	Female

Results	Value
Basal Metabolic Rate	1284 kcal per day

Macronutrients Calculator

Weight Kilograms

Results

Calories	1267-1478 total calories
Protein	111-129 grams
Carbs	142-166 grams
Fat	28-33 grams

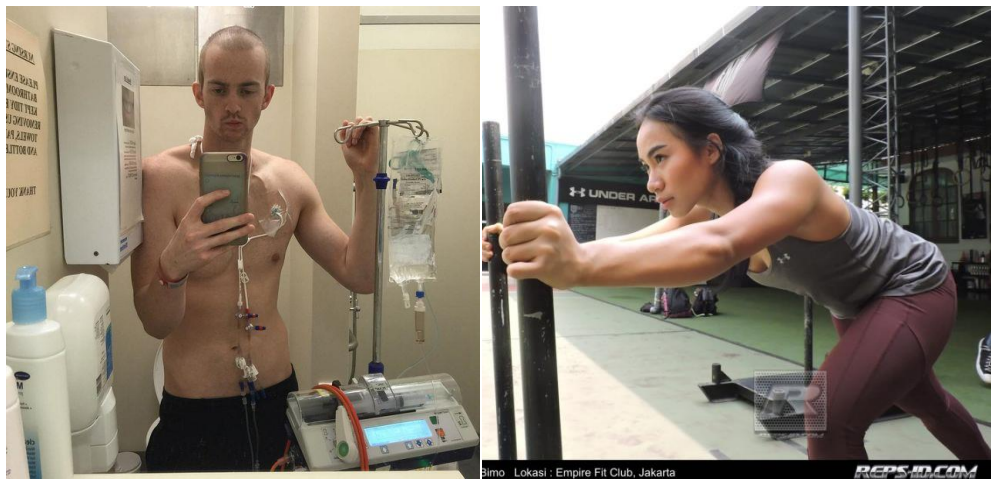
Fitness Tools di Reps ID (dari reps-id.com/fitness-tools)

Pemaknaan fitness yang berkaitan dengan kesehatan di media Reps ID menjadi sedikit berbeda ketika telah diklasifikasi ke dalam gender. Pada rubrik *Men's Fitness*, artikel yang mengangkat fitness dalam rangka berorientasi pada kesehatan, Reps ID mempromosikan pentingnya bentuk tubuh maskulin, sebagaimana ditemukan pada artikel berjudul, “*Dengan Fitness, Pria Ini Kalahkan Penyakit Kanker*”. Sedangkan, pada rubrik *Women's Fitness*, konsep fitness yang berorientasi pada kesehatan salah satunya ditemukan pada artikel dengan judul, “*Beverly; Saya Ingin Ubah Mindset Takut Makan Pada Wanita*” yang mempromosikan pola makan untuk perempuan dan asumsi tentang ketakutan wanita akan tubuh berotot.

Pada kedua artikel tersebut, Reps ID sebagai media fitness berupaya untuk menyampaikan wacana fitness sebagai salah satu terapi dari penyakit atau latihan fisik yang ditujukan untuk kepentingan kesehatan. Pada kasus James seorang penyintas kanker, fitness dilakukan sebagai proses perlawanan terhadap penyakit yang dideritanya. Dengan berbagai macam terapi selama berbulan-bulan, James mengalami perubahan bentuk tubuh yang signifikan. Fitness dijadikan aktivitas fisik untuk memperoleh kembali tubuhnya yang berotot dan kekar, sehingga ia kembali mendapatkan ‘identitas maskulin’-nya

pasca perawatan kesehatan. Sedangkan pada kasus Beverly, ia sebelumnya mengalami pengawasan diri atau *self surveillance* dari dalam dirinya akan kegemukan yang membuatnya takut makan, sehingga mengalami anoreksia. Selain melakukan fitness, Reps ID juga memaparkan upaya lain dari Beverly untuk membenahi kondisi tubuhnya yaitu dengan menjaga pola makannya.

Gambar 6



James yang menjadi survivor kanker dan Beverly mantan penderita anoreksia
(sumber : reps-id.com)

Teks Reps ID melalui konsep sehat ini mendefinisikan fitness sebagai suatu aktivitas untuk melawan penyakit yang disisipi dengan kepentingan pendisiplinan tubuh demi keberlangsungan hidup industri fitness. Hal ini ditemukan dalam penekanan-penekanan pada aspek upaya pendisiplinan atau pembentukan tubuh melalui aktifitas fitness. Pada James, seorang penyintas kanker, Reps ID menggunakan istilah-istilah yang merujuk pada transformasi tubuh dan ketahanan seorang laki-laki dalam proses penyembuhan dan menjadikannya memiliki identitas tubuh maskulin seperti kekar dan berotot.

Kekar dan berotot adalah dua konsep penting dalam pendisiplinan tubuh dan *body image* laki-laki dalam konstruksi maskulin tradisional. Artinya, meskipun teks pada pendisiplinan tubuh laki-laki ini mempromosikan suatu mekanisme untuk menjaga kesehatan, namun yang menjadi sorotan adalah otot dan identitas maskulin itu sendiri. Hal ini sesuai dengan gagasan Carroll (2003: 59) mengenai fitness dan *bodybuilding*, yang mana bidang ini memberi perhatian kepada transformasi diri, di mana metamorfosis terjadi melalui pembentukan otot, merepresentasikan maskulinitas yang modern, ideal dan fundamental dalam perubahan waktu dan sosial dan kultural.

Sedangkan pada Beverly, di mana tema kesehatan kurang lebih berbicara tentang pola makan dan latihan, sorotan yang diberikan pada teks cenderung berbeda. Wacana fitness bagi perempuan, yang direpresentasikan dalam artikel mengenai Beverly, memproduksi pemahaman serta mengamini adanya anggapan di masyarakat mengenai ‘takut berotot’ dan ‘takut makan’ bagi perempuan. Perempuan dianggap merasa takut untuk memiliki otot yang kuat dan besar, serta pola makan yang mungkin akan mengakibatkan kegemukan. Rasa takut inilah yang kemudian diproduksi dan direproduksi kembali oleh teks untuk menekankan kepada wanita demi menjaga pola makan (agar tidak mengalami anoreksia seperti Beverly dalam artikel tersebut) serta ketakutan akan memiliki tubuh berotot yang membuatnya mungkin terlihat tidak menarik. Rasa takut dan kecemasan mengenai kesehatan dalam hal ini sangat berperan sebagai sistem kontrol tubuh (Williams, 2003 : 33). Penekanan-penekanan teks mengenai disiplin tubuh

pada perempuan yang berkaitan dengan kesehatan, cenderung tidak dikaitkan dengan identitas femininnya, melainkan lebih kepada rasa takut dan kecemasan akan ketidakmampuan individu tersebut untuk menjaga tubuh secara moral. Hal tersebut juga diperkuat oleh stereotip di masyarakat mengenai pola makan dan bentuk tubuh tertentu bagi perempuan, yang secara terus-menerus diulang dan akhirnya dianggap sebagai suatu kebenaran.

Dari anggapan di masyarakat semacam inilah wacana fitness yang diusung oleh media fitness seperti Reps ID mendapatkan ruang kepercayaan dari pembacanya dalam hal mengontrol keaktifan tubuh. Hal ini sangat berguna bagi media sebagai mekanisme untuk mengkonstruksi pemahaman akan pendisiplinan melalui teks dalam hal pola penjagaan kesehatan individu dan publik pada umumnya. Dengan adanya pengetahuan yang diproduksi dan direproduksi oleh media, fitness akhirnya bukan lagi menjadi satu bentuk kegiatan mempertahankan kesehatan melalui aktivitas fisik. Fitness yang berkaitan dengan kesehatan akhirnya beralih fungsi menjadi suatu teknik pendisiplinan yang ‘mengoreksi’ individu yang menciptakan keberagaman yang terorganisir dengan cara menormalisasi perbedaan tubuh individu melalui wacana kesehatan (Markula & Pringle, 2006 : 70).

3.1.2 Pemaknaan Fitness dalam Teks Reps ID

Selanjutnya, dalam mengidentifikasi objek analisis ada tahapan *surface of emergence*, yaitu mengungkap ide mengenai makna-makna yang muncul dalam wacana. Untuk itu, dalam tahap ini peneliti akan mendeskripsikan pemaknaan apa saja yang muncul dari teks Reps ID mengenai fitness. Dari

data-data yang dianalisis, ada beberapa definisi atau pemaknaan mengenai fitness yang muncul dari teks yang ditampilkan oleh Reps ID, di antaranya sebagai berikut;

3.1.2.1 Aktivitas Menuju *Docile Body*

Fitness dalam teks Reps ID dimaknai sebagai sebuah aktivitas untuk membentuk tubuh yang patuh dalam wacana dominan. Dengan menghadirkan sejumlah resep latihan bagi bagian-bagian tubuh tertentu pada laki-laki dan perempuan, Reps ID mencoba untuk menormalisasi aktivitas fisik tersebut sebagai suatu upaya menjaga kesehatan publik. Foucault (dalam Young, 2014 : 206) mengibaratkan tubuh orang-orang yang patuh seperti sepasukan prajurit militer, yang didisiplinkan tubuhnya secara massal. Dalam hal ini, Reps ID menormalisasi latihan fitness yang ada secara masif kepada pembacanya, untuk membentuk suatu tubuh yang dianggap sebagai *docile bodies* melalui teksnya.

Docile body atau tubuh yang patuh merupakan suatu hasil konstruksi atas tubuh dan seksualitas yang diinginkan masyarakat. Dalam konsep ekonomi kapitalis, individu harus merelakan diri untuk mengikuti permintaan pasar mengenai tubuh yang patuh ini. *Docile body* juga merupakan produk tubuh yang sifatnya berbasis gender, artinya ini berbeda antara laki laki dengan perempuan (Miles, 2006 : 188). Hal inilah yang ditampilkan pula oleh Reps ID. Tubuh sebagai produk dari mekanisme pendisiplinan media, diklasifikasikan menurut gender; laki-laki dan perempuan, dengan bagian-

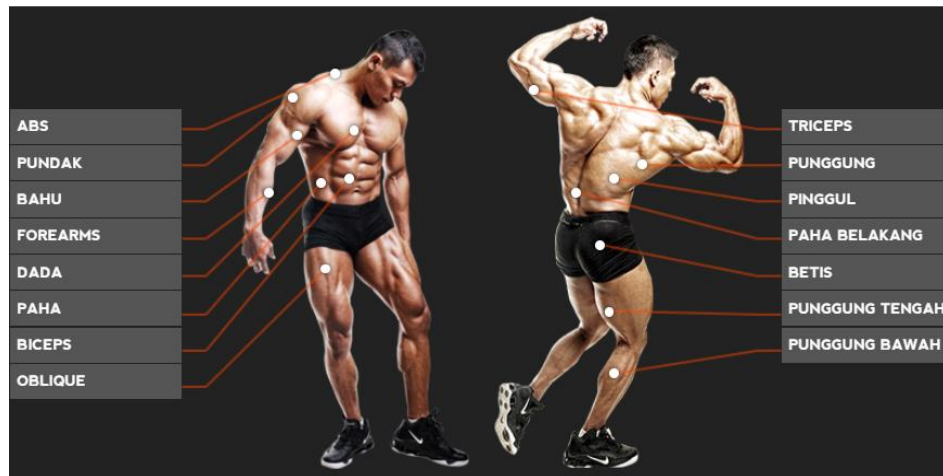
bagian berbeda yang menjadi penekanan disiplin serta tujuan yang berbeda pula.

Gambar 7



Gambaran umum kolom Training dan titik-titik pendisiplinan tubuh pada rubrik Women's Fitness (sumber : <http://reps-id.com/women-fitness/training-log/> diakses pada 2 September 2018)

Gambar 8



Gambaran umum kolom Training dan titik-titik pendisiplinan tubuh pada rubrik Men's Fitness

(sumber : <http://reps-id.com/men-fitness/training-log/> diakses pada 2 September 2018)

Kedua gambar di atas merupakan gambaran utama dari *body image* yang dikategorikan sebagai *docile body* atau yang diharapkan untuk dicapai

bagi laki-laki dan perempuan ketika melakukan aktivitas fitness. Fitness, erat kaitannya dengan *body image* dan status sosial di masyarakat. *Body image* sangat mungkin dibentuk dari interaksi antara faktor-faktor sosial dan budaya yang kemudian menjadi norma ideal dari tubuh manusia (Folkwein, 1998 : 155). Teknik pendisiplinan melalui aktivitas fitness ini mekanismenya berbeda; memperlihatkan sisi kekuatan dan maskulinitas pria dewasa (bukan lagi anak-anak) bagi laki-laki, sedangkan bagi perempuan lebih menampilkan detail yang mencakup; ukuran dan lekuk tubuh, termasuk postur, gestur, ruang, dan penampilan (Shogan, 2001 : 56).

Secara umum, model yang ditampilkan dalam teks Reps ID menampilkan seorang laki-laki dengan warna kulit sedikit gelap atau *tanned*, tubuh berotot besar dan kencang di bagian-bagian tangan, kaki, dada, di bagian depan dan belakang. Sedangkan untuk perempuan, yang ditampilkan adalah perempuan berkulit (relatif lebih) putih dengan tubuh cenderung lebih kecil, perut rata, paha yang tidak bergelambir, dan beberapa lekuk otot di lengan, namun tidak sebesar pada gambaran laki-laki. Dalam hal ini, perempuan masih dihadapkan oleh kondisi di mana jika membentuk otot, tidak bisa lebih ‘perkasa’ daripada laki-laki, serta tirani kelangsingan, di mana perempuan dilarang untuk menjadi ‘besar’ sebab mereka seharusnya mengambil ruang sekecil mungkin (Bartky, 1990 : 73).

Selain representasi *body image*, pose yang ditampilkan pada kedua gambar di kolom *Training* pun tampak berbeda pada laki-laki dan perempuan. Pada rubrik perempuan atau *Women's Fitness*, pose yang ditampilkan model

menampakkan sinyal-sinyal untuk menunjukkan sisi atraktif dari tubuh. Menurut kajian mengenai gestur dan bahasa tubuh, pose perempuan yang mengangkat tangan hingga ke rambut, dinilai sebagai suatu pose untuk menunjukkan kepada lelaki bahwa dirinya *fancy* dan peduli terhadap penampilan. Dengan pose mengangkat tangan hingga ke rambut dan menunjukkan bagian ketiak, juga dianggap sebagai menampakkan aroma seksualitas kepada laki-laki sebagai targetnya (Allan & Pease, 2004 : 293). Selain itu, pose pinggul yang dimiringkan bermakna sinyal berbeda dan kuat untuk menampakkan seksualitas, karena laki-laki tidak bisa menampakkan sisi ini. Memiringkan pinggul digunakan sejak sekian lama dalam periklanan untuk mempromosikan barang dan jasa dengan model perempuan (Allan & Pease, 2004 : 297). Sedangkan pada laki-laki di kolom *Training*, pose yang ditampilkan mendeskripsikan sosok laki-laki berotot (*muscularity*) dan menampilkan sisi-sisi keperkasaan (Allan & Pease, 2004 : 315).

Dari pembahasan di atas, dapat dianalisis bahwa fitness menjadi sebuah aktivitas pendisiplinan menuju tubuh yang patuh, di mana aktivitas ini memberikan penekanan kepada kedua gender, namun lebih banyak kepada perempuan. Ada proses simultan dari sisi sosialisasi, seksualisasi, dan subjektifikasi, di mana perempuan diminta untuk mempelajari bagaimana proses untuk memiliki tubuh yang patuh. Perempuan harus menarik secara fisik dan terkontrol secara emosional, karena nantinya memiliki peran untuk membesarkan anak (Miles, 2006 : 188). Di sisi lain, perempuan juga harus memiliki daya tarik seksual untuk memenuhi *public pleasure* demi masuk

dalam kategori tubuh yang patuh. Sedangkan fitness bagi laki-laki, cenderung dimaknai sebagai suatu upaya untuk membentuk tubuh yang patuh, di mana *docile body* yang diharapkan merujuk pada tubuh yang menunjukkan kekuasaan, serta memperluas ruang gerak sebagai individu yang memiliki posisi di ruang publik.

3.1.2.2 Sarana Tranformasi Tubuh

Selanjutnya, fitness juga dimaknai sebagai sebuah kegiatan yang menjadi sarana tranformasi tubuh. Reps ID memberikan apresiasi atau pujian dalam teksnya, terhadap mereka yang melalui sejumlah proses transformasi untuk mencapai *docile body*. Fitness, dalam hal ini menjadi sebuah sarana utama dalam membantu laki-laki dan perempuan bertransformasi dari *body of condemned* atau tubuh yang terkutuk menuju *docile body* atau tubuh yang patuh. Transformasi personal dalam fitness mendapat ruang yang istimewa terutama dalam hal menarik lawan jenis secara seksual (Gauntlett, 2002 : 106).

Mekanisme teks dalam mendefinisikan fitness sebagai sarana transformasi salah satunya adalah dengan menampilkan foto *before-after*. Sebab industri fitness dan *bodybuilding* memberi perhatian pada transformasi tubuh yang didisiplinkan, maka akan menjadi penting bagi Reps ID untuk menampilkan cerita atau ilustrasi transformasi tersebut demi memberi gambaran konsep ‘ideal’. Strategi yang ditampilkan oleh Reps ID dalam membentuk tubuh ‘ideal’ dalam wacana fitness adalah menampilkan ilustrasi transformasi sosok-sosok yang memiliki tubuh yang patuh yaitu seksi

(ramping dan kencang) bagi perempuan, kekar, atletis dan berotot bagi laki-laki. Ilustrasi ini menampilkan foto sebelum dan sesudah melalui proses pendisiplinan tubuh dalam fitness, baik melalui latihan fisik atau konsumsi makanan tertentu, sehingga kedua sisi akan terlihat kontras dan pembaca dapat melihat suatu perbedaan yang signifikan, baik pada laki-laki dan perempuan. Foto sebelum, dikonstruksi sebagai tubuh yang tidak patuh (bukan *docile body* atau *body of condemned*), sementara foto sesudah merupakan gambaran *body image* yang disebut sebagai ‘ideal’ oleh media. Cara seperti ini telah banyak dilakukan sebelumnya dalam media dan iklan-iklan yang bertujuan untuk menawarkan suatu narasi transformatif yang mengejutkan, di mana perbedaan antara tubuh laki-laki dan perempuan yang pada akhirnya merujuk kepada refleksi standar kecantikan, femininitas dan maskulinitas (Moore, 2014 : 54).

Transformasi yang digambarkan oleh Reps ID dimaknai sebagai suatu bentuk *self improvement* dalam fitness. Spitzak (Duncan, dalam Wiley, 2008: 132) membahas bagaimana teori dari Foucault mengenai bagaimana kuasa beroperasi dalam hidup kita ketika *self improvement* menjadi suatu makna penting. Ia memastikan bahwa seseorang menginternalisasi standar publik dari perilaku melalui model dari dogma dan disiplin diri. Pembaca dari cerita ‘sukses’ yang dimuat di media, mereka seolah-olah seperti melihat orang yang bertaubat dari suatu dosa, lalu melihat cahaya dan sekarang terselamatkan. Dalam hal ini, Reps ID menyajikan sosok-sosok dengan ‘kisah sukses’ dalam transformasi tubuh menjadi seksi, kekar, atletis, membuat seolah-olah

pembaca yang berada dalam kondisi tidak ideal sebagai ‘pendosa’. Mereka belajar suatu pelajaran mengenai memenuhi ekspektasi publik untuk menjadi ideal di mata publik dengan adanya ‘rasa berdosa’ (Duncan, dalam Wiley, 2008: 132) yang dikonstruksi media terhadap tubuh mereka.

Hal ini menjadi pembenaran bagi teks dari Reps ID untuk menjadikan fitness sebagai suatu sarana transformasi tubuh. Sebab, tubuh bukanlah sekadar objek dari latihan, namun juga merupakan alat simbolik fundamental bagi orang-orang di dalamnya untuk menyetujui suatu definisi dari situasi yang ada. Definisi tubuh tidak dibentuk begitu saja oleh suatu institusi seperti media, *gym* atau industri fitness, tapi juga secara terus-menerus berubah dan dinegosiasikan oleh masyarakat. Sebab tubuh juga menjadi suatu mekanisme identitas. Sehingga kepatuhan tubuh ini tidak hanya diterapkan begitu saja, tetapi juga ‘dipilih’ oleh individu (Featherstone, 2000 : 235). Dengan adanya transformasi yang ditampilkan oleh Reps ID, berarti individu di dalamnya pun telah melalui proses ‘memilih’ suatu bentuk kepatuhan bagi tubuhnya.

Gambar 9



Fitness sebagai sarana transformasi tubuh (sumber : reps-id.com)

3.1.2.3 Ekspresi Identitas

Fitness dalam teks yang dikonstruksi oleh Reps ID selanjutnya dimaknai sebagai suatu ekspresi identitas. Modernitas dalam wacana fitness berkaitan dengan individualisasi dan *self regulation*, di mana disiplin diri akan membentuk identitas individu (Bauman dalam Higgs & Jones, 2009 : 34). Dari perspektif analisis wacana, identitas merupakan suatu proses yang terjadi secara terus menerus melalui interaksi sosial, khususnya dalam hal bahasa dan komunikasi. Suatu wacana mengkonstruksi identitas sosial dengan cara mendefinisikan kelompok, ketertarikan kelompok, posisi mereka dalam kehidupan bermasyarakat, serta relasi dengan kelompok lain. Konstruksi identitas merupakan proses diferensiasi, deskripsi dari suatu kelompok dan menjadi ‘pemisah’ dengan yang lain (Wodak dalam Ainsworth, 2001 : 3).

Dari segi konstruksi budaya, kita mengenal identitas maskulin dan feminin dalam kategori gender. Dengan membagi fitness ke dalam *Men’s Fitness* dan *Women’s Fitness*, Reps ID telah melakukan suatu bentuk upaya dalam mendikotomi identitas sekaligus peran gender melalui wacana fitness. Menampilkan bentuk-bentuk pendisiplinan melalui pembagian gender juga dapat dikategorikan sebagai mekanisme teks media untuk menormalisasi maskulinitas, femininitas, dan heteroseksualitas. Adanya dikotomi pembagian gender, menurut Dwarkin dan Wachs (2009 : 7) tidak hanya merupakan bagian dari *gender order* (suatu sistem terpola dari praktik ideologis dan material yang dilakukan oleh individu di masyarakat melalui relasi kuasa), namun juga merupakan *order* seksualitas terhadap norma gender untuk

memproduksi mitos heteroseksualitas. Bahwa laki-laki bersifat maskulin, perempuan bersifat feminin, dan keduanya adalah heteroseksual.

Identitas merupakan suatu konstruksi yang kompleks, dan gender bukanlah satu-satunya identitas dari individu. Etnisitas, kelas, usia, disabilitas, dan seksualitas juga termasuk identitas. Sebagian besar ada yang ditampilkan oleh Reps ID sebagai petanda, seperti; kelas sosial, usia, disabilitas dan seksualitas. Ada banyak hal yang memengaruhi identitas misalnya pendidikan, tempat tinggal di perkotaan atau pedesaan, latar belakang budaya, dan lain-lain (Gauntlett, 2002 : 13). Media umumnya jarang mengangkat isu usia, dan lebih berfokus pada perihal gender serta ras (Mumby dan Clair dalam Ainsworth, 2001 : 3). Terlebih dunia olahraga selama ini menjadi suatu konteks yang seringkali digunakan untuk menggeneralisir manusia berdasarkan ras mereka (Matheson, 2005 : 143). Bahasa yang digunakan media dalam teksnya, sangat mungkin berpotensi menggiring komunitas wacana kepada isu rasisme. Namun dalam konteks ini, Reps ID cenderung tidak menampilkan isu identitas etnisitas atau ras. Artinya, kecenderungan untuk mendiskriminasi maupun menampilkan suatu ras dan etnisitas lebih *powerful* dari yang lain, tidak ditemukan pada teks Reps ID.

Ekspresi identitas Reps ID cenderung lebih ditonjolkan pada gender, di mana mereka menawarkan identitas baru dari tubuh yang didisiplinkan melalui fitness bagi komunitas wacana. Hal ini dilakukan dengan memberikan penekanan-penekanan tertentu dengan kata-kata yang menarik pada ekspresi identitas tubuh maskulin dan feminin, seperti berotot, atletis, kekar pada tubuh

maskulin, serta seksi dan kencang pada tubuh feminin. Pada tahap ini, fitness menjadi suatu bentuk ekspresi identitas yang menampilkan keatraktifan tubuh individu sebagai nilai tambah. Adanya ekspresi identitas yang ditampilkan oleh Reps ID menyarankan cara berpikir kepada pembaca untuk memiliki gaya hidup tertentu melalui fitness yang kemudian membentuk teknologi diri seperti pengawasan diri terhadap aktivitas fisik atau pola makan, dan sebagainya.

3.1.3 Eksklusifitas Fitness

Hal berikutnya yang juga menjadi poin penting dalam melihat objek analisis fitness dalam analisis wacana Foucault adalah *grid of specification* atau spesifikasi yang muncul dari teks. Representasi yang diproduksi oleh media akan mengungkap bagaimana wacana disampaikan dan kepada siapa. Sebab teks media ditujukan kepada audiens tertentu. Sehingga, dari bahasan ini kita dapat mengidentifikasi siapa sebenarnya anggota dari komunitas wacana fitness di Reps ID. Untuk melihat spesifikasi pembaca fitness, peneliti menggunakan pendekatan penandaan atau disebut juga sebagai *markedness* dalam kajian struktur bahasa, yaitu di mana sesuatu elemen ditandai (*marked*) dan tidak ditandai (*unmarked*) dalam teks. Dalam kajian linguistik, sesuatu yang ditandai (*marked*) merujuk pada sesuatu yang memberikan arti spesial, di mana pilihan yang tidak ditandai, merujuk pada sesuatu yang dianggap normal.

Peneliti menemukan eksklusifitas dalam spesifikasi fitness. Artinya, ada beberapa elemen yang ditandai dalam teks atau diidentifikasi secara

khusus untuk membedakannya dari kategori anggota komunitas suatu wacana. Beberapa di antaranya adalah; penyandang disabilitas atau kecacatan, orang tua, dan orang-orang dengan tingkat kesejahteraan atau status sosial ekonomi yang rendah. Artinya, wacana fitness dalam media Reps ID ini ‘normalnya’ diperuntukkan bagi mereka yang bukan penyandang disabilitas atau cacat, orang-orang muda, serta mereka yang memiliki tingkat kesejahteraan atau status sosial ekonomi menengah ke atas.

Pertama, penyandang disabilitas atau kecacatan tubuh. Orang-orang yang memiliki tubuh cacat dan penyandang disabilitas diberi tanda atau *marked* dalam wacana fitness yang dibentuk oleh Reps ID. Tubuh orang yang difabel atau cacat biasanya tidak dimunculkan oleh media. Mereka secara simultan termarginalisasi dan tidak terlihat, sebab adanya penekanan budaya resiko dalam fitness (Ray & Sibara, 2017 : 36). Dalam sebagian wacana mengenai ketidakmampuan fisik atau disabilitas, seringkali disebutkan berbagai kekurangan yang kemudian mengeksklusi mereka dari partisipasi dari aktivitas sosial yang bersifat *mainstream* selama ini (Union of Physically Impaired Against Segregation dalam Oliver, 1996 : 22). Dalam hal ini, fitness dikategorikan sebagai aktifitas fisik sosial yang *mainstream*, dan direpresentasikan sebagai sesuatu yang tampak sulit untuk dilakukan oleh difabel atau penyandang cacat.

Orang-orang difabel atau memiliki kecacatan tubuh, diangkat dan ditandai oleh teks Reps ID sebagai mereka yang tetap berjuang melakukan fitness atau olahraga tertentu dalam keterbatasan. Artinya, orang-orang ini

mengalami pendisiplinan tubuh melalui relasi kuasa tertentu. Sebab manusia tidak pernah dan tidak akan pernah benar-benar independen, dan mereka akan selalu berada dalam lingkaran relasi kuasa (Anders, 2013). Di sisi lain, selama periode penelitian, terdapat beberapa artikel yang merepresentasikan tubuh penyandang disabilitas dan cacat dan pada *Men's Fitness* yang ditandai, namun tidak ada satu pun kategori yang sama muncul pada *Women's Fitness*. Sehingga perempuan difabel dan cacat dalam teks ini ditiadakan, dianggap tidak berdaya, atau tidak terlihat memiliki kemampuan untuk melakukan aktivitas fisik seperti fitness. Dengan adanya penandaan pada tubuh penyandang disabilitas dan cacat pada wacana fitness, hal ini menunjukkan bahwa fitness memiliki spesifikasi untuk ditujukan pada orang-orang yang bukan penyandang disabilitas dan kecacatan.

Gambar 10



(<http://reps-id.com/fitness/luke-disabilitas-bukan-halangan-untuk-menyerah/> diakses pada 19 November 2018)

Selanjutnya, Reps ID juga dalam teksnya memberikan penandaan pada tubuh orang tua dalam beberapa artikel. Tubuh dan *body image* dianggap sebagai pusat dari relasi sosial (Rose dalam Higgs & Jones, 2009 : 34), kemudian tubuh pada akhirnya menjadi permukaan impresi dan menjadi

perhatian. Dalam konteks ini tubuh yang berumur seringkali diinterpretasikan sebagai tanda kegagalan, sebagaimana diargumentasikan oleh Sannet (dalam Higgs & Jones, 2009 : 34), bahwa orang tua akan selalu berbanding lurus dengan ketidakbergunaan dirinya, di mana mereka tidak lagi dianggap menarik dan turun performanya, sehingga tubuh dan performanya tidak sebagus saat muda. Sejumlah stereotip negatif mengenai tubuh berumur (seperti; tidak efektif, ketergantungan pada orang lain, kurang aktif secara fisik lemah) seringkali dikaitkan dengan kemampuan fisik dan fitness (Muhlbauer & Chrisler, 2015 : 16). Namun, di era modern ini, banyak hal telah mengalami perubahan dan pergeseran. Salah satunya adalah, kita tidak bisa lagi mengindikasikan usia tua dengan sesuatu yang selalu 'dimuseumkan'. Sebab generasi kini berubah, tubuh yang 'berumur' akhirnya mengikuti habitus dari konteks sosial. Sehingga, muncul pula kajian-kajian mengenai fitness dan pendisiplinan tubuh terhadap orang-orang yang 'berumur'.

Tubuh orang tua atau orang yang berumur menjadi sesuatu yang ditandai dalam wacana fitness di Reps ID. Artinya, media ini menempatkan mereka yang berada di usia muda atau produktif sebagai anggota komunitas wacana. Hal ini juga selaras dengan pelaku fitness di Indonesia yang didominasi kelompok usia dewasa muda yaitu 25-34 tahun (sebanyak 46,3%), dan 18-24 tahun (sebanyak 36,2%), dan sangat jauh perbandingannya dengan prosentase mereka yang berada di usia tua (di atas 50 tahun) yaitu hanya 0,2%.

Wacana fitness, kerap dihubungkan dengan kesehatan, juga kesejahteraan dan harapan hidup. Dan orang-orang yang ‘berumur’, dapat sangat terkait dengan hal-hal tersebut mengingat kondisi fisik berubah-ubah seiring berjalannya waktu. Modernitas berkaitan dengan individualisasi dan *self regulation*, di mana disiplin diri akan membentuk identitas individu (Bauman dalam Higgs & Jones, 2009 : 34). Menghadirkan sosok orang tua (mereka yang berusia 50 tahun ke atas) memberikan kesan bahwa tubuh ‘berumur’, tidak selalu identik dengan kegagalan atau ketidakbergunaan ketika didisiplinkan. Sehingga, tubuh orang tua yang didisiplinkan melalui mekanisme wacana fitness di media, akan menjadikan dirinya memiliki identitas baru, yang seolah-olah sama seperti orang-orang muda dalam usia produktif.

Gambar 11



David Forden salah satu representasi orang tua yang dihadirkan oleh Reps ID (sumber : <http://reps-id.com/fitness/david-forden-berprestasi-tanpa-mengenal-usia/> diakses pada 21 Oktober 2018 pukul 10.58 WIB)

Namun representasi tubuh orang tua atau berumur ini hanya ditemukan pada *Men's Fitness* dan tidak berlaku pada *Women's Fitness*, sebab tidak satupun artikel mengenai tubuh wanita yang berusia lanjut ditampilkan dalam teks Reps ID. Industri media selama ini menolak adanya figur perempuan tua, karena identitas tersebut dianggap tidak menarik dan tidak memenuhi *public pleasure* (Broom dan Tovey, 2009 : 93). Identitas tubuh feminin di media selalu diidentikkan pada tubuh yang muda, mengandung daya tarik seksualitas atau *sex appeal*, termasuk dalam wacana fitness. Perempuan dalam hal ini mengalami standar ganda ketika menampilkan tubuhnya yang berumur di media. Adanya proses penuaan, bagi laki-laki kerap dianggap sebagai penguatan karakter, sedangkan pada perempuan seolah tidak ada nilai tambah apapun selain tubuh yang menjadi tua dan tidak atraktif (Volkwein, 1998 : 161).

Selanjutnya, secara status sosial ekonomi dan kesejahteraan, Reps ID menandai pria tunawisma dalam salah satu artikelnya, di mana pria tersebut melakukan latihan-latihan fitness sebagai upaya pendisiplinan tubuh di tengah keterbatasannya. Adanya representasi tubuh pria tunawisma menjadi suatu diskursus atau pembenaran bahwa fitness 'normalnya' dikonsumsi oleh mereka yang berada di status sosial ekonomi menengah ke atas. Sebab tunawisma dalam wacana tersebut diposisikan bukan sebagai anggota komunitas wacana yang tidak terhubung dan tidak punya akses pada budaya konsumsi kesehatan dan fitness dalam kehidupan sehari-hari. Media, dalam hal ini Reps ID telah mengontrol representasi *mainstream* dari suatu tubuh

dalam fitness dan kesehatan, serta mengontrol akses anak muda dalam budaya tubuh (*body culture*) dalam hal status, nilai dan kepercayaan (Azzarito, 2019 : 70).

Pria tunawisma yang berhasil mendisiplinkan tubuhnya di dalam teks Reps ID, menjadi sesuatu yang dianggap unik dan ditandai (*marked*). Sebab fitness telah menjadi suatu komoditas di mana uang, waktu, dan energi diinvestasikan. Fitness merupakan suatu simbol dari kesemangatan seseorang, kemampuannya untuk menikmati (fitness) serta status sosialnya (Volkwein, 1998 : 55). Di Amerika, komersialisasi kesehatan dan fitness menjadi penanda untuk dominasi kelas atas kulit putih dan mereka yang tinggal di perkotaan seperti New York (Chen dalam Azzarito, 2019 : 69). Di Indonesia, eksklusifitas ini muncul salah satunya dari pemahaman yang dikonstruksi media bahwa hanya mereka yang mempunyai akses kepada fitness atau *gym* yang mampu menjadi anggota komunitas wacana. Reps ID tidak menandai mereka yang berada di kelas menengah ke atas dalam teksnya. Merekalah yang menjadi anggota komunitas wacana dalam hal ini, sebagaimana data pengguna fitness Indonesia di lapangan bahwa secara ekonomi, aktivitas fitness didominasi oleh mereka yang memiliki pendapatan tinggi (45,7%), dan pendapatan menengah (30,3%) (sumber : <https://www.statista.com/outlook/313/120/fitness/indonesia#market-age>).

Sehingga mereka yang berada di luar garis ini dianggap sebagai keunikan dan menjadi ditandai oleh media.

3.2 Tahap 2 : Deklarasi (*Enunciations*)

Tahap berikutnya dalam analisis wacana Foucault adalah melihat deklarasi (*enunciations*), yang mencakup siapa saja orang-orang yang terkait objek yang dapat membentuk wacana ini (*speaker*, atau mekanisme pengaruh, selanjutnya disebut penutur), dan bagaimana hal ini dibicarakan dengan cara meletakkan suatu pernyataan menjadi sebuah wacana. Penutur merupakan orang yang berpengaruh dan diidentifikasi sebagai suatu simbol dari ideologi wacana, di mana perannya adalah mendefinisikan tujuan dan aktivitas dari komunitas. Penutur dalam proses interaktif merupakan cara lain mengekspresikan suatu wacana (Cataldi, 2004 : 79), sebab tidak semua orang memiliki kapabilitas untuk membuat pernyataan yang pada akhirnya menjadi sebuah wacana. Peneliti juga akan melihat bagaimana hal ini dibicarakan (disebut juga subjek atau mekanisme transfer) dalam suatu situasi perseptual yang membuat wacana ini ditampilkan. Seringkali mekanisme transfer menjadi agen perubahan yang tidak disadari (Cataldi, 2004 : 79) dalam suatu deklarasi wacana.

Reps ID dalam teksnya membawa beberapa penutur untuk menyampaikan wacana fitness kepada pembaca yang dapat dijumpai pada kolom *Program* dan *Figure*. Di antaranya adalah; (1) Atlet Fitness & Binaraga, (2) Selebritis, (3) Lain-lain. Berikut penjabaran dari masing-masing penutur dalam wacana fitness di Reps ID.

3.2.1 Atlet Fitness & Binaraga

Selaras dengan tema yang diusung, Reps ID tentunya membawa para atlet fitness dan binaraga pada kolom *Men's Fitness* dan *Women's Fitness*. Secara

umum, ada dua kategori atlet yang ditampilkan sebagai penutur dalam wacana fitness di Reps ID. Pertama, yaitu atlet yang menggeluti bidang olahraga di luar fitness dan binaraga, yang tidak terlalu intens dimunculkan dalam wacana ini. Sebab fokus situs Reps ID lebih kepada bidang fitness atau binaraga. Kedua, tentunya atlet fitness dan binaraga, yang kemunculannya mendominasi wacana ini. Kategori ini merujuk kepada mereka yang menggeluti bidang fitness dan binaraga atau memenangkan kontes di bidang tersebut, sesuai dengan komunitas wacana atau tema utama yang diangkat oleh Reps ID. Atlet fitness dan binaraga dapat diangkat menjadi penutur dan dianggap memiliki pengaruh terhadap keberlangsungan suatu wacana untuk dapat dipercaya oleh audiens atau anggota komunitas, sebab mereka memiliki nilai ‘ketokohan’ dari sisi orang-orang yang mempunyai pengetahuan/keahlian tertentu menurut kaidah berita jurnalistik.

Produksi teks mengenai atlet fitness dan binaraga yang muncul sebagai penutur dalam deklarasi wacana fitness di Reps ID menampilkan sisi kesuksesan atau proses atlet tersebut dalam berolahraga, serta menampilkan *body image* tertentu, baik pada atlet laki-laki maupun perempuan. Kemunculan atlet sebagai penutur dalam wacana ini selaras dengan komodifikasi dan erotisasi tubuh yang *sporty* (rahman dalam Green & Smith, 2016 : 446) oleh media. Reps ID menampilkan tubuh berotot dan kencang dari atlet laki-laki dan perempuan sebagai suatu *image*, dan hal ini menjadi bagian penting dari suatu rangkaian komersialisasi dalam bidang olahraga. Ketika atlet yang memiliki tubuh berotot dan kencang ditampilkan kepada

dunia melalui media, secara tidak langsung mereka juga mengiklankan dirinya. Mereka mengetahui bahwa tubuh dan penampilannya merupakan suatu aset komersil untuk dieksploitasi (Kane, LaVoi dan Fink dalam Green dan Smith, 2016 : 446). Di sisi lain, tubuh para atlet inilah yang menjadi pembenaran media untuk menampilkannya sebagai magnet diskursif, yang mampu menarik dan menaturalisasi ide mengenai kesehatan, kecantikan fisik dan keatraktifan. Ketika tubuh menjadi suatu *image*, *image* ini dapat digunakan untuk kegiatan apapun; menjual produk, mengkampanyekan kesehatan, mengumpulkan pendanaan untuk amal, juga menyimbolkan kebaikan moral atau kekuatan seksual (Green dan Smith, 2016: 446).

Para atlet yang ditampilkan sebagai penutur memiliki porsi dan penekanan yang berbeda dalam wacana, di mana posisi sosial dan peran cenderung dibedakan berdasarkan gender. Dari produksi teks di Repts ID, dapat dilihat superioritas tubuh laki-laki dimunculkan melalui karakteristik penutur wacana dalam dunia olahraga, khususnya wacana fitness. Meskipun perempuan telah menggeluti area yang sama, ada strategi tertentu yang diaplikasikan oleh media untuk menjaga kepercayaan pada superioritas tubuh pria (Dwarkin & Wachs, 2009 : 50).

Pada penutur atlet laki-laki, perspektif yang digunakan media untuk menampilkan mereka bukanlah dari sisi keatraktifan seksualitasnya, melainkan sisi-sisi kejantanan atau maskulinitasnya, di mana tubuh bagian atas (*upper body*) dari atlet-atlet tersebut menjadi sorotan yang berulang dalam teks, baik dari segi bahasa yang digunakan dalam artikel, maupun pose

yang ditampilkan oleh atlet peraga latihan. Umumnya mereka akan menyorot bagian bahu, punggung atau lengan dan menjadikannya suatu objek penting dalam wacana. Hal ini berguna untuk menyampaikan suatu ideologi bagi komunitas wacana untuk membentuk tubuh mereka secara sengaja dan tanpa henti sesuai dengan maskulinitas ideal ‘tradisional’ yang bertemakan kekerasan, kekuatan bagian atas tubuh (*upper body*), dan disiplin yang seperti militer (Cahill, 2011 : 82), melalui kemunculan para penutur. Atlet fitness atau binaraga seperti Brandon Curry, Jonni Shreve, Muhammad Iqbal, dan atlet fitness/binaraga lainnya menjadi penutur bagi wacana fitness bagi laki-laki yang ditampilkan melalui bagian tubuh atas (*upper body*) yang menonjol serta sesi latihan yang intens, menjadi suatu mekanisme bagi media untuk mempertahankan nilai-nilai superioritas tubuh laki-laki dan membuat perbedaan yang lebih signifikan antara laki-laki dan perempuan (Dwarkin & Wachs, 2009 : 80).

Di samping menekankan maskulinitas sebagai nilai superioritas tubuh pria, Reps ID menampilkan atlet wanita melalui perspektif *male gaze*. Fitness yang ada saat ini, termasuk kontes-kontes di dalamnya, menampilkan konsep yang lebih memperlihatkan nilai-nilai kultural feminin dari fitness dan binaraga. Namun, dalam hal ini, batasan-batasan femininitas didefinisikan dan diperkuat dengan batasan ukuran dan kekuatan yang relatif, berdasarkan standar laki laki (Dwarkin & Wachs, 2009 : 50). Hal ini terlihat dari para atlet perempuan yang menggeluti bidang fitness. Mereka cenderung dilihat dan dideskripsikan dalam teks dari sisi keatraktifan seksualnya, di mana bagian-

bagian tubuhnya ditonjolkan melalui bahasa-bahasa yang mempromosikan seksualitas, serta foto-foto ilustrasi dengan pose-pose seksi dan menggoda, misalnya pada artikel yang memuat atlet-atlet perempuan seperti; Babyantika, Rina dan Gita Bachtiar.

Gambar 12



Atlet-atlet perempuan yang ditampilkan oleh Reps ID sebagai penutur
(sumber : *reps-id.com*)

Reps ID menampilkan ilustrasi tubuh penutur, yakni para atlet fitness perempuan melalui pose-pose seperti di atas, dengan tujuan mempromosikan sisi seksualitas atau *sex appeal* pada tubuh atlet yang dikonstruksi sebagai *docile body*. Atlet perempuan yang menjadi sorotan dalam teks dikonstruksi sisi seksualitasnya pula melalui pose sebagaimana foto-foto ilustrasi di atas, di mana mereka mengangkat tangan hingga ke rambut dan menunjukkan bagian ketiak. Pose ini dideskripsikan sebagai cara menampakkan aroma seksualitas kepada laki-laki sebagai targetnya (Allan & Pease, 2004 : 293). Foto lain diambil dengan angle belakang, untuk menyoroti bagian bokong atlet perempuan dan menonjolkan *sex appeal* atau sisi seksualitas di sana. Selain itu, beberapa atlet perempuan juga menonjolkan bagian dadanya, yaitu bagian

tubuh yang seringkali menjadi pusat perhatian dari pandangan dan obsesi laki-laki (Allan & Pease, 2004 : 305). Tubuh dari para atlet fitness perempuan yang *sporty* ini mengalami komodifikasi dan erotisasi dari media, dan hal ini menjadi bagian penting dari suatu rangkaian komersialisasi dalam bidang olahraga.

Atlet perempuan yang menekuni binaraga atau olahraga berat/ekstrim lainnya juga diangkat oleh Reps ID sebagai penutur wacana. Bagi mereka yang memiliki *upper body* berotot, dalam wacana fitness ini dianggap eksklusif dan diidentikkan tubuh serta performanya dengan laki-laki. Sebagaimana pada atlet Katrin Tanja, yang disebut sebagai ‘Wanita Kuat’ dalam artikel yang membahas prestasinya sebagai juara Crossfit, atau Natalia Kuznetsova yang disebut sebagai ‘Wanita Terkuat di Rusia’. Kuat, seringkali diidentikkan dengan laki-laki atau *image* maskulin. Katrin dan Natalia dalam wacana fitness Reps ID disebut sebagai ‘wanita kuat’, sesuatu yang juga ditandai (*marked*) dalam teks media. Penandaan ini dijadikan pembenaran media untuk *stereotype* gender tradisional melalui penutur wacana, bahwa kekuatan adalah identitas laki-laki. Laki-laki, pada *stereotype* yang melekat (dan diproduksi serta direproduksi kembali oleh media) diposisikan sebagai sosok yang kuat dan mampu melindungi (Gwyn dan Coupland, 2003 : 120). Pada atlet Crossfit laki-laki, atau olahraga ekstrim lainnya, tidak ditandai oleh Reps ID sebagai ‘Lelaki Kuat’. Olahraga ekstrim dan berat, serta tubuh berotot, menurut *stereotype* tersebut identik dengan laki-laki. Sehingga apabila ada perempuan yang memasuki ranah tersebut, ia akan diidentikkan

atau dibahasakan dengan bahasa laki-laki, di mana dalam hal ini para penutur tersebut ditandai sebagai ‘Wanita Kuat’.

Gambar 13



Katrin, atlet Crossfit Iceland
(<http://reps-id.com/fitness/wanita-kuat-penakluk-crossfit-dari-iceland/> diakses pada 11 November 2018 pukul 11.25 WIB)

Gambar 14



Natalia Kuznetsova
(<http://reps-id.com/fitness/nataliya-kuznetsova-wanita-terkuat-di-rusia/> diakses pada 12 Desember 2018 pukul 12.29 WIB)

Mengenai tubuh, salah satu ekspresi hegemoni femininitas untuk atlet perempuan adalah presentasi tubuh feminin. Dalam konsep gender tradisional, idealnya, atlet perempuan memiliki tubuh yang kencang, tetapi

harus menghindari tubuh maskulin dan berotot. Namun, atlet sukses seperti Katrin atau Natalia haruslah memiliki kekuatan, dan tanda-tanda kekuatan ini ditafsirkan secara negatif oleh media, sebab mereka kontras pada konsep femininitas. Oleh karena itu, atlet perempuan seringkali berjuang dengan kontradiksi dari keinginan untuk menjadi kuat dan sukses, tetapi tidak dengan membangun otot yang ‘terlalu besar’ (O Really, 2007 : 82). Hal ini menjadi suatu bentuk perlawanan terhadap patriarki, di mana Katrin dan Natalia dengan tubuh besar dan berototnya dijadikan penutur wacana, dan dikategorikan sebagai tubuh yang keluar dari lingkaran *male gaze*. Perempuan, termasuk para atletnya, masih dihadapkan oleh kondisi di mana jika membentuk otot, tidak bisa lebih ‘perkasa’ daripada laki-laki, serta tirani kelangsingan, di mana perempuan dilarang untuk menjadi ‘besar’ sebab mereka seharusnya mengambil ruang sekecil mungkin (Bartky, 1990 : 73). Sehingga tubuh yang besar dan berotot sebagaimana yang ditunjukkan oleh Katrin dan Natalia dianggap sebagai sesuatu yang ‘berbeda’ atau tereksklusi.

3.2.2 Selebriti

Sebagai mekanisme pengaruh, Reps ID menghadirkan beberapa orang dari kalangan selebriti sebagai penutur dari wacana fitness, di antaranya adalah aktor Iko Uwais, Yogi Nandes (*Men's Fitness*), serta aktris Hollywood, Gal Gadot dan *influencer* fitness, Jen Selter (*Women's Fitness*). Selebriti diangkat sebagai penutur wacana dalam artikel-artikel Reps ID sebab mereka memiliki nilai ‘ketokohan’ dalam suatu berita. Melalui popularitas, selebriti dapat dipercaya oleh masyarakat luas mengenai apa yang disampaikan.

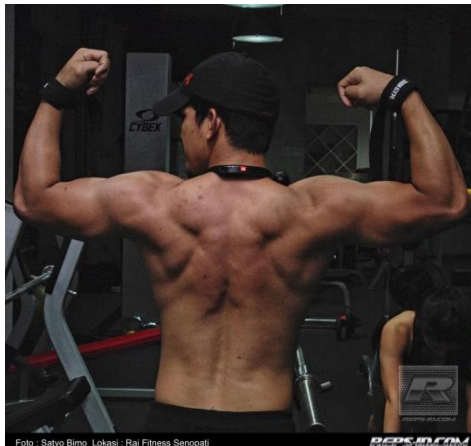
Penggunaan selebriti sebagai penutur wacana juga membantu kita melihat bagaimana tubuh selebriti diproduksi secara kultural sebagai sesuatu yang ideal oleh media. Repls ID menonjolkan prestasi, karya, atau sepak terjang para selebriti di dunia hiburan dalam teks untuk menempatkan posisi pembaca dalam ‘batas-batas kekaguman’ (*boundaries of awe*) antara pembaca selaku penggemar dengan selebriti tersebut (Rail, 1998 : 163). Selebriti dalam wacana fitness selaku penutur menjadi mekanisme pengaruh dan transfer bagi komunitas wacana media Repls ID sebab mengobservasi ritual habitus tubuh selebriti dipercaya dapat membantu pembaca mentransformasi tubuhnya melalui hubungan disiplin kepada tubuh tersebut (Rail, 1998 : 180). Selebriti dalam hal ini dijadikan sosok penutur yang dianggap mampu mempromosikan aspek kesehatan, heteroseksualitas, dan konsumerisme. Tubuh selebriti dianggap sebagai suatu situs yang berguna secara ekonomi dan politik untuk mengerahkan kuasa dan mewujudkan pengetahuan ‘ilmiah’ yang mendukung (Coakley & Dunning, 2000 : 125).

Selebriti dan maskulinitas merupakan dua hal yang saat ini seringkali ditampilkan oleh media sebagai salah satu cara menaturalisasi ide mengenai tubuh laki-laki ‘ideal’ melalui teks yang disajikan. *Performer* atau penampil (dalam hal ini adalah selebriti) digambarkan secara bersamaan dalam suatu ekonomi visual yang memberi nilai lebih pada otot laki-laki dan pencapaian fisiknya (Holmlund, 2014 : 255). Iko Uwais misalnya, dalam beberapa ilustrasi ditampilkan *topless* atau tanpa busana atasan untuk memperlihatkan *upper body* miliknya yang kerap muncul pada film-film yang dibintanginya.

Selebriti laki-laki yang dianggap ‘kuat’ telah menjadi bagian dari tontonan masyarakat yang baru dan menjadi konsumsi masa, di mana mereka bisa menampilkan tubuh secara erotis di depan audiens melalui fotografi atau majalah yang disebarluaskan (Carroll, 2003 : 59).

Sisi yang diangkat dari selebriti laki-laki adalah performa tubuhnya yang dihasilkan dari latihan tubuh cenderung mampu menunjang performa pekerjaannya. Iko Uwais misalnya, disebutkan bahwa fitness membantunya memperbaiki performa dan bentuk tubuh untuk menunjang karir berakting. Sedangkan pada Yogi Nandes, olahraga dan fitness disebut sebagai aktivitas yang membantu tubuh serta performa pernapasan dirinya sebagai penyanyi. Dalam hal ini, tubuh selebriti pria yang didisiplinkan melalui fitness, dideskripsikan sebagai suatu aset yang berguna bagi dirinya untuk menunjang perannya di ruang publik.

Gambar 15



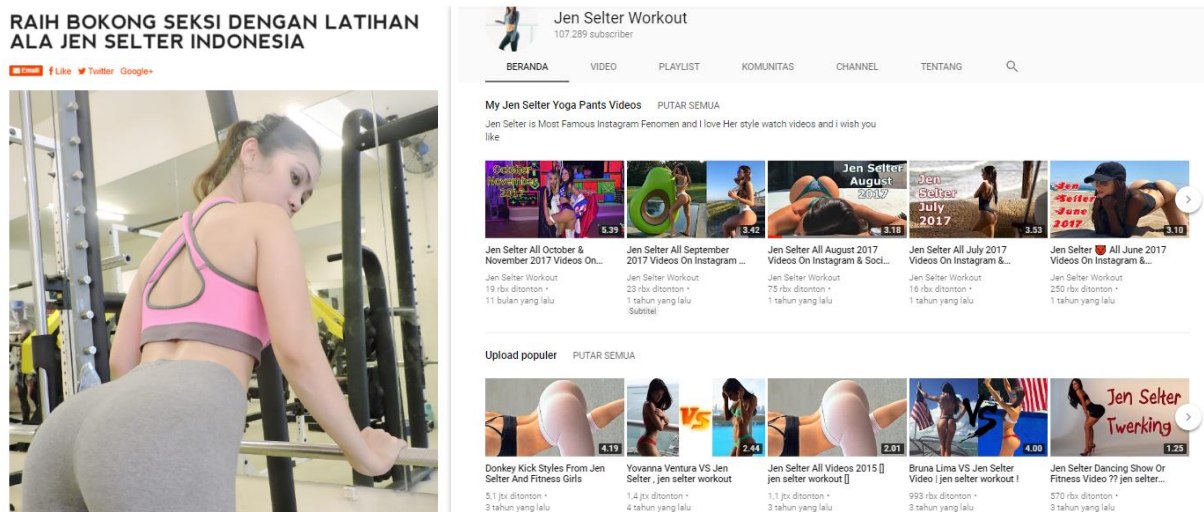
Iko Uwais dan Latihan Fitness Tubuhnya
(<http://reps-id.com/fitness/iko-uwais-fitness-story/> diakses pada 25 Oktober 2018
pukul 12.12 WIB)

Pada selebriti perempuan, hal yang menjadi sorotan dalam teks berbeda dengan selebriti laki-laki. Dalam hal ini, Gal Gadot merupakan representasi selebriti perempuan yang ditampilkan oleh Reps ID. Reps ID menekankan keseksian dan lekuk tubuh Gal Gadot yang diperolehnya dari serangkaian proses latihan fisik dan diet. Menampilkan Gal Gadot sebagai salah satu penutur wacana adalah salah satu cara Reps ID sebagai media fitness untuk menyampaikan wacana fitness mengenai tubuh perempuan melalui bahasa budaya pop. Aktris atau selebriti profesional membawa aura yang secara budaya mendefinisikan gender ideal dari femininitas dan daya tarik heteroseksual, di mana pembaca akan diajak untuk mengubah tubuhnya dan hidupnya sesuai dengan ikon yang dipilih (Rail, 1998 : 181).

Komunitas wacana fitness saat ini juga diisi oleh orang-orang fitness yang menggunakan tubuh mereka sedemikian rupa untuk menarik pengikut dan menghasilkan pasar di mana dirinya memasarkan saran diet dan kesehatan. Salah satunya adalah *influencer* atau selebriti yang terkenal melalui *self-made popularity*. *Influencer* memiliki kapabilitas untuk menjadi penutur wacana dengan berkembangnya informasi secara daring sehingga memungkinkan seseorang yang memiliki ketertarikan dan pengalaman untuk berbagi di bidangnya, termasuk dalam hal fitness. Reps ID, menggunakan ini sebagai mekanisme transfer guna mempromosikan tubuh ‘ideal’ melalui sosok *influencer* fitness asal Amerika Serikat dengan membawa nama Jen Selter dalam salah satu artikelnya. Jen Selter dikenal dengan bentuk bokong yang dikonstruksi media sebagai ‘seksi’, ‘kencang’ dan ‘ideal’.

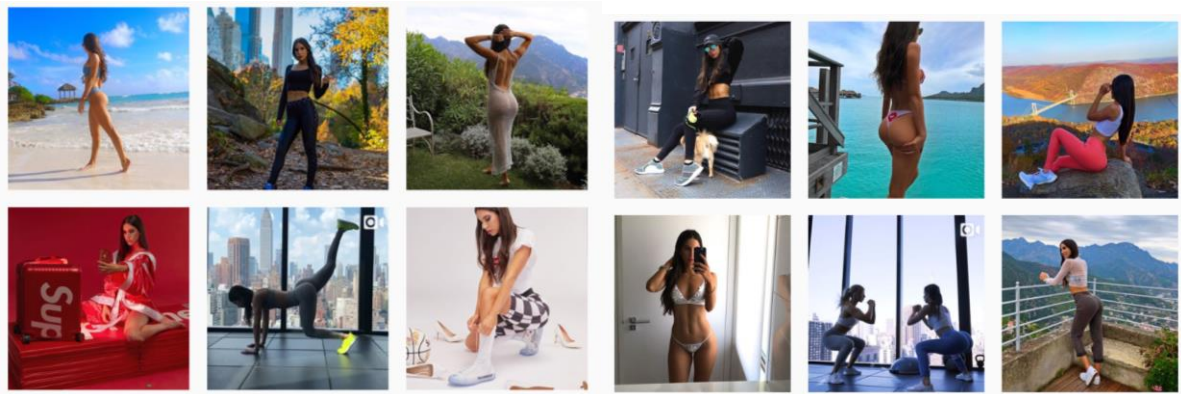
Meskipun tidak menjadi penutur secara langsung, namun melalui ini, Reps ID melakukan mekanisme persuasi kepada komunitas wacana untuk mendisiplinkan bokong perempuan melalui fitness dengan latihan-latihan tertentu. Bokong selebriti perempuan, dalam hal ini Jen Selter, dipromosikan kepada pembaca melalui penutur wacana agar mendisiplinkan tubuh sesuai yang dikategorikan media sebagai *docile body*. Perspektif yang digunakan oleh Reps ID di sini masih berdasarkan *male gaze*, yang melihat bagian-bagian tubuh tertentu dari para perempuan sebagai suatu daya tarik seksual yang atraktif. Menurut Allan dan Pease (2004 : 304), laki-laki melihat bokong perempuan yang bulat seperti buah persik sebagai hal yang sangat atraktif dalam tubuh perempuan.

Gambar 16



Artikel yang Mempromosikan Bokong ala Jen Selter dan
Kanal YouTube milik Jen Selter (Jen Selter Workout)
(sumber : reps-id.com dan Jen Selter Workout YouTube diakses pada 20 Oktober
2018 pukul 21.44 WIB)

Gambar 17



Akun Instagram Jen Selter, yang sebagian besar kontennya mengekspos bagian bokongnya
(sumber : <https://www.instagram.com/jenselter/?hl=id> diakses pada 19 Oktober 2018 pukul 21.00 WIB)

Para penutur wacana dalam kategori selebriti perempuan diposisikan untuk mempromosikan sejumlah tips latihan atau diet dalam kolom *Figure* atau *Program* kepada pembaca atau komunitas wacana. Namun narasi yang dibentuk oleh Reps ID terhadap tubuh para selebriti ini memberi penekanan pada kecantikan atau lekuk tubuh selebriti tersebut. Seperti pada Gal Gadot, beberapa kali bagian-bagian tubuhnya mendapat objektifikasi dalam teks, seperti bibir, wajah, atau lekuk tubuhnya. Hal ini seolah menggambarkan bahwa tubuh dan kecantikannya adalah aspek utama yang membuat dirinya terpilih sebagai pemeran film *Wonder Woman*, bukan terdapat pada talenta yang dimiliki. Selebriti yang dijadikan penutur di sini juga merupakan representasi perempuan kulit putih yang menjadi standar ideal tubuh wanita di dunia barat. Selebriti wanita, seringkali dikonseptualisasi dalam wacana bahwa mereka menjadi objek dan bukan sebagai subjek. Perempuan, termasuk

selebriti yang ditampilkan di media sebagai salah satu komoditas tukar dalam budaya patriarki, terus berkembang menjadi salah satu komoditas dalam proses spesifik objektifikasi, fetishisasi dan pertunjukan tubuh wanita sebagai tontonan seksual (Mulvey dalam Redmond dan Holmes, 2007 : 314).

3.2.3 Lain-lain

Ada beberapa kategori lain di luar atlet, atlet atau *expert fitness*/binaraga serta selebriti yang dimunculkan oleh Reps ID sebagai penutur wacana. Beberapa di antaranya adalah; TNI, Pengusaha, Pegawai, dan Ibu Rumah Tangga. Penutur pada kolom *Men's Fitness* datang dari latar belakang yang relatif lebih beragam daripada penutur yang dihadirkan di kolom *Women's Fitness*.

Berbeda dengan para atlet fitness/binaraga dan selebriti yang dalam mekanisme penyampaian wacana mengedepankan sisi ketokohan dalam teksnya, menurut analisis penulis, Reps ID juga menampilkan sosok-sosok ini karena memiliki kedekatan (*proximity*) secara identitas, yaitu usia, pekerjaan atau status sosial ekonomi dengan komunitas wacana. Menurut Meinhof (dalam Talbot, 2007 : 14), tidak ada audiens yang hanya menerima begitu saja seperangkat pesan dalam suatu wacana. Ada berbagai macam realisasi pemaknaan dari suatu teks, yang akhirnya bergantung pada motivasi pembaca dan kemampuannya untuk menggambarkan keputusan secara cepat dan intuitif melalui kanal visual dan oral. Untuk meyakinkan komunitas wacana atau pembaca, Reps ID sebagai media fitness menggunakan realisasi ini agar apa yang disampaikan dalam wacana fitness dapat dipercaya oleh pembaca melalui teksnya yang berupa visual dan tulisan.

Realisasi terkait dengan tiga fungsi dasar bahasa yang relevan dengan beragam teks. Fungsi pertama yaitu ideasional, yang dirasa paling mudah karena merujuk pada fungsi bahasa untuk mengkomunikasikan suatu ide dan bahasa sebagai representasi. Kedua, fungsi interpersonal. Fungsi ini merujuk pada fungsi bahasa untuk membangun dan menjaga identitas sosial dan hubungan. Teks mewujudkan makna ideasional dan interpersonal secara simultan, dan keduanya merupakan representasi dan interaksi sosial. Fungsi ketiga adalah fungsi inti penciptaan suatu teks bahasa, yaitu bagaimana suatu teks ini menjadi makna ketika digabungkan secara bersamaan (Talbot, 2007 : 14). Ketiga fungsi di atas, diwujudkan dengan menghadirkan penutur-penutur dalam kolom *Figure* yang juga dekat secara identitas sosial dan dapat merepresentasikan masyarakat Indonesia yang menjadi komunitas wacana dari Reps ID. Dengan menjalankan fungsi tersebut, Reps ID mencoba untuk terhubung dengan pembaca atau komunitas wacana melalui ide-ide yang ada dalam wacana. Bagaimana media dan penutur yang dihadirkan ini memiliki fungsi dan relasi dengan ide yang disampaikan (Talbot, 2007 : 15) yaitu bahwa masyarakat dari demografi usia, pekerjaan dan identitas tertentu yang merepresentasi komunitas wacana, juga dapat mendapatkan bentuk tubuh tertentu melalui mekanisme pendisiplinan yang sedemikian rupa. Pembaca Reps ID dan penggiat fitness di Indonesia, sebagaimana data yang disampaikan pada bab sebelumnya, umumnya didominasi oleh masyarakat dewasa muda yang hidup di lingkungan urban, dengan status sosial ekonomi menengah ke atas. Sehingga, dengan menghadirkan sosok-sosok seperti

pegawai, TNI, pengusaha, atau ibu rumah tangga, pembaca atau komunitas wacana dapat memiliki kedekatan secara identitas dan merasa direpresentasikan melalui penutur wacana yang diproduksi oleh teks Reps ID. Adanya penutur dari individu dengan latar belakang yang dekat dengan identitas komunitas wacana, membuat teks ini menjadi konstruksi yang seolah mampu merepresentasikan realita di lapangan.

Pada kategori ini, penutur laki-laki dari kalangan pekerja dideskripsikan sisi maskulinitasnya melalui tubuh mereka yang dibentuk dengan fitness atau binaraga. Seperti pada Umam (anggota TNI), *Chef* Henry (koki dan pengusaha makanan) dan Daniel Tandry (seorang staff kantor urusan keuangan) yang dideskripsikan sebagai para laki-laki dari kalangan pekerja/pengusaha yang memiliki tubuh atletis dan kekar dari hasil mendisiplinkan tubuhnya melalui fitness. Fitness, melalui penutur wacana laki-laki ini dikonstruksi sebagai suatu aktivitas tambahan untuk membentuk tubuh yang kekar dan atletis di samping pekerjaan utama mereka di ruang publik. Ada nilai tambah yang disisipkan dalam teks bagi para penutur wacana laki-laki dengan adanya tubuh tersebut, sebab mereka tidak berasal dari latar belakang fitness atau binaraga namun tetap memiliki pengawasan diri atau *self-surveillance* untuk melakukan fitness. Menghadirkan tubuh para penutur wacana laki-laki pada kolom ini menjadi suatu mekanisme dari Reps ID untuk meyakinkan pembaca mengenai perihal pendisiplinan tubuh, bahwa tidak hanya mereka yang berasal dari latar belakang dunia olahraga yang dapat mencapai *body image* tertentu yang dianggap maskulin atau ideal.

Tubuh mereka dalam wacana ini dikonstruksi sebagai suatu simbol 'kebanggaan' atau 'kepercayaan diri'. Melalui teks ini, tubuh diproduksi di bawah rezim kedisiplinan sebagai seorang individu dan sumber daya (Pronger, 2002 : 208).

Hadirnya para penutur wacana laki-laki dari kalangan pekerja di Reps ID, memberikan gambaran pula bagi komunitas wacana mengenai fitness sebagai aktivitas tubuh yang dapat menunjang maskulinitas dan performa kerja di ruang publik. Namun di sisi lain, Reps ID merepresentasikan tubuh laki-laki yang bekerja di ruang publik tanpa melihat sisi di mana para laki-laki ini juga memiliki peran di ruang domestik. Sebab hampir tidak ada artikel dalam kolom Figure di *Men's Fitness* yang menyinggung soal peran mereka di ruang domestik, baik sebagai seorang suami atau ayah. Maskulinitas di media dikonstruksi sebagai sesuatu yang hanya terkait dengan partisipasi olahraga dan status pekerjaan bagi laki-laki (Dwarkin & Wachs, 2009 : 124). Realitanya, laki-laki pun sesungguhnya memiliki porsi sendiri di ruang domestik, namun dalam wacana ini tubuh mereka tidak ditampilkan oleh media sebagai identitas dari suatu peran yang berkaitan dengan keluarga atau *fatherhood*.

Hal ini, sangat kontradiktif dengan apa yang disajikan Reps ID pada penutur wacana perempuan. Pada artikel yang mengangkat tentang Dinda, seorang penggiat fitness yang juga merupakan ibu rumah tangga. Selain perannya di ruang publik, Reps ID membuat sisi *motherhood* dan identitasnya sebagai ibu tampak jelas pada teks ini. Fitness dikonstruksi sebagai aktivitas

yang membantu tubuh perempuan menjadi fit agar tetap dapat melakukan perannya sebagai ibu di ruang domestik yang mengurus rumah tangga dan anak-anak. Perihal mengurus anak ditampilkan sebagai salah satu aktivitas Dinda dalam teks ini. Hal ini sesuai dengan gagasan Dworkin & Wachs (2009 : 50) yang melihat fitness sebagai aktivitas fisik dengan orientasi nilai-nilai tugas femininitas, yang salah satunya adalah mengurus anak atau *childcare*.

Bodywork atau kerja tubuh dalam konteks rumah tangga di sini menjadi pusat dari rasa ‘femininitas yang tunduk/berbakti’ atau *dutiful femininities* (Dworkin & Wachs, 2009 : 114). Melalui teks yang ada, konstruksi Dinda sebagai penutur wacana perempuan menjadi representasi bagi perempuan yang melakukan pekerjaan domestik dan aktivitas *leisure* lainnya (seperti fitness) yang terjadwal. Meski memiliki peran di ruang publik, wacana fitness bagi tubuh perempuan yang bekerja dikonstruksi untuk lebih dioptimalkan pada keluarga. Kajian mengenai kebugaran tubuh mengenai *motherhood* kontemporer di sini menciptakan rasa takut kehilangan femininitas dan mereproduksi kapasitas dengan menekankan sisi domestifikasi perempuan (Dworkin & Wachs, 2009 : 125).

Dinda juga menjadi representasi dari perempuan yang berusaha mengembalikan bentuk tubuhnya setelah melahirkan melalui aktivitas fitness. Beberapa penelitian terdahulu mengemukakan bahwa teks media mendefinisikan tubuh wanita hamil sebagai tubuh yang tidak teratur dan membutuhkan pendisiplinan fitness (Bordo dalam Choi, 2014 : 116). Sehingga asumsinya adalah, ketika seorang perempuan ingin memiliki sisi

keibuan yang baik, dirinya harus memiliki tubuh bugar dan sehat yang dapat diperoleh salah satunya melalui aktivitas fitness. Dalam wacana fitness kontemporer, olahraga diasumsikan dapat melatih dan mendisiplinkan tubuh perempuan ketika menjadi ibu, baik sebelum, saat, dan setelah melahirkan. Ketimbang melihat bentuk dan ukuran tubuh perempuan pasca melahirkan sebagai suatu hal natural, Reps ID melalui teks di sini memberikan beban kepada perempuan terhadap tubuh untuk kembali langsing dan kencang seperti sediakala demi memenuhi ekspektasi sosial, yang umumnya berasal dari pandangan patriarki. Sehingga ‘mengembalikan bentuk tubuh’ menjadi suatu alasan yang diproduksi oleh media guna menormalisasi proses pengawasan diri tubuh perempuan dan tanggung jawab terhadap dirinya.

3.3 Tahap 3 : Konsep

Tahap berikutnya yaitu konsep, di mana dalam penelitian arkeologi tahapan berfokus kepada penggunaan bahasa dan proses dalam menciptakan kembali pengetahuan yang ada melalui teks. Dalam prosesnya, tahap ini akan mengidentifikasi mekanisme retorikal dan wacana yang membentuk suatu ide. Prosedur ini merefleksikan ketertarikan Foucault pada bahasa sebagai suatu instrumen politik untuk melanggengkan ideologi dan kuasa (Cataldi, 2004 : 82). Konsep-konsep yang ada di dalam suatu wacana tidaklah berupa suatu kata sederhana saja, melainkan ada identifikasi dari manifestasi bahasa yang berbeda, dan memerlukan identifikasi sebagai ide yang utuh dan terfragmentasi. Prosedur yang ditetapkan oleh Foucault dalam arkeologi di sini akan melihat fungsi bahasa dalam praktik diskursif tertentu di media Reps ID. Bagaimana ada konsep-konsep

yang dikelompokkan dalam wacana fitness dilihat dari teknik penulisan kembali dari teks media, serta bagaimana Repts ID membangun pernyataan. Setelah melihat seperti apa wacana dimaknai, kemudian siapa saja orang-orang yang dapat berpengaruh dalam mentransfer atau menyampaikan pesan wacana di dua sub bab sebelumnya, dalam tahapan ini peneliti akan mengupas proses produksi informasi dari Repts ID mengenai wacana fitness. Terutama bagaimana media ini mengkonstruksi teks untuk membuat komunitas wacana percaya melalui konsep-konsep yang ada. Hal ini dilakukan untuk mengungkap kemungkinan adanya pola-pola yang tidak terlihat langsung dalam wacana.

3.3.1 Rangkaian (*Forms of Succession*)

Untuk mengidentifikasi konsep dalam suatu teks wacana, peneliti perlu mengurutkan hal-hal seperti waktu, perintah, distribusi dan subordinasi dari beragam manifestasi yang muncul dalam kelompok-kelompok deklarasi di sub-bab sebelumnya. Ini dilakukan guna melihat makna dalam suatu teks. Tahapan ini sesungguhnya merupakan bagian dari proses arkeologi yang mencakup rangkaian dari skema ketergantungan, perintah dan rangkaian dari elemen yang memiliki nilai-nilai sebagaimana konsep yang didistribusikan (Cataldi, 2004 : 85).

Rangkaian ini didapatkan dari olah data dan analisis pada rubrik *Men's Fitness* dan *Women's Fitness*, khususnya pada kolom *Figure*. Sehat dalam fitness seharusnya mencakup performa tubuh yang bugar dan jauh dari penyakit dengan meningkatkan aktivitas tubuh dari segi kekuatan dan ketahanan fisik (Plowman & Smith, 2007 : 12). Namun dengan adanya

konsep-konsep yang dikonstruksi oleh media, hal ini menjadi mekanisme yang merangkai skema ketergantungan dan memiliki nilai-nilai sebagaimana konsep yang didistribusikan, serta tentunya memiliki makna tertentu untuk disampaikan kepada pembaca atau komunitas wacana. Konsep-konsep mengenai mendisiplinkan tubuh dalam teks Reps ID mencakup hal-hal yang berkaitan dengan pengawasan diri terhadap tubuh seperti;

3.3.1.1 Makan, Nutrisi & Diet

Sebagai media yang mempromosikan fitness dan kesehatan, Reps ID juga melalui rubrik-rubriknya mengkonstruksi beberapa perihal mengenai makan dan diet melalui teksnya. Di sini, Reps ID selaku media fitness memproduksi dan mereproduksi informasi mengenai apa dan bagaimana seharusnya makan yang dianggap sebagai ‘benar’ atau ‘ideal’ di dunia fitness untuk menunjang proses pendisiplinan tubuh. Wacana mengenai makan ini menciptakan suatu konsensi harian mengenai gaya hidup yang mengingatkan individu bagaimana seharusnya bersikap mengenai makanan atau diet dalam aturan hidup sehat (Coveney, 2000 : 63). Ada beberapa poin dari Reps ID yang menjadi sorotan mengenai mekanisme pendisiplinan tubuh yang berkaitan dengan makan, nutrisi dan diet. Pertama, yaitu adanya narasi mengenai rasa takut yang didistribusikan melalui teks kepada komunitas wacana ketika mengonsumsi makanan tertentu. Narasi ini lebih ditujukan kepada perempuan. Kedua, mendistribusikan informasi kepada komunitas wacana agar tidak terlalu sedikit makan sehingga menyebabkan penyakit-penyakit tertentu seperti anoreksia dan gangguan makan lainnya. Narasi ini juga ditujukan pada

komunitas wacana, khususnya perempuan. Terakhir, adanya anjuran untuk mengkonsumsi makanan tertentu apabila seseorang ingin memiliki bentuk tubuh yang berotot. Narasi ini ditujukan pada komunitas wacana laki-laki.

- **Perempuan**

Sorotan pertama, yaitu rasa takut yang didistribusikan melalui teks kepada komunitas wacana ketika mengkonsumsi makanan tertentu. Pada salah satu artikel, Reps ID mengangkat kisah mengenai Rina, seorang atlet fitness perempuan yang tidak mengkonsumsi nasi selama lima tahun untuk menjaga bentuk tubuhnya agar tidak gemuk. Ada rasa takut yang dimunculkan pada teks di sini kepada komunitas wacana mengenai tubuh yang menjadi gemuk akibat mengkonsumsi nasi. Hal ini didukung oleh pengetahuan yang berkembang di masyarakat mengenai konsumsi karbohidrat yang berlebih dapat membuat tubuh menjadi gemuk. Realitanya, nasi merupakan makanan pokok sehari-hari orang Indonesia. Untuk dapat menjadi ‘sehat’ dalam wacana ini, ada konstruksi yang muncul mengenai makan yang keluar dari kebiasaan orang-orang Indonesia pada umumnya. Kebiasaan makan ini dinarasikan melalui ketakutan terhadap kegemukan atau menjadi gemuk, khususnya bagi perempuan.

Kegemukan, dalam hal ini dikonstruksi sebagai sesuatu yang tidak sehat oleh teks Reps ID, khususnya bagi perempuan. Budaya Barat menganggap kegemukan sebagai kegagalan moral atau etika, sebagaimana seseorang yang mengalami kelebihan berat badan, ia dianggap kurang memiliki kontrol diri (Moore, 2016). Selain terpaan dari media, selalu ada

alasan lain dari sisi sosial, budaya, politik, ekonomi, dan sejarah, bahwa tubuh yang gemuk dalam kehidupan sehari-hari selalu didiskreditkan dan disebut sebagai kegemukan yang tidak sehat (Monaghan, 2008 : 138) dan harus dilenyapkan. Makan merupakan salah satu faktor penting untuk mengontrol hal tersebut dalam tubuh. Sehingga, dalam rangka ‘menjual’ fitness, wacana mengenai makan dipromosikan oleh Reps ID untuk mendorong individu, khususnya perempuan, guna merasionalisasi perilaku tidak sehat yang disebabkan karena resiko potensial kesehatan, namun untuk tujuan akhir berupa tubuh yang ‘indah’ (Hargreaves dalam Craig, 2008). Pendisiplinan tubuh perempuan dalam hal makan melalui ketakutan yang diciptakan dalam wacana fitness ini tentunya tidak serta merta ditujukan untuk alasan kesehatan, namun lebih kepada penampilan.

Di sisi lain, Reps ID menarasikan beberapa alternatif makanan yang dikonsumsi oleh Rina yaitu umbi-umbian, sayur dan buah-buahan. Hal ini menjadi suatu mekanisme pendisiplinan tubuh oleh Reps ID melalui teks untuk menghindari kegemukan. Ketimbang mendorong komunitas wacana dengan cara mendikte apa yang harus dimakan, kapan waktu yang tepat untuk makan, dan seberapa banyak makanan yang harus dikonsumsi, teks media menawarkan narasi mengenai alternatif makanan yang disebut ‘sehat’. Sehingga dalam praktiknya, pembaca seolah mendapat kebebasan untuk memilih apa yang ingin dimakannya, selagi masih dalam kategori ‘makanan sehat’ (Sobal, 2017 : 83). Padahal sesungguhnya, dengan demikian, media

masih memegang kontrol terhadap makanan dan nutrisi apa yang seharusnya dikonsumsi oleh seseorang untuk tubuhnya.

Konsep mengenai kecemasan dan ketakutan dalam hal yang berbeda juga diproduksi melalui teks Repts ID yaitu ketakutan akan adanya gangguan makan. Pada artikel yang mengangkat kisah Beverly, Repts ID mendorong komunitas wacana, khususnya bagi perempuan, untuk tidak takut makan. Ada dua sisi yang dapat disimpulkan dari konsep ini, yaitu menaturalisasi perilaku takut makan akibat mengikuti standar media yang berlaku (terutama pada wanita), serta meningkatkan kesadaran komunitas wacana akan adanya gangguan makan. Melalui teks tersebut, dinarasikan bahwa ada *mindset* yang telah tertanam bertahun-tahun mengenai wanita yang takut makan. Beberapa narasi persuasif media mengenai kegemukan serta standar *body image* ideal, seringkali menjadi penyebab seseorang takut makan. Didukung dengan sejumlah wacana yang ada seperti resiko menjadi orang yang tidak sehat, hal ini dapat berdampak kecemasan dan reaksi berlebih terhadap latihan atau makan (Craig, 2008).

Generasi muda, khususnya perempuan, sangat rentan terhadap isu gangguan makan. Adanya narasi media mengenai tubuh dan hal-hal yang disampaikan secara sosial melalui pendidikan formal dan situs-situs praktik sosial seperti keluarga dan teman-teman dekat, dapat menjadi penyebab gangguan makan. Terlebih jika telah mengacu pada perasaan cemas terhadap bentuk tubuh yang tidak ideal. Pesan media memang bukan satu-satunya penyebab perilaku takut makan, namun interaksi dengan media menjadi

interpretasi, evaluasi, dan rekontekstualisasi terhadap pesan yang diterima (Evans et. al, 2008 : 65). Wacana makan ini menjadi suatu pembatasan pada tubuh perempuan mengenai pola makan yang ‘serba salah’. Di sisi satu, perempuan disajikan narasi takut gemuk dengan menghindari makanan-makanan tertentu. Namun di sisi lainnya, juga dianjurkan untuk tidak takut makan agar tidak terkena anoreksia atau gangguan makan lainnya. Hal ini semakin menunjukkan bahwa teks Repts ID memiliki mekanisme otoritas dalam mengontrol pola makan dari komunitas wacana perempuan demi mendisiplinkan tubuh mereka.

- **Laki-laki**

Selanjutnya, muncul pula narasi teks mengenai makanan yang ditujukan pada komunitas wacana khususnya laki-laki, yaitu anjuran konsumsi makanan tertentu apabila ingin mendapatkan bentuk tubuh yang diinginkan. Hal ini dinarasikan dalam kisah Zhang Nu, seorang binaragawan asal China yang hanya makan putih telur saja sebanyak 70 butir telur dan hanya putihnya saja. Kebiasaan ini dilakukan oleh Zhang karena ingin memiliki tubuh berotot sebagai modal dirinya dalam mengikuti kontes binaraga. Wacana ini didukung dengan pengetahuan yang ada di masyarakat, bahwa protein diperlukan untuk membangun otot. Repts ID juga memberikan kalkulasi nutrisi mengenai konsumsi telur yang dilansir dari *Egg Nutrition Center*. Sehingga hal ini menjadi suatu bentuk dorongan yang dinarasikan melalui media, yaitu apabila seorang laki-laki ingin memiliki tubuh berotot untuk bisa mengonsumsi makanan tertentu yang mengandung protein, seperti putih telur.

Melalui Zhang Nu, Reps ID menyampaikan suatu konstruksi pendisiplinan tubuh yang berkaitan dengan maskulinitas laki-laki mengenai makanan dan nutrisi kepada komunitas wacana. Makanan, di sini menjadi suatu simbol maskulinitas, di mana laki-laki dapat menentukan nutrisi apa yang dibutuhkan untuk kepentingan tubuhnya. Dalam narasi ini, Zhang Nu memilih putih telur atau makanan yang mengandung protein, agar dapat membentuk ototnya dan mengikuti kontes binaraga. Didukung dengan narasi ilmiah mengenai nutrisi telur, hal ini dinaturalisasi oleh media sehingga menjadi sesuatu yang dapat dipercaya oleh komunitas wacana. Berbeda dengan perempuan di mana narasi teks media lebih memiliki tendensi untuk menakut-nakuti dalam hal makanan, kepada komunitas wacana laki-laki, Reps ID menempatkan narasi mengenai makanan sebagai salah satu pola pendisiplinan yang memberikan mereka ruang untuk memilih dan memaksimalkan potensi diri, termasuk menampilkan sisi maskulinitasnya. Melalui konstruksi Reps ID ini, makanan menjadi salah satu sarana bagi laki-laki untuk mencapai tujuannya yang berkaitan dengan tubuh dan pekerjaannya di ruang publik (Monaghan & Atkinson, 2016 : 89).

Secara keseluruhan, konsep-konsep mengenai makanan, diet dan nutrisi dalam wacana fitness ini berkembang sejalan dengan adanya pemahaman empiris mengenai tubuh, kesehatan dan makanan melalui suatu elaborasi pengetahuan mengenai nutrisi, patologi dan penyakit. Pengetahuan ini pula yang menormalisasi strategi pendisiplinan mengenai apa, seberapa, dan kapan seseorang harus makan untuk dapat menjadi sehat (Coveney, 2000

: 63). Realitanya, tubuh dan pola makan merupakan keputusan dan pilihan pribadi individu masing-masing. Apa yang disampaikan media sebagai mekanisme untuk meyakinkan pembaca menjadi tidak sepenuhnya benar, sebab hal ini merupakan konsep-konsep dalam wacana yang dikonstruksi untuk mengontrol komunitas wacana, demi kepentingan industri dalam bidang pendisiplinan tubuh.

3.3.1.2 Latihan

Konsep berikutnya yang muncul dari rangkaian wacana fitness adalah latihan. Sebagai media yang mengangkat topik fitness dan pembentukan tubuh sebagai isu utama, tentu narasi mengenai latihan tidak dapat terelakkan kehadirannya di Reps ID. Secara umum, latihan dalam fitness menyangkut dua hal, yaitu *health-related* fitness atau fitness yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan, yang mencakup ketahanan kardiovaskular, kekuatan otot, fleksibilitas, ketahanan otot dan komposisi tubuh, serta *sport-related* fitness yaitu latihan yang lebih mementingkan aspek keolahragaan seperti kejuaraan binaraga, dan sejenisnya. Latihan-latihan di Reps ID sendiri didominasi oleh jenis-jenis latihan berbasis *health-related* yang memiliki tujuan untuk mendisiplinkan atau membentuk tubuh. Secara umum, konsep latihan yang diterapkan dalam wacana fitness ini berupa *self-surveillance* atau adanya pengawasan terhadap diri sendiri. Artinya, narasi yang dimunculkan cenderung menekankan sisi pengawasan diri agar komunitas wacana memiliki pengawasan diri yang baik terhadap tubuh masing-masing. Tubuh dalam hal ini menjadi mesin yang didisiplinkan melalui rezim fitness, yang diharapkan

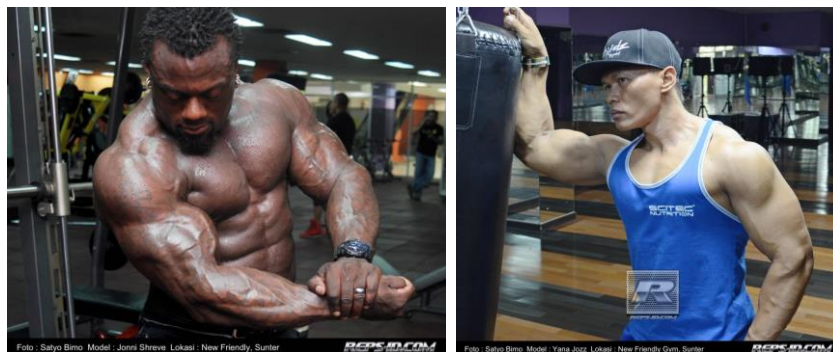
performanya dapat memenuhi fungsi sebagai manusia dan ekspektasi di lingkup sosial (Brown, 2003 : 103).

Tema-tema latihan yang diangkat oleh Reps ID dibedakan menjadi latihan untuk komunitas wacana berdasarkan gender, yaitu laki-laki dan perempuan, serta diklasifikasi dalam dua rubrik yang berbeda pula berdasarkan gendernya.

- **Laki-laki**

Latihan-latihan yang ditujukan bagi komunitas wacana di *Men's Fitness* lebih banyak berfokus pada pembentukan otot, terutama pada tubuh bagian atau (*upper body*). Hal ini dapat ditemukan pada artikel-artikel yang tersaji di kolom Program. Sebanyak 12 dari 14 artikel yang disajikan di kolom tersebut selama periode penelitian, latihan bagi laki-laki di Reps ID berbicara mengenai otot dan tubuh bagian atas. Selain itu, ilustrasi yang dihadirkan oleh Reps ID untuk panduan atau resep latihan untuk *Men's Fitness* adalah para laki-laki dari kalangan atlet fitness atau binaragawan yang memiliki otot besar atau *upper body* yang kekar.

Gambar 18



Peraga Panduan Latihan untuk *Men's Fitness*
(sumber : reps-id.com)

Hasil dari latihan fisik atau fitness pada laki-laki yang dikonstruksi oleh teks Repts ID bukan terletak pada keatraktifannya secara seksual, namun lebih kepada maskulinitas atau kesan jantan yang muncul. Bagian-bagian yang menjadi sorotan pada kategori ini, seperti otot bahu, otot trapezium, punggung, dan bagian-bagian lainnya, menjadi sarana untuk menyimbolkan maskulinitas ketika terbentuk sedemikian rupa sesuai dengan standar Repts ID selaku media fitness. Latihan-latihan yang dikhususkan bagi laki-laki bertujuan untuk membentuk tubuh mereka secara sengaja dan tanpa henti sesuai dengan standar maskulinitas ‘tradisional’ yang bertemakan kekerasan, di mana hal ini menekankan pada kekuatan bagian atas tubuh (*upper body*), dan disiplin yang seperti militer (Cahill, 2011 : 82). Sebagian besar latihan dalam Repts ID yang berfokus pada *upper body* laki-laki jauh lebih kompleks ketimbang bagian *upper body* pada perempuan. Misalnya saja latihan bahu, punggung, lengan, yang jauh lebih kompleks pada laki-laki, sebab pada titik-titik tersebut terdapat kunci maskulinitas. Laki-laki melalui latihan yang ada, seolah digambarkan memiliki kontrol atas tubuhnya dan bebas membangun identitas maskulinitasnya melalui tubuhnya, namun hal ini tidak terjadi pada perempuan. Sehingga hal ini menjadi mekanisme media untuk membuat perbedaan yang lebih signifikan antara laki-laki dan perempuan (Dwarkin & Wachs, 2009 : 80).

- **Perempuan**

Latihan-latihan yang ditujukan pada komunitas wacana perempuan berbeda dengan latihan-latihan yang ditujukan pada laki-laki. Pada kolom Program di

rubrik *Women's Fitness*, jenis latihan yang disusun lebih variatif, dan tidak hanya berfokus pada tubuh bagian atas seperti halnya laki-laki. Ada lebih banyak aspek dari perempuan yang diberi perhatian dalam perihal pendisiplinan tubuh demi memenuhi konstruksi tubuh feminin. Bagian-bagian tubuh yang didisiplinkan melalui latihan relatif lebih banyak dan beragam daripada laki-laki, seperti dada, bokong, lengan, dan bagian-bagian lainnya. Mekanisme ini digunakan media untuk memberikan suatu bentuk kontrol pada perempuan dalam masyarakat patriarki atau *male gaze*, di mana tubuh perempuan dianggap selalu tidak sempurna dan bermasalah. Kemudian, demi ‘menyempurnakannya’, ia akan dipecah ke dalam bagian-bagian seperti perut, bokong, ketiak, pinggul, dan bagian-bagian lainnya, disertai dengan sejumlah latihan khusus yang direkomendasikan dalam rangka ‘memperbaiki’ bagian-bagian tersebut (Choi, 2000 : 67).

Gambar 19



Peraga Panduan Latihan untuk *Women's Fitness*
(sumber : reps-id.com)

Latihan-latihan yang ditujukan bagi perempuan dalam teks juga mementingkan hasil berupa keatraktifan tubuh secara seksual. Misalnya saja pada latihan otot punggung. Pada perempuan, informasi mengenai latihan otot punggung ditampilkan sebagai cara menghilangkan *bra fat* atau lemak-lemak yang muncul ketika seorang perempuan mengenakan *bra*, sehingga bagian tersebut akan tampak lebih ‘indah’. Selain itu, tendensi terhadap penekanan aspek seksualitas dalam konsep latihan pada perempuan terletak pada bahasa yang digunakan oleh Reps ID untuk mempersuasi komunitas wacana dalam panduan latihan yang dipromosikan. Misalnya, ‘*Dapatkan punggung yang seksi*’ atau ‘*Dapatkan glutes (bokong) yang seksi dan kencang*’.

Ilustrasi peraga untuk panduan atau resep latihan yang ditampilkan dalam *Women’s Fitness* juga menampilkan para atlet fitness perempuan yang cenderung mengekspos dan menonjolkan bagian-bagian yang memiliki daya tarik seksual tertentu seperti dada dan bokong. Atlet-atlet tersebut dihadirkan sebagai representasi dari sesuatu yang disebut media sebagai upaya pemberdayaan atau *empowerment* dalam mempromosikan fitness dan kesehatan melalui tubuh para perempuan yang ‘ideal’ dan ‘fit’ melalui suatu wacana (Mc Gannon & Spence, 2012 : 40). Industri fitness, melalui teks media mempersuasi perempuan melalui latihan-latihan yang disajikan untuk mengusahakan suatu *image* seksi yang melambangkan feminin ideal dan heteroseksual (Costa & Guthrie, : 352). Konsep ini semakin memperkuat stereotip gender mengenai perempuan dalam bidang olahraga di media yang sulit terlepas dari sisi seksualitas dan *image* seksi.

3.3.1.3 Kontrol Terhadap Berat Badan

Konsep berikutnya yang juga muncul dalam teks Reps ID adalah kontrol terhadap berat badan. Ada dua kategori isu mengenai tubuh individu yang diangkat oleh Reps ID dalam hal mengontrol berat badan ini. Pertama, adalah mereka yang dianggap terlalu kurus sehingga harus menaikkan berat badan (*gaining weight*) melalui aktivitas fitness. Kedua, adalah mereka yang dianggap kelebihan berat badan sehingga harus menurunkannya (*losing weight*). Keduanya juga memiliki isu dan penyampaian yang berbeda-beda dalam teks yang dinarasikan oleh Reps ID.

- **Laki-laki**

Teks Reps ID menampilkan tubuh laki-laki kurus sebagai tubuh yang perlu mendapatkan kontrol terhadap berat badan, yaitu menaikkannya (*gaining weight*). Umumnya, mereka yang dianggap terlalu kurus dan harus menaikkan berat badan berasal dari komunitas wacana laki-laki. Melalui beberapa artikel, Reps ID menampilkan tubuh laki-laki yang kekurangan berat badan dan menyebutnya sebagai ‘kerempeng’, atau sebutan yang bertendensi negatif lainnya. Kurus juga diasosiasikan dengan *image* lemah atau sakit-sakitan, sehingga menjauhkan tubuh dari tujuan teks mengenai pendisiplinan tubuh maskulin yang kekar dan berotot. Reps ID menganjurkan agar pembacanya atau komunitas wacana memiliki kontrol terhadap berat badan, yaitu agar tidak menjadi kurus bagi laki-laki, karena tubuh kurus dan kekurangan berat badan direpresentasikan sebagai sesuatu yang bertendensi negatif. Ada

ketidakpuasan tubuh yang dinarasikan oleh Reps ID terhadap tubuh laki-laki yang kekurangan berat badan (Andersen, 1990 : 48).

Sedangkan di sisi lain, Reps ID juga menganjurkan laki-laki untuk mengontrol tubuh agar tidak menjadi gemuk. Narasi dengan kebencian terhadap tubuh gemuk juga ditemukan dalam kategori kontrol terhadap berat badan bagi laki-laki. Konsep mengontrol tubuh yang kelebihan berat badan ini dinarasikan dengan tendensi negatif ketika mendeskripsikan orang-orang yang memiliki berat badan berlebih. Pada teks Reps ID, tubuh yang kelebihan berat badan ditampilkan sebagai *body of condemned* atau tubuh yang terkutuk, sehingga perlu didisiplinkan melalui wacana fitness. Pada beberapa artikel, Reps ID menarasikan penurunan berat badan (*losing weight*) sebagai suatu hal yang ‘diinginkan’ atau ‘dibutuhkan’ oleh penutur wacana. Hal ini juga menjadi mekanisme untuk mempersuasi komunitas wacana yang sekiranya memiliki berat tubuh berlebih untuk memiliki keinginan atau kebutuhan yang sama, yaitu penurunan berat badan, yang kemudian dapat diraih melalui fitness. Konsep ini berlaku baik pada laki-laki maupun perempuan.

- **Perempuan**

Berbeda dengan laki-laki, konsep kontrol terhadap berat badan dalam wacana fitness bagi perempuan di Reps ID tidak ada yang merujuk pada anjuran untuk menaikkan berat badan, sebab konstruksi *body image* ideal bagi perempuan adalah tubuh kurus (O’Brien, 2009 : 199). Jika pada laki-laki tubuh kurus mendapatkan tendensi negatif, tubuh perempuan yang kurus dan langsing justru mendapatkan apresiasi, sebab pada ideologi wacana dominan

perempuan dianjurkan untuk memiliki tubuh yang lebih kecil daripada laki-laki dan mengambil ruang sekecil mungkin.

Mengenai konsep kontrol berat badan ini, perempuan justru diminta untuk menurunkan berat badan jika mereka mengalami kelebihan berat badan atau lemak yang menumpuk di tubuh. Tendensi negatif mengenai kegemukan juga ditemukan dalam teks mengenai berat badan yang berlebih bagi perempuan. Pada teks Repts ID yang menampilkan penutur wacana perempuan bernama Trina Asselin, tubuh yang memiliki berat badan berlebih diasosiasikan dengan gaya hidup tidak sehat seperti makan sembarangan, malas berolahraga, dan kebiasaan minum minuman keras. Selain itu, tubuh yang memiliki berat badan berlebih setelah melahirkan, juga mendapatkan tekanan untuk didisiplinkan dan dikembalikan seperti sediakala, sebagaimana ditemukan dalam artikel yang membahas tentang penutur wacana bernama Dinda.

Meskipun sama-sama memiliki tendensi negatif terhadap kelebihan berat badan, cara Repts ID untuk menggambarkan tujuan dari mengontrol berat tubuh melalui fitness sedikit berbeda bagi perempuan dan laki-laki. Berat tubuh berlebih bagi laki-laki dalam teks Repts ID menciptakan rasa takut pada individu akan berlanjut menjalani gaya hidup yang tidak sehat secara terus-menerus, atau takut tidak dapat mengoptimalkan pekerjaan dan perannya di ruang publik. Namun, bagi perempuan, kelebihan berat tubuh menciptakan rasa takut dianggap tidak atraktif atau tidak menarik. Hal ini sesuai dengan gagasan dalam beberapa penelitian sebelumnya yang mengungkapkan bahwa

isu kelebihan berat badan kerap membuat perempuan merasa rendah diri, *insecure*, atau tidak menarik secara fisik (Garner dalam Wykes dan Gunter, 2005 : 151).

Tubuh dikenali dan dikategorisasi melalui tekanan di luar, tetapi tubuh juga dapat menciptakan makna baru dan diinterpretasi dengan cara-cara tertentu. Misalnya, dalam budaya barat seseorang yang mengalami kelebihan berat badan dianggap kurang memiliki kontrol diri (Moore, 2016). Budaya ini sangat mungkin diadaptasi oleh peradaban lainnya sehingga menganggap kontrol atas kelebihan berat badan merupakan sesuatu yang perlu untuk diangkat di media. Hal ini menjadi mekanisme persuasi oleh media yang diperkuat pula oleh aspek lainnya. Selain terpaan dari media, selalu ada alasan lain dari sisi sosial, budaya, politik, ekonomi, dan sejarah, bahwa tubuh yang besar dalam kehidupan sehari-hari selalu didiskreditkan dan disebut sebagai kegemukan yang tidak sehat (Monaghan, 2008 : 138) dan harus dilenyapkan. Sehingga, hal ini mempermudah media untuk menyampaikan dan menaturalisasi teks mengenai kontrol berat badan kepada komunitas wacana, baik pada laki-laki maupun perempuan.

3.3.2 Koeksistensi

Tahap konsep berikutnya merupakan ‘koeksistensi’ yang menjadi indikator dari penekanan dan nilai-nilai dari pengelompokan konseptual dan ideologi dalam suatu wacana. Bagian ini merepresentasi adanya ide dan pengelompokan dalam berbagai kondisi yang memungkinkan. Melalui konsep-konsep yang ada dalam teks, dapat dilihat bagaimana Reps ID sebagai

sebuah media mendukung ideologi yang ada dengan cara merujuk baik secara eksplisit maupun implisit melalui hal-hal seperti; verifikasi eksperimental, validasi logis, pengulangan, penerimaan yang dijustifikasi oleh tradisi, otoritas dan komentar (Foucault dalam Cataldi, 2004 : 86). Hal yang mendasar dari koeksistensi di sini adalah di mana konsep-konsep fungsi dari segi internal dan eksternal wacana dikelompokkan, diterima dan dipergunakan dan dianggap valid atau normatif. Walaupun konsep ini nantinya tidak digunakan secara langsung dalam teks, setidaknya hal ini menunjukkan bahwa bagaimana beberapa ide tertentu sangat kuat bercokol dalam suatu wacana (Foucault dalam Cataldi, 2004 : 86). Adapun beberapa konsep yang dapat dilihat dari koeksistensi yang ada pada Reps ID adalah sebagai berikut.

3.3.2.1 *Docile Body*

Konsep *docile body* atau tubuh yang patuh ini merupakan salah satu aspek utama dalam pendisiplinan tubuh yang digagas oleh Foucault. *Docile body* menjadi tujuan utama dari pendisiplinan fitness, termasuk yang direpresentasikan di media. Shogan (dalam Markula & Pringle, 2006 : 100) mengemukakan bahwa *docile body* bukan merupakan hasil dari proses yang natural. Tubuh yang terdisiplinkan sesungguhnya tidaklah natural atau normal, baik itu tubuh feminin atau maskulin. Femininitas dan maskulinitas adalah suatu hal yang harus dipelajari. Disiplin ini juga diasumsikan untuk memproduksi identitas gender modern dimana tubuh maskulin dan feminin ditundukkan, namun melalui cara yang berbeda (Markula & Pringle, 2006 : 100).

Media, dalam hal ini Reps ID mendukung ideologi yang ada dengan cara merujuk baik secara eksplisit maupun implisit mengenai konsep *docile body*. Dalam melihat tubuh yang patuh di sini. Reps ID mengkonstruksi beberapa kategori untuk tubuh yang patuh melalui teksnya, baik bagi laki-laki maupun perempuan. Secara umum, *docile body* bagi laki-laki dan perempuan yang ditampilkan melalui teks Reps ID cenderung berbeda, dan dibagi menjadi dua kategori utama. Pertama adalah ukuran dan bentuk, kedua yaitu fungsi.

Konsep mengenai *docile body* ini terlihat dari repetisi atau pengulangan kata-kata serta pola yang sama oleh Reps ID setiap kali mempromosikan suatu resep latihan atau gerakan fitness. Pembaca dibuat untuk memercayai bahwa *docile body* memiliki karakter sebagaimana yang dikonstruksi oleh Reps ID melalui terpaan visual dan verbal yang disajikan dalam teks. Repetisi atau pengulangan kata dalam wacana merupakan salah satu tipe yang paling sering dijumpai dalam proses propaganda politik suatu susunan wacana. Repetisi mampu memberikan kesan membenaran terhadap suatu ide, sehingga memengaruhi cara individu atau masyarakat menginterpretasinya (Williams, 1999 : 137), yang dalam hal ini adalah komunitas wacana.

- **Laki-laki**

Bagi laki-laki, tubuh dianggap patuh sesuai dengan standar yang berlaku di dunia fitness adalah ketika memiliki otot dan *upper body* yang besar serta kuat. Kata-kata yang digunakan untuk menggambarkan tubuh yang patuh bagi

laki-laki adalah kekar dan atletis. Otot menjadi kunci utama dalam kepatuhan tubuh seorang laki-laki. Bagian ini kerap dibahas, bahkan secara detil dalam berbagai artikel oleh Reps ID sebagai suatu bentuk penekanan dalam teks. Sisi yang ditonjolkan dalam kepatuhan tubuh bagi laki-laki adalah kekuatan dan maskulinitas. Tubuh laki-laki yang direpresentasikan menyampaikan suatu pesan bahwa tubuh tersebut seolah harus lebih besar dan lebih kuat daripada perempuan, dan wacana fitness hadir melalui teks ini sebagai ‘alat’ untuk mencapai tubuh yang patuh, terutama pada otot. Tubuh yang berotot secara kultural menjadi identik dengan kekuatan dan maskulinitas yang secara tradisional disebut ‘ideal’ (Featherstone, 2000 : 268).

Secara fungsi, tubuh laki-laki yang patuh dalam teks Reps ID didisiplinkan guna menunjang kepentingan diri dan status sosialnya di ruang publik. Selama ini, olahraga sebagai sebuah aksi, seringkali langsung dikaitkan dengan status, posisi sosial kuasa, dan tidak terlalu mementingkan penampilan luar dari sisi hal keatraktifan (Dwarkin & Wachs, 2009 : 31). Demikian pula yang dihadirkan melalui teks wacana fitness dalam Reps ID. Hampir tidak ada artikel di Reps ID yang mendefinisikan kegunaan atau fungsi dari tubuh yang patuh bagi seorang laki-laki (seperti otot yang kuat atau badan yang besar) untuk menunjang kepentingannya di ruang domestik, misalnya mengurus rumah tangga atau anak-anak. Tubuh yang patuh di sini, didefinisikan sebagai alat untuk mencapai suatu posisi atau status sosial di ruang publik.

- **Perempuan**

Sedangkan bagi perempuan, *docile body* melalui teks Reps ID didefinisikan sebagai tubuh yang seksi, indah, dan kencang. *Docile body* bagi perempuan juga dalam wacana fitness harus memenuhi bentuk dan ukuran yang sesuai dengan tirani kelangsingan, di mana tubuh perempuan dilarang untuk menjadi besar, dan mereka harus mengambil ruang sekecil mungkin (Bartky, 1990 : 73). Secara bentuk dan ukuran, tubuh perempuan yang patuh seolah tidak boleh lebih besar atau lebih kuat daripada laki-laki. Tokoh-tokoh yang ditampilkan sebagai penutur wacana dalam teks pun dideskripsikan sebagai para perempuan yang memiliki tubuh kencang, seksi dan berukuran lebih kecil daripada penutur wacana laki-laki.

Sisi yang ditonjolkan dari kepatuhan tubuh perempuan di sini adalah *sex appeal* atau keatraktifan seksual, yang mana konsep ini diadaptasi perspektif *male gaze*. Keseksian juga menjadi sesuatu yang terus-menerus ditekankan sebagai aspek penting dalam kepatuhan tubuh wanita. Pendisiplinan tubuh melalui wacana fitness yang mengangkat konsep seksi ini akhirnya mempromosikan manfaat fitness kardiovaskular bukan sebagai motif utama, namun ada motif penting lainnya yang terkandung dalam wacana tersebut, yaitu untuk meningkatkan *sex appeal* (Choi, 2000 : 68). Tidak dapat dipungkiri bahwa *sex appeal* adalah bagian dari daya tarik seksualitas, dan dengan memunculkan hal tersebut berarti teks dibentuk dari sudut pandang laki-laki atau patriarki.

Selain kepentingan seksualitas, tubuh yang patuh bagi perempuan diarahkan kepada pemenuhan fungsi peran-peran di ranah domestik, seperti menjadi istri (dan harus menjadi atraktif secara seksual bagi pasangannya) yang mengurus rumah tangga dan ibu. *Bodywork* atau kerja tubuh dalam konteks kepatuhan tubuh perempuan menjadi pusat dari rasa ‘femininitas yang tunduk/berbakti’ atau *dutiful femininities* (Dworkin & Wachs, 2009 : 114). Wacana fitness dalam teks Reps ID di sini menjadi suatu alat atau aktivitas juga mencapai tubuh patuh yang memiliki fungsi keatraktifan seksual, kecantikan, dan peran inti di ruang domestik bagi perempuan.

Mengenai *docile body* ini, Spitzak (Duncan, dalam Wiley, 2008: 132) membahas teori dari Foucault mengenai kuasa yang beroperasi dalam hidup kita ketika *self improvement* menjadi makna penting. Ia memastikan bahwa seseorang menginternalisasi standar publik dari perilaku melalui model dari dogma dan disiplin diri. Adapun contoh yang relevan dengan proses pembentukan persepsi akan *docile body* ini adalah komunitas wacana atau pembaca yang disuguhkan dengan kisah-kisah sukses mengenai transformasi tubuh di media. Misalnya pada salah satu artikel di Reps ID, seorang pemuda yang memiliki tubuh gemuk sebelumnya, dinarasikan memiliki kehidupan dan respon lebih baik dari publik ketika ia menjadi lebih kurus. Tubuh yang tidak patuh di media diibaratkan suatu dosa. Kisah transformasi membuat pembaca seolah-olah melihat orang lain yang bertaubat dari suatu dosa, lalu melihat cahaya dan kemudian terselamatkan dari dosa tersebut. Dari sini, pembaca mendapatkan suatu pelajaran mengenai memenuhi ekspektasi publik untuk

menjadi ideal di mata publik dengan adanya ‘rasa berdosa’ (Duncan, dalam Wiley, 2008: 132) yang dikonstruksi media terhadap tubuh mereka.

Gambaran dari tubuh sehat dan ideal yang disebut sebagai *docile body* oleh industri fitness melalui media juga terasosiasi dengan *disempowerment* karena eksklusifitasnya. Dengan mengkategorikan tubuh tertentu, misalnya tubuh seksi atau atletis sebagai gambaran *docile body*, artinya media telah membentuk satu eksklusifitas mengenai konsep ideal dalam wacana fitness yang disuguhkannya. Sebab *docile body* yang dimaksud tentu hanya merepresentasi sedikit bagian dari masyarakat (Dorney, 2011), sehingga tidak bisa mewakili tubuh manusia secara keseluruhan.

3.3.2.2 *Body of Condemned*

Body of condemned juga merupakan salah satu konsep yang merepresentasi ide dalam suatu wacana. *Body of condemned* disebut juga tubuh yang terkutuk, atau merupakan konsep lawan dari *docile body*. Tubuh yang terkutuk adalah hasil eksklusi dari tubuh-tubuh yang distandarisasi dan dianggap patuh, sebagaimana dijelaskan pada proses pembentukan konsep *docile body* di sub bab sebelumnya. Internalisasi nilai-nilai mengenai tubuh di masyarakat melalui media cenderung tunduk pada ideologi dominan. Dengan demikian, selaras dengan teks yang memperkuat wacana, bahwa suatu konsep semakin diulang-ulang oleh media, hal tersebut diasumsikan sebagai kebenaran untuk membuat masyarakat percaya (Williams, 1999 : 193).

Pada teks Repts ID, tubuh-tubuh yang dikategorikan sebagai tubuh yang terkutuk dinarasikan dengan tendensi negatif. Misalnya tubuh gemuk

atau berlemak, baik pada laki-laki maupun perempuan, yang diposisikan sebagai tubuh yang dianjurkan untuk dihindari. Narasi yang diangkat mengenai tubuh gemuk, hanyalah sisi-sisi buruknya. Seperti dalam artikel berjudul, “*Sempat Bunuh Diri, Noah Berhasil Ubah Tubuh Gempalnya*”. Melalui teks tersebut, Noah sebagai representasi dari tubuh gemuk, dideskripsikan sebagai orang mengalami tekanan dalam hidupnya akibat memiliki tubuh gempal dan gaya hidup tidak sehat. Kegemukan menjadi suatu pendekatan wacana dengan model sosial disabilitas, sebuah respon yang dipolitikasi melalui peran dalam bahasa yang membentuk makna dan bahkan menciptakan realitas yang seolah-olah mereka ditolak oleh masyarakat. Fitness fisik (dalam Monaghan, 2008 : 138) disebut sebagai semacam ‘obat’ untuk ‘penyakit’ bernama obesitas dan kelebihan berat badan. Selain itu, wacana akan tubuh terkutuk di sini didukung dengan ilmu pengetahuan yang menyediakan dasar untuk merasionalisasi preskripsi media akan ini. Sehingga, lebih mudah memasukkan konsep kegemukan atau kelebihan berat badan sebagai sesuatu yang ‘tidak ideal’ melalui wacana fitness.

Tubuh gemuk menjadi kategori tubuh terkutuk, baik pada wacana fitness dalam *Men’s Fitness* dan *Women’s Fitness*. Selain pada laki-laki, perempuan-perempuan pun ditampilkan dalam teks dengan kisah menurunkan berat badan sebagai konsep ideal yang dominan dari kecantikan perempuan heteroseksual dalam budaya fitness, yang didukung dengan kebencian terhadap kegemukan (Kennedy dan Markula, 2011 : 97). Hal ini salah satunya disebabkan dengan langgengnya pandangan-pandangan atau stigma negatif

terhadap tubuh gemuk. Misalnya, stigma yang melekat pada perempuan gemuk seperti malas, tidak sehat atau tidak higienis (Kennedy dan Markula, 2011 : 85).

Berbeda dengan tubuh perempuan yang dikonstruksi sebagai tubuh yang patuh apabila memiliki tubuh langsing atau kurus dan kencang, bagi laki-laki hal ini justru dianggap kurang menarik, sehingga perlu didisiplinkan melalui wacana fitness. Narasi yang muncul dalam teks menunjukkan bahwa tubuh kurus, identik dengan lemah atau sakit-sakitan, dan tidak sesuai dengan *image* maskulinitas yang ingin diciptakan untuk komunitas wacana laki-laki. Karakteristik keatraktifan laki-laki umumnya digambarkan dengan kekuatan atau narasi *powerful* (Dwarkin & Wachs, 2009 : 31), sehingga tubuh kurus laki-laki selain dianggap lemah, juga dianggap sebagai tubuh yang tidak atraktif.

Sejauh ini, menurut Kindes (2006 : 14) belum ada peneliti yang mendetailkan cara bagaimana media massa membangun karakter tubuh laki-laki yang kurus dan tidak berotot, dibanding dengan mereka yang menjadi representasi tubuh 'ideal'. Tapi, dengan menginvestigasi visibilitas laki-laki dalam hal beragam tipe fisik, dapat dikatakan secara tidak langsung dari prinsip ini, bahwa tubuh kurus dan atau *overweight* jarang ditampilkan di media massa daripada para laki-laki yang berotot. Hal ini secara tidak langsung menyampaikan pesan bahwa tubuh yang kurus dan tidak berotot juga dianggap sebagai sesuatu yang kurang diperhatikan karena mereka kurang dianggap menarik (Kindes, 2006 : 14). Melalui wacana fitness

tersebut, ada rasa takut atau khawatir tampak kurus atau kerempeng yang diciptakan oleh teks kepada pembaca laki-laki yang menggeluti fitness, sebagaimana penelitian Philips dan Diaz (dalam Kindes 2006 : 23) bahwa laki-laki umumnya berfokus pada pembentukan tubuh dan mengkhawatirkan kalau-kalau tubuh mereka terlihat kecil, kurus kerempeng dan tidak berotot. Sehingga, tubuh kurus bagi laki-laki, dalam wacana fitness yang diusung Reps ID cenderung digolongkan sebagai *body of condemned*.

3.3.2.3 Otot

Salah satu hal yang menjadi konsep besar dalam pembahasan dari teks di Reps ID sebagai media fitness adalah otot, terutama bagi laki-laki. Fitness yang terkait dengan kesehatan, termasuk yang dipromosikan oleh Reps ID, salah satu tujuannya adalah memberdayakan otot dalam hal ketahanan dan kekuatan. Otot diproduksi secara kultural oleh media dan masyarakat untuk menjadi salah satu bagian tubuh yang didisiplinkan, serta merepresentasikan suatu nilai tertentu.

- **Laki-laki**

Pada laki-laki, tubuh berotot diasumsikan sebagai gambaran maskulin ideal karena dalam budaya barat, aspek ini merepresentasikan kuasa, kekuatan, dan agresi (Grogan, 2016 : 58). Selain itu, indikasi tubuh maskulin yang dikonstruksi oleh media, salah satunya adalah melalui tubuh berotot. Bahkan menurut Mansfield dan Mc Grinn (dalam Grogan, 2016 : 58), tubuh berotot dan maskulinitas adalah dua konsep yang tak terpisahkan. Demikian pula konsep yang diproduksi oleh teks Reps ID. Sebagian besar artikel yang

ditemukan, baik pada kolom *Program* maupun *Figure*, menyorot bagian otot laki-laki. White dan Gillet (dalam Markula dan Pringle, 2006 : 82) menunjukkan bahwa *muscularity* telah meningkatkan nilai sosial yang penting bagi laki-laki di era ini. Dengan membentuk otot, ini membantu laki-laki dalam mendefinisikan kembali diri mereka. Selain itu, dikatakan pula bahwa otot adalah penanda dari perwujudan kekuatan maskulin. Otot digunakan sebagai tanda dominasi, kontrol, otoritas kekuatan fisik, dan kuasa. Sehingga, fitness kerap menjadi alat untuk membentuk wacana *body image* ideal, termasuk dalam pembentukan otot, melalui media. Reps ID sebagai media fitness, memberikan simbol-simbol kekuatan dan maskulinitas pada otot laki-laki untuk mempersuasi komunitas wacana agar bergerak dan mendisiplinkan bagian tubuh tersebut melalui fitness. Dengan demikian, tubuh berotot merepresentasikan kekuatan dan kuasa yang juga menjadi simbol keatraktifan bagi tubuh laki-laki (Dwarkin & Wachs, 2009 : 31).

Di sisi lain, kegelisahan mengenai tubuh laki-laki yang tidak berotot sebagai tubuh yang tidak ideal juga diciptakan melalui wacana fitness Reps ID. Tubuh berotot digambarkan sebagai gambaran kepercayaan diri seseorang, yang dalam teks juga dikaitkan dengan performanya. Maka, mereka yang mempunyai tubuh tidak berotot digambarkan memiliki suatu kegelisahan atau kecemasan mengenai tubuhnya, sehingga perlu mendisiplinkan tubuh dengan membentuk otot. Konsentrasi dari fitness fisik bagi laki-laki berkisar pada kegiatan pembentukan otot demi menampilkan kesan jantan, kuasa, dan kontrol dalam konstruksi budaya. Sisi kelaki-lakian

dan maskulinitas yang digunakan oleh teks membuat seolah-olah laki-laki hanya ada satu kategori saja (Oca, 2013: 39) yaitu mereka yang berotot dengan menciptakan kesan kekar dan atletis. Sehingga untuk mencapai ini, diperlukan sebuah proses. Kemudian, otot dalam tubuh akhirnya dilihat sebagai pencapaian, bukan fitrah alami melainkan sebagai produk budaya, yaitu adanya pencapaian dari waktu dan energi yang digunakan untuk membentuknya (Dyer dalam Longhurst et. al, 1999 : 229).

- **Perempuan**

Tubuh *toned* atau kencang melambangkan aksi, kuasa dan kekuatan. Dengan memiliki otot, perempuan bisa mewujudkan nilai-nilai sosial yang terasosiasi dengan otot, seperti kekuatan dan disiplin (Williams, 2012 : 45). *Image* wanita mulai bermunculan di media massa, yang tampaknya akan mengerotisasi muskularitas dengan cara yang baru. Pada perempuan, Reps ID memposisikan otot sebagai bagian tubuh yang boleh didisiplinkan, namun tidak untuk membentuk bagian tubuh tersebut sebagaimana laki-laki. Ada rasa takut yang dimunculkan dalam teks kepada komunitas wacana perempuan mengenai tubuh berotot. Perempuan umumnya tidak dianjurkan oleh teks untuk membentuk otot terlalu besar, sebab membentuk otot yang kuat dan disiplin secara sosial dinilai seolah-olah mereka seperti laki-laki secara karakter (Williams, 2012 : 45). Karena, kembali lagi kepada konsep tirani kelangsingan, bahwa tubuh perempuan dilarang untuk menjadi besar, dan mereka harus mengambil ruang sekecil mungkin (Bartky, 1990 : 73).

Di samping itu, ditemukan pula narasi yang mengeksklusi tubuh wanita berotot dalam teks. Tubuh berotot merupakan salah satu hal yang menjadi pembeda, sekaligus yang membuat seorang laki-laki merasa lebih *powerful* ketimbang laki-laki lain atau perempuan secara umum (Pope, 2000 : 50) yang salah satunya dapat dibentuk melalui fitness. Seiring dengan perkembangan zaman, pelan-pelan perempuan juga dapat melakukan fitness atau membentuk ototnya melalui sejumlah aktivitas fisik dalam wacana. Dengan adanya persebaran kesetaraan gender ini, salah satu cara yang dianggap dapat menumbuhkan perbedaan dari laki-laki adalah konstruksi sosial mengenai skenario maskulinitas di tubuh mereka (Pope 2000 : 50). Sehingga, hal inilah yang menyebabkan tubuh wanita yang *sporty* (tampak kekar dan berotot) atau melakukan hal-hal yang berkaitan dengan aktivitas fisik dianggap identik dengan maskulin dan dikonstruksi sebagai suatu momok bagi wanita.

Bagi perempuan, berotot dikonstruksi sebagai sesuatu yang ‘harus dihindari’ jika ingin mendapatkan *body image* yang ideal. Artinya, otot-otot di tubuh bisa saja dikencangkan melalui latihan-latihan tertentu, namun ada kecemasan yang diciptakan melalui wacana fitness bagi perempuan apabila mereka memiliki otot yang besar atau terbentuk seperti laki-laki. Kata-kata ‘seram’, ‘takut’, dan ‘tidak membuat wanita menjadi berotot’ yang ditampilkan oleh Repts ID dalam artikel-artikelnya di kolom Women’s Fitness, memunculkan tendensi negatif dalam konsep berotot pada perempuan. Sebagaimana diungkapkan oleh Markula & Pringle (2006 : 83), *tone* otot

menjadi salah satu aspek penting dalam tubuh perempuan ideal, tapi terlalu banyak memiliki massa otot dianggap sebagai memuakkan atau ketidakpantasan.

Adapun mekanisme Reps ID dalam menaturalisasi konsep-konsep mengenai otot yang berkiblat pada ideologi dominan yaitu dengan; (1) Menyusun resep latihan yang berbeda bagi laki-laki dan perempuan, (2) Memberikan gambaran atau deskripsi *docile body* masing-masing pada kolom training yang relatif kontras bagi laki laki dan perempuan. Dengan adanya dua mekanisme tersebut, Reps ID menginternalisasi nilai-nilai mengenai otot pada masing-masing gender. Misalnya saja pada resep latihan di rubrik *Men's Fitness*, Reps ID sangat berfokus dan memberi perhatian pada otot. Pembentukan otot menjadi kunci dari suksesnya fitness dalam rangka mendisiplinkan tubuh laki-laki. Sedangkan pada perempuan, otot tidak terlalu menjadi pusat pendisiplinan. Bagian-bagian tubuh lain, khususnya yang memiliki nilai seksualitas bagi perempuan, justru diberikan porsi lebih dalam hal resep latihan. Memiliki otot besar dinarasikan sebagai sesuatu yang menakutkan atau aneh bagi tubuh perempuan. Di sisi lain, otot yang terlalu besar juga membuat tubuh perempuan rentan akan eksklusi dari teks media.

3.3.3 Prosedur Intervensi Teks

Tahap selanjutnya yang dilakukan untuk menganalisis konsep dalam proses arkeologi adalah prosedur intervensi teks. Reps ID dalam memproduksi dan mereproduksi pengetahuan mengenai fitness, ada hal-hal tertentu yang diintervensi atau dikonstruksi sedemikian rupa, demi memenuhi kepentingannya sebagai media yang

‘menjual’ informasi di bidang fitness. Prosedur intervensi ini merupakan salah satu aspek yang paling penting dalam proses analisis wacana Foucault. Foucault menyaarakankan pengelompokan konsep dalam teks untuk mendokumentasikan dan melacak komponen ideologi dalam wacana. Perspektif politis dari analisis wacana Foucault adalah mengasumsikan bahasa sebagai instrumen utama, yang mana hal ini tidak hanya didefinisikan oleh konten semata. Menurut Foucault, institusi dan pemerintahan, termasuk media, menggunakan bahasa dan wacana untuk mengontrol masyarakat (Cataldi, 2004 : 64). Adapun prosedur intervensi pada penelitian ini akan difokuskan pada bahasa yang digunakan oleh Reps ID untuk menaturalisasi konsep ideal dari tubuh melalui wacana fitness.

Bahasa merupakan suatu sarana utama bagi media untuk membentuk wacana. Konsep tubuh dalam wacana fitness yang dikonstruksi oleh media dibentuk dari bahasa yang digunakan dalam teks. Reps ID mempromosikan wacana fitness dengan menggunakan beberapa mekanisme dalam kajian bahasa untuk meyakinkan komunitas wacana mengenai konsep *docile body*, seperti;

- 1) Menetapkan Nilai pada Tubuh

Teks populer, termasuk pada media, umumnya menetapkan suatu nilai pada tubuh manusia. Dalam menarasikan wacana fitness, Reps ID menggunakan gaya bahasa tertentu untuk memberikan standar atau nilai terhadap tubuh. Produk dari fitness fisik memiliki suatu nilai yang dikonstruksi untuk membangun konsep ‘fit’, seperti misalnya pada ukuran tubuh, level fitness, usia, dan lain-lain. Perwujudan jelas dari nilai-nilai tubuh merupakan produk dari wacana (Pronger, 2002 : 156). Nilai-nilai

tubuh yang ditetapkan dalam wacana Reps ID sendiri cenderung menggambarkan representasi dari tubuh yang mendapatkan penerimaan moral dari masyarakat. Sebagaimana tujuan utama dari wacana fitness yaitu mempromosikan fitness dan kebugaran, maka Reps ID secara umum memberikan nilai tambah bagi tubuh fit yang dimunculkan dalam wacana.

Nilai ini berasal dari representasi konsepsi populer seperti keatraktifan dan penerimaan moral, di mana tubuh fit dipahami sebagai tanda kedisiplinan dan hidup produktif (Pronger, 2002 : 156). Tubuh-tubuh yang ditetapkan nilainya oleh Reps ID dianggap sebagai pusat dari keberhasilan pendisiplinan dalam wacana fitness. Sayangnya penyematan nilai-nilai ini masih mendukung konsepsi tradisional mengenai tubuh ‘ideal’ yang mengikuti ideologi dominan, baik pada tubuh perempuan maupun laki-laki.

- **Perempuan**

Pada perempuan, nilai ini disematkan ke dalam aspek-aspek estetika tubuh berupa seksi, langsing, kencang dan indah. Narasi ini diciptakan media melalui pemilihan kata dan ilustrasi visual dari tampilan tubuh –termasuk ukuran, bentuk, kekencangan, warna kulit, dan aspek lainnya- dari perempuan (Caudwell & Browne, 2013 : 55). Aspek-aspek ini, juga merupakan nilai-nilai tubuh yang berasal dari ideologi dominan yang merujuk kepada estetika dan seksualitas tubuh perempuan sebagai karakteristik keatraktifan. Kelangsingan bagi perempuan menciptakan ilusi akan suatu tubuh feminin ideal dalam konteks masyarakat kulit putih

(Azzarito, 2019 : 46). Sedangkan kencang, memberikan ilusi akan tubuh yang selalu memiliki sifat muda. Teks-teks di media menganggap bahwa tubuh tua tidaklah atraktif dan tidak memenuhi *public pleasure*, khususnya pada perempuan (Broom dan Tovey, 2009 : 93). Sehingga narasi tubuh ‘kencang’ ini menjadi suatu nilai yang diciptakan untuk mempersuasi perempuan dalam memercayai wacana fitness melalui teks. Relasi antara fitness dengan femininitas di sini menghubungkan antara femininitas dengan standar objektif dari kecantikan perempuan (Dworkin & Wachs, 2009 : 50).

- **Laki-laki**

Pada laki-laki, tubuh yang ditetapkan nilainya yaitu atletis, kekar, dan maskulin. Ketimbang mempromosikan sisi kesehatan, Reps ID cenderung menetapkan nilai-nilai maskulinitas pada kolom-kolom yang terdapat di *Men's Fitness*. Promosi mengenai tubuh berotot atau *muscularity* yang lekat kaitannya dengan maskulinitas juga disertai dengan internalisasi nilai-nilai lain pada laki-laki, misalnya prestasi kerja atau posisi sosial. Dworkin & Wachs (2009 : 90) menyebutkan bahwa kesuksesan tubuh individu laki-laki juga merepresentasikan kesuksesan komunitas yang lebih besar, negara misalnya. Sehingga, melalui wacana ini, laki-laki diharapkan tidak hanya sukses di bidang pekerjaan saja, namun juga pendisiplinan tubuhnya. Komunitas wacana dilibatkan untuk berpartisipasi aktif dan menjadi bagian dari hal tubuh tersebut melalui nilai-nilai keberhasilan pada tubuh laki-laki yang diintergrasi dengan perannya di

ruang publik. Melalui teks, tubuh laki-laki diberikan tanda berupa ukuran, kekuatan dan perlindungan yang juga membantu mengkonstitusi *moral order* kontemporer (Dwarkin & Wachs, 2009 : 91).

Adanya pemberian nilai pada tubuh perempuan dan laki-laki dalam wacana fitness juga memunculkan homogenitas atau keseragaman atas bentuk dan ukuran tubuh di media. Sebab hanya ada satu kategori untuk referensi tubuh yang bernilai dan diterima secara moral di masyarakat. Misalnya pada tubuh laki-laki yang atletis. Atletis dikonstruksi sebagai hal yang dapat menunjang suatu performa atau kepercayaan diri. Ada kegelisahan mengenai tubuh laki-laki yang kemudian diciptakan karena tidak berotot dan tidak ideal dalam wacana fitness. Demikian pula dengan tubuh kencang dan seksi bagi perempuan. Nilai-nilai tersebutlah yang disematkan pada tubuh melalui wacana fitness sehingga para perempuan dari komunitas wacana yang merasa tidak memiliki nilai-nilai tersebut akan mendisiplinkan dirinya sedemikian rupa.

2) Penggunaan Modalitas Dinamik

Modalitas dinamik yaitu modalitas yang menyatakan suatu kemampuan. Repts ID menyusun kalimat-kalimat yang meyakinkan komunitas wacana dengan menarasikan probabilitas dengan afirmasi-afirmasi bagi siapapun untuk mendisiplinkan tubuhnya menjadi tubuh yang patuh melalui aktivitas fitness. Umumnya, modalitas dinamik terdapat pada teks yang mempromosikan suatu resep latihan. Modalitas ini dapat dijumpai dalam

Men's Fitness dan *Women's Fitness*. Adapun contoh dari penggunaan modalitas dinamik adalah sebagai berikut;

- Jika Reps Mania ingin memiliki otot punggung yang kuat seperti dia, cobalah beberapa latihan berikut ini.
- Banyak cara yang dapat Anda latih untuk mendapatkan bentuk dada yang diinginkan.
- Nah, berikut ini ada 5 gerakan yang dapat melatih tubuh secara keseluruhan yang membuat Anda seksi saat memakai bikini.
- Dengan memiliki punggung yang seksi, seorang wanita dapat lebih menunjang penampilannya sehari-hari.

Penggunaan modalitas dinamik menjadi suatu mekanisme bagi Reps ID untuk meyakinkan komunitas wacana melalui suatu afirmasi. Dalam buku *'In Order To Discourse'*, Foucault (dalam Pronger, 2002 : 156) mengatakan bahwa wacana bekerja karena adanya kelangkaan yang dipaksakan dengan kuasa fundamental suatu afirmasi. Teks dari teknologi fitness fisik mengafirmasi potensi dari kuasa atas kehidupan dalam rangka mengurangi sifat mudah sakit, dalam rangka meningkatkan produktifitas kesejahteraan, kepercayaan diri, kapasitas fisik dan emosional, kebahagiaan, keatraktifan dan menjadi tampak muda. Modalitas dinamik yang dinarasikan oleh Reps ID memberikan afirmasi sekaligus kemungkinan dalam hal menjanjikan bentuk tubuh tertentu, yang berada di bawah ideologi dominan dalam wacana fitness. Tubuh-tubuh yang dikonstruksi sebagai 'ideal' menjadi suatu hal yang langka,

namun komunitas wacana dengan modalitas yang dinarasikan Reps ID ini diposisikan di bawah suatu kuasa dalam teks dengan afirmasi yang memberikan kemungkinan untuk mencapai potensi-potensi di atas.

Penggunaan modalitas dinamik juga menjadi salah satu mekanisme untuk menciptakan janji demokratis pada tubuh. Artinya, Reps ID melalui wacana fitness memposisikan tubuh sebagai *lingua franca*, yaitu mesin demokratis yang setara untuk semua orang yang mau mencoba (Claussen, 2002 : 16). Tubuh manusia yang berbeda-beda diperlakukan sama, dengan diberikan harapan atau kemungkinan yang sama untuk mencapai suatu kemungkinan tertentu. Wacana dalam budaya fisik atau *physical culture* melalui modalitas ini mengiming-imingi audiens dengan memperlihatkan permasalahan yang sesungguhnya (yaitu tubuh yang dikonstruksi sebagai *body of condemned*) dan menawarkan solusi fana (yaitu membuat tubuh menjadi lebih estetik melalui aktivitas fitness) yang sesungguhnya berakar pada usaha individu dan *will power*. Adapun kaitannya dengan budaya konsumen, proses intervensi teks ini menjadi suatu bentuk bisnis menjual impian atau ekspektasi (Claussen, 2002 : 16) melalui mekanisme bahasa yang menyamakan kemampuan atau kemungkinan tubuh yang berbeda-beda dari komunitas wacana.

3) Penggunaan Perumpamaan

Prosedur intervensi berikutnya yaitu menggunakan perumpamaan dalam teks. Perumpamaan ini digunakan untuk menggambarkan suatu representasi tubuh. Adapun perumpamaan yang digunakan memiliki

bentuk berbeda dalam *Men's Fitness* dan *Women's Fitness*. Berikut penjabarannya.

- **Laki-laki**

Mekanisme ini ditemukan pada *Men's Fitness* yang berkaitan dengan proses persuasi untuk pembentukan otot. Reps ID mengibaratkan otot laki-laki adalah suatu elemen alam yang melambangkan kekuatan atau makna tertentu. Adapun kalimat-kalimat yang digunakan, dinarasikan sebagai berikut;

- Berikut ini ada berbagai macam latihan yang dipraktekkan Daniel dalam mendapatkan otot trapezius yang tinggi layaknya gunung Himalaya!
- Pada kesempatan ini Mr Olympia, Brandon Curry membeberkan bagaimana cara membentuk otot bahu yang bulat layaknya batu!

Reps ID dalam wacana fitness ini menggunakan majas atau perumpamaan demi memberikan suatu kesan istimewa pada tubuh laki-laki yang mendisiplinkan tubuhnya sesuai dengan preskripsi atau resep latihan yang diberikan. Otot merupakan elemen penting dalam fitness, terutama bagi laki-laki. Dalam persuasi yang dilakukan Reps ID tersebut, otot laki-laki yang memenuhi standar kepatuhan dalam hal bentuk dan kekuatan diibaratkan sebagai gunung himalaya atau batu. Melalui majas atau perumpamaan tersebut, Reps ID mengibaratkan tubuh yang terdisiplinkan dengan elemen alam yang dikonstruksi sebagai lambang keperkasaan atau maskulinitas. Pembentukan otot yang terkait dengan

wacana kesehatan dan fitness pada wacana ini dideskripsikan sebagai buatan tangan manusia yang bersifat ‘keras’, atau elemen natural, seperti besi, permata, batu. Penggunaan kata otot ‘seperti batu’ menciptakan aura tidak terkalahkan yang timbul dalam kalimat tersebut. Penekanan elemen alam dan sugesti dari proses linear dari pembentukan tubuh melalui kerja keras menghubungkan hubungan tubuh dengan teknologi mutakhir dan produk mutakhir yang bisa diproduksi oleh ilmu pengetahuan untuk mengontrol takdir tubuh manusia (Dworkin dan Wachs, 2009 : 84).

- **Perempuan**

Pada *Women's Fitness*, hal serupa tidak ditemukan sebab teks Reps ID tidak menyandingkan tubuh wanita yang patuh dengan suatu perumpamaan dari elemen alam atau sejenisnya. *Women's Fitness* lebih mengajak perempuan dengan cara menyandingkan tubuh mereka dengan *role model* yang dapat mempersuasi komunitas wacana untuk mengikutinya. Contoh; “Dapatkan bokong yang seksi layaknya *Miss Bikini*”. Pada kalimat tersebut, Reps ID tidak mengumpamakan tubuh perempuan dengan elemen lain, melainkan meminta perempuan untuk melihat contoh dari tubuh perempuan lainnya. Melalui mekanisme ini, perempuan sebagai target representasi cenderung lebih mudah untuk diajak untuk mengikuti *role model* dengan menciptakan komparasi sosial melalui teks, antara tubuh mereka dengan tubuh yang direpresentasi di media (Wykes & Gunter, 2005 : 167).

Melalui proses intrevensi teks yang ada, Reps ID menggunakan bahasa sebagai alat pembentuk wacana untuk mengontrol masyarakat (Cataldi, 2004 : 64) dalam hal ini adalah membentuk deskripsi dan perspektif mengenai *docile body*. Bagaimana ideologi dominan mengenai tubuh ideal dinaturalisasi melalui wacana fitness dapat kita lihat melalui pembahasan di atas. Bahasa yang digunakan oleh Reps ID memposisikan tubuh sebagai sesuatu yang berada di bawah kuasa, di mana tubuh tersebut ditandai, diinvestasikan, dilatih, dibentuk oleh suatu kuasa (Donaldson & Kwok, 2002 : 90). Kuasa dalam hal ini dapat membuat tubuh menjadi medium untuk mengekstraksi informasi untuk ditransformasi atau dijadikan subjek kuasa. Sedangkan posisi komunitas wacana di sini adalah sebagai konsumen budaya dari komersialisasi fitness yang dipersuasi melalui narasi konsep *docile body* yang ada.

3.4 Tahap 4 : Strategi Formatif

Bagian terakhir dari proses arkeologi ini adalah strategi formatif yang bertujuan untuk mengungkapkan prinsip-prinsip atau teori dari pilihan diskursif yang ada, untuk melacak elemen-elemen wacana yang sedang berlangsung antara golongan-golongan dalam suatu wacana (Cataldi, 2004 : 89). Melalui pilihan-pilihan yang ditemukan di dimensi sebelumnya (yaitu pada tahap pertama hingga ketiga), karakteristik wacana dapat dibandingkan. Foucault mencari bukti-bukti dari faktor-faktor dalam strategi yang berulang atau tema implisit dalam pilihan wacana. Seperti strategi yang merepresentasikan pilihan diskursif, perlu dilihat rasionalisasi dari pilihan dan mekanisme yang memengaruhi pengambilan keputusan.

Strategi atau tema dari pilihan wacana umumnya ditemukan dalam pernyataan yang dianggap sebagai *goals*. Hal-hal ini biasanya merupakan pernyataan dari tujuan

yang dikombinasikan atau dikualifikasi oleh pernyataan atau fungsi, atau bagaimana suatu tujuan diimplementasi. Prosedur dari tahap ini adalah mengkontraskan elemen-elemen yang digunakan dalam wacana dengan cara mengkomparasi ide-ide atau strategi di antara pembuatan keputusan dan dampak pada pilihan diskursif. Dalam proses strategi formatif ini, ada tiga tahap. Pertama yaitu titik difraksi. Kedua, titik determinasi, dan yang ketiga adalah fungsi otoritas. Pembahasan dalam tahap ini akan disusun secara struktural berdasarkan pernyataan yang telah ada. Peneliti di sini perlu untuk menghubungkan mereka ke dalam tema tertentu yang menggabungkan pernyataan individual ke dalam domain general dari suatu pernyataan, untuk kemudian menjadi wacana yang terstruktur (Markula & Silk, 2011 : 131).

3.4.1 Titik Difraksi

Mengenai titik difraksi, ada dua ide yang digunakan untuk mendeskripsikan strategi; ketidaksesuaian dan persamaan. Ketidaksesuaian, di sini adalah sesuatu yang berlawanan yang disampaikan dalam wacana yang sama. Sebaliknya, persamaan adalah sesuatu yang disampaikan dengan basis peraturan yang sama dalam wacana. Sebab setiap organisasi akan muncul dengan seri-seri dari aksi dan teks individu, dan mengekspresikan dirinya dengan karakteristik pernyataan dan mempromosikan konsep tertentu dan konsep pengelompokan, di mana hasilnya adalah strategi fungsional yang berdampak pada wacana (Cataldi, 2004 : 91). Dalam titik difraksi ini ada beberapa pernyataan yang dinarasikan oleh Reps ID.

Hal pertama yang ditemukan dalam titik difraksi pada teks yang disajikan Reps ID adalah ketidaksesuaian atau inkompatibilitas mengenai

batasan-batasan pada perempuan dalam pendisiplinan tubuh. Ada dua ide yang saling berlawanan, namun menjadi pernyataan yang sama-sama diamini penerimaannya dalam kehidupan sosial. Misalnya dalam hal makan. Melalui teks Reps ID, narasi mengenai pola makan dalam wacana fitness bagi perempuan cenderung rumit. Reps ID mempromosikan tirani kelangsingan pada perempuan, salah satunya dengan tidak makan terlalu banyak atau berhenti mengonsumsi makanan tertentu, seperti nasi putih yang mengandung karbohidrat. Ada kekhawatiran yang ditanamkan kepada para perempuan melalui wacana ini dengan memberikan tendensi negatif terhadap kegemukan. Perempuan gemuk dianggap tidak atraktif dan dibahasakan sedemikian rupa dengan *tone* berita yang cenderung negatif. Bahkan, dalam kolom *Figure*, keberadaan perempuan gemuk dihilangkan baik secara kuantitatif maupun kualitatif dalam wacana fitness. Hal ini merupakan bagian strategi dari mempromosikan tubuh perempuan yang patuh pada ideologi dominan dan kecantikan masyarakat heteroseksual dalam budaya fitness, di mana pernyataan ini didukung dengan kebencian terhadap kegemukan (Kennedy dan Markula, 2011 : 97).

Di sisi lain, perempuan juga diminta oleh Reps ID untuk jangan takut makan, sebagaimana dinarasikan dalam artikel yang membahas tentang Beverly, mantan pengidap anoreksia. Gangguan makan, disebabkan oleh banyak faktor. Namun faktor yang paling umum ditemukan adalah ketidakpuasan tubuh, perasaan tidak aman atau *insecurity* terhadap tubuh akibat sering membandingkannya dengan orang lain, terutama setelah melihat

representasi tubuh di media. Takut makan disebabkan oleh perasaan takut menjadi gemuk, sesuatu yang umumnya juga dipromosikan oleh media, termasuk Reps ID, kepada khalayak. Reps ID melalui artikel tersebut melakukan suatu mekanisme untuk menyisipkan rasa khawatir yang sama pada komunitas wacana akan tubuh yang terjangkit penyakit karena gangguan makan. Pernyataan ini merupakan sisi berbeda dari pernyataan yang digunakan Reps ID sebelumnya untuk mengontrol tubuh perempuan mengenai makan, namun keduanya akhirnya disepakati dan menjadi suatu strategi dalam membentuk dan menyebarluaskan wacana mengenai pola makan perempuan.

Titik difraksi berikutnya masih pada tubuh perempuan yang didorong untuk melakukan olahraga atau fitness guna membentuk tubuhnya, menghindarkan dari gelambir lemak atau kegemukan, dan menjadikannya aktif secara fisik. Lebih jauh lagi, masing-masing bagian tubuh memiliki cara pendisiplinannya sendiri. Sejumlah resep latihan dihadirkan untuk masing-masing bagian tubuh yang hendak didisiplinkan, beserta visualisasi peraga latihan dengan tubuh yang dikonstruksi sebagai *docile body*. Tubuh perempuan dalam perspektif *male gaze* dianggap selalu tidak sempurna dan bermasalah. Kemudian, demi ‘menyempurnakannya’, tubuh ini dipecah ke dalam bagian-bagian seperti perut, bokong, ketiak, pinggul, dan bagian-bagian lainnya, disertai dengan sejumlah latihan khusus yang direkomendasikan dalam rangka ‘memperbaiki’ bagian-bagian tersebut (Choi, 2000 : 67). Narasi dan visual yang digunakan mengarahkan pada persepsi bahwa tubuh

perempuan dianggap problematis dan membutuhkan pendisiplinan serta kontrol (Caudhwell & Browne, 2013) yang dalam hal ini dapat dicapai melalui fitness.

Di sisi lain, dari dorongan mengenai fitness atau latihan bagi tubuh perempuan, mereka tidak diperkenankan untuk memiliki tubuh berotot, sebagaimana laki-laki. Berotot merupakan salah satu hasil yang sangat mungkin dicapai dari pelaksanaan fitness, yang juga menjadi pernyataan penting dalam wacana fitness di Reps ID. Berotot bagi tubuh perempuan menjadi sah, ketika itu memberikan efek ‘kencang’ terhadap tubuhnya dan tidak terlalu besar. Narasi Reps ID sebagai media fitness justru memberikan kesan eksklusif bagi tubuh perempuan yang berotot, membahasakan dan mengidentikkannya dengan tubuh laki-laki. Ideologi dominan dalam wacana memposisikan tubuh perempuan untuk tidak lebih ‘perkasa’ daripada laki-laki, serta menempatkannya pada tirani kelangsingan, di mana perempuan dilarang untuk menjadi ‘besar’ sebab mereka didorong mengambil ruang sekecil mungkin (Bartky, 1990 : 73). Pernyataan ini menjadi suatu ide yang berbeda dari pernyataan yang digunakan Reps ID sebelumnya untuk mengontrol tubuh perempuan mengenai latihan, namun keduanya akhirnya disepakati dan menjadi suatu strategi dalam membentuk dan menyebarkan wacana mengenai latihan dan efek sampingnya, yaitu tubuh berotot bagi perempuan.

Di era ini, feminin ideal disematkan kepada mereka yang memiliki tubuh kurus dan terjaga. Perempuan mencoba untuk memenuhi sisi ideal ini

dengan diet, latihan, dan upaya-upaya lain yang dilakukan dengan beragam produk kecantikan. Ideologi dominan yang dinaturalisasi nilai-nilainya dalam masyarakat menjadi salah satu faktor plus bagi Reps ID dalam menarasikan dorongan bagi perempuan untuk mendisiplinkan tubuhnya melalui dua pernyataan yang kontradiktif mengenai pola makan dan latihan. Masyarakat terlena dengan rangkaian standar kecantikan, kemudian mengatur suatu tujuan yang tidak realistis untuk memenuhi tuntutan industri kecantikan yang menjual mitos bahwa setiap orang bisa mempunyai penampilan menarik ketika mereka mengupayakannya (Bogar dan Tury, 2019 : 20). Wacana fitness menjadi salah satu alat yang dijadikan narasi untuk pemberdayaan tubuh, dalam hal ini tubuh perempuan, untuk mencapai standar yang ada. Sayangnya, masyarakat hanya menerima standar yang seragam mengenai kecantikan (Bogar dan Tury, 2019 : 20). Sehingga wacana yang dipromosikan Reps ID mengenai tubuh perempuan, yang masih menganut ideologi dominan menjadi langgeng dan mudah dipercaya.

3.4.2 Titik Determinasi

Titik determinasi menguji peran yang dimainkan oleh wacana yang dipelajari dalam kaitannya dengan sesuatu yang kontemporer atau terkait dengannya. Wacana dijadikan sesuatu yang formal dan dinilai secara sama, namun berbeda posisi. Posisi dari wacana di suatu bidang berpengaruh pada delimitasi pilihan ide. Ide terbatas pada level yang lebih tinggi dari ruang yang lebih luas. Dalam titik determinasi ini, ada prinsip-prinsip yang diizinkan atau diesklusi dari pernyataan-pernyataan yang ada. Fungsi dari titik determinasi

ini adalah untuk mengidentifikasi pernyataan. Identifikasi prinsip dan kemungkinan dan eksklusifitas yang berkontribusi untuk pilihan-pilihan dalam wacana. Hal-hal yang membangun keputusan termasuk apa yang mungkin bagi organisasi dan mengapa ada keputusan atau pilihan yang dihindari (Cataldi, 2004 : 91).

Fitness dari sisi industri mungkin akan dilihat berbeda dengan wacana fitness jika dikaji melalui perspektif lain. Medis, misalnya. Melalui wacana fitness, ada hal yang memungkinkan dan mendukung untuk diangkat oleh Reps ID, dan ada pula yang dihindari. Sebagai sebuah media fitness, Reps ID menyajikan wacananya dari sisi *consumer culture* atau budaya konsumen. Salah satunya adalah dengan menghadirkan penutur wacana yang berasal dari industri fitness dan duta merek (*brand ambassador*) dari produk-produk yang menunjang pernyataan atau ide utama dari fitness yang diusung. Reps ID dalam beberapa artikelnya menghadirkan Muhammad Iqbal untuk menjadi penutur wacana. Iqbal adalah atlet dari Scitec Nutrition, salah satu *brand* yang mengeluarkan produk berupa suplemen profesional pembentuk tubuh yang membantu pembentukan otot dan tubuh bagi laki-laki. Secara visual, Iqbal memiliki tubuh atletis dan berotot, sebagaimana standar *docile body* dalam konstruksi media tradisional.

Hal ini selaras dengan agenda kapitalisme yang cenderung membuat seseorang menjadi konsumtif, dalam hal ini untuk mengkonsumsi produk yang berkaitan dengan fitness atau kesehatan. Sektor kesehatan dan fitness mempromosikan dan memotivasi individu untuk mengupayakan tampilan

tubuh untuk kepentingan kesehatan dan penampilan dengan cara membeli produk dan layanan kesehatan dan fitness (Dorney, 2011 : 17). Scitec Nutrition juga dalam pengamatan peneliti, ternyata merupakan salah satu *brand* yang beriklan pada situs Reps ID. Menampilkan tubuh Iqbal merupakan mekanisme media untuk mempersuasi pembaca untuk melirik pula produk yang direpresentasikan oleh Iqbal yang juga merupakan mitra dari Reps ID, yaitu Scitec Nutrition.

Titik determinasi dari wacana fitness yang diangkat Reps ID memiliki sisi lain yaitu wacana kesehatan. Fitness merupakan bidang yang sangat berkaitan dengan kesehatan. Tujuan utama dari fitness awalnya dinarasikan sebagai upaya untuk menjaga kesehatan. Wacana kesehatan meliputi dua hal; pemahaman yang diproduksi oleh dunia medis, serta wacana kesehatan populer yang bernada ilmiah (Pylypa, 1998). Wacana fitness populer di media dan medis dinilai secara sama namun berbeda posisi. Dan dari posisi ini ada ide-ide pilihan yang berbeda pula. Reps ID dalam tidak mengangkat ahli medis untuk menjadi penutur dalam wacananya karena fitness yang dipromosikannya menggunakan ide-ide dari pemahaman kesehatan populer. 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 (Pylypa, 1998).

Menampilkan wacana fitness melalui perspektif kesehatan populer menjadi pilihan Reps ID untuk menarasikan pernyataan-pernyataan yang digunakannya, sebab wacana fitness media bergantung pada standar industri

yang sarat akan komersialisasi. Penekanan pada olahraga dan fitness dalam hal kapitalisme ditandai oleh komersialisasi tubuh yang dihubungkan dengan pergeseran dari kapitalisme industri terhadap budaya post industri yang ditemukan dalam ekonomi global, industri pelayanan, periklanan dan konsumerisme (Kennedy & Markula, 2011 : 52). Proses produksi informasi dalam wacana yang diangkat oleh Reps ID dan promosi pendisiplinan tubuh yang ada tidak menggunakan perspektif medis, namun lebih kepada apa yang bisa ‘dijual’ kepada komunitas wacana. Fokus terhadap tubuh yang cantik, perlambatan penuaan dan nilai-nilai fitness dan kesehatan yang ada merefleksikan konsumerisme pada tubuh (Kennedy & Markula, 2011 : 52).

Melalui budaya konsumerisme ini, komunitas wacana mendapat terpaan dari Reps ID selaku media fitness, bahwa tubuh harus ditransformasi menjadi kurus dan kencang, yang menandakan kesejahteraan tubuh yang natural. Wacana fitness seolah tidak menerima gaya hidup rata-rata yang ‘dianggap’ tidak sehat. Seperti pada kasus Rina, atlet perempuan yang diangkat oleh Reps ID dalam kolom *Figure* yang tidak mengkonsumsi nasi – sebagai makanan pokok orang Indonesia- selama lima tahun. Konsumsi nasi menjadi gaya hidup rata-rata yang dianggap tidak sehat karena dikhawatirkan membuat tubuh menjadi gemuk. Sementara gemuk merupakan suatu konsepsi yang dikategorikan sebagai *body of condemned* dalam wacana fitness, yang menampilkan sisi ketidaksempurnaan pada tubuh.

Tubuh membutuhkan disiplin yang konstan dan usaha untuk melawan ketidaksempurnaan, dan fitness dalam wacana ini hadir sebagai penyembuhan

(Zajac, 2011 : 21). Dengan demikian, promosi komersialisasi di sini semakin memiliki posisi kuat di benak khalayak. Komersialisasi dalam budaya fit di mana fitness dan individu menjadi suatu komoditas dan dapat diraih melalui pembelian komoditas tertentu yang berupa barang atau jasa (Sasatelli dalam Zajac, 2011 : 21). Pada kasus makanan dan pola makan seperti Rina, media akhirnya memberi ruang bagi produk-produk konsumerisme untuk ambil andil dalam menyediakan alternatif, seperti katering diet, *snack* rendah lemak, dan lain-lain yang dikonstruksi sebagai ‘makanan sehat’.

3.4.3 Fungsi Otoritas

Terakhir, yaitu fungsi otoritas. Teks media memiliki interaksi dengan masalah-masalah yang ada, beserta praktiknya di masyarakat dalam aturan penghargaan yang umumnya diterima untuk pengaruh wacana atau transfer dan idealisasi suatu ide, kepercayaan, nilai, dan lain-lain. Relasi wacana dengan keadaan luar adalah bagaimana wacana menyesuaikan dan mendefinisikan kembali masalah-masalah yang ada dengan tujuan sekunder, bagaimana ia merepresentasikan suatu penyebab yang bukan intinya, dan bagaimana hal ini mengintegrasikan pandangan dari masalah ke dalam tatanan sosial. Ini merupakan pilihan diskursif dan indikatif dari kekuatan ideologi teks media terhadap kuasa dalam konteks situasional. Adapun hal penting dalam proses ini adalah, wacana dievaluasi berdasarkan penerimaannya sehari-hari. Dalam hal ini, penerimaan dapat direpresentasikan dari kurikulum yang digunakan untuk mengontrol partisipasi dari komunitas wacana (Cataldi, 2004 : 93).

Melalui fungsi otoritatif sebagai media, Reps ID menggunakan wacana fitness untuk mengatur tubuh-tubuh apa yang perlu didisiplinkan. Pada intinya, tubuh hanya memerlukan sehat sebagai kata kunci. Namun dengan hadirnya fitness, ada kuasa-kuasa tertentu yang muncul dari teks terhadap tubuh individu. Apa yang dinarasikan, dan apa yang dicari oleh komunitas wacana bukan lagi sekedar tubuh yang sehat. Melalui fungsi otoritatif dari media, Reps ID mampu membuat pendisiplinan bagian-bagian tubuh tertentu menjadi dianggap penting oleh masyarakat. Pendisiplinan tubuh sesungguhnya bukanlah isu utama dalam fitness. Namun dengan mempromosikan pendisiplinan tertentu melalui narasi dan visual yang ada, Reps ID menjadikannya isu yang diperhatikan oleh komunitas wacana. Artikel-artikel yang mengangkat pendisiplinan tertentu secara terus-menerus dinarasikan sedemikian rupa. Dalam suatu pemberitaan, merebut kepercayaan audiens akan lebih terstruktur apabila media melakukan fungsinya dengan otoritas dan konsistensi (Matheson, 2005). Dan hal tersebut telah dilakukan oleh Reps ID dalam membuat wacana fitness ini dipercaya oleh masyarakat.

Selanjutnya, fungsi otoritatif sebagai media digunakan oleh Reps ID untuk mengklasifikasi gender melalui tubuh. Perempuan dan laki-laki dikonstruksi untuk menjalani latihan yang berbeda, bagian-bagian tubuh dan cara pendisiplinan yang berbeda, serta *role model* berbeda dalam hal fitness. Tubuh yang dikonstruksi dalam hal ini mempunyai nilai lebih dari sekedar sehat, namun juga fit dan *docile*. Lebih jauh, lagi klasifikasi mengenai tubuh ini dapat menempatkan posisi kepentingan laki-laki dalam pendisiplinan

tubuh demi kepentingan di ruang publik, dan perempuan di ruang domestik. Sebagaimana ditemukan pada artikel-artikel yang ada, Reps ID mempromosikan peran domestik dari perempuan dan mendukung perempuan untuk mitra laki-lakinya dalam hal domestik yang merupakan pusat dari konstruksi heteroseksual (Johnston & Valentine dalam Caudhwell & Browne, 2013). Hal ini sangat mudah mendapatkan penerimaan di masyarakat karena diperkuat oleh stereotip gender tradisional yang berlaku di masyarakat.

Adapun kurikulum pendisiplinan tubuh yang digunakan oleh media adalah resep latihan. Resep latihan ini dapat ditemukan di semua kolom fitness, baik dalam *Program*, *Training* maupun *Figure*. Markula dan Pringle (2006 : 60) mengemukakan bahwa adanya resep latihan juga memberi ruang untuk suatu ‘pengawasan’. Resep latihan juga merupakan bagian dari taktik mekanisme bagi seseorang dalam hal relasi kuasa. Ada *rate of progression*, ada jumlah latihan atau repetisi yang digunakan. Menurut Foucault, kuasa ada di mana-mana, dan segala sesuatu adalah produk kuasa, yang dioperasikan melalui wacana, pengetahuan, dan apapun yang disebutnya sebagai ‘rezim kebenaran’. Melalui fungsi otoritatif dari teksnya, kuasa di Reps ID diwujudkan berupa resep latihan yang dinaturalisasi sebagai suatu bentuk upaya menjaga kesehatan tubuh dalam ‘rezim kebenaran’. Namun sesungguhnya di balik itu, terdapat kepentingan lain dari media yaitu melanggengkan fitness sebagai suatu ‘kuasa’ dan mekanisme panoptik untuk membuat pembaca menjadi merasa perlu mendisiplinkan tubuhnya melalui cara-cara tertentu.

3.5 Diskusi

Setelah melakukan analisis arkeologi yang terdiri dari empat tahap, tampak beberapa pola mekanisme Reps ID dalam teks media yang digunakan. Pada level teks, Reps ID menanamkan cara berpikir *self-surveillance* kepada komunitas wacana untuk melakukan kontrol terhadap tubuhnya sendiri, baik kepada perempuan maupun laki-laki. Kontrol tersebut mencakup perihal makanan, latihan, serta berat badan, untuk memenuhi *docile body* dan menghindari *body of condemned*. Perempuan dalam kontrol tersebut cenderung diberikan narasi *fear mongering*, yaitu suatu teknik yang melibatkan rasa takut untuk memengaruhi pendapat (Arbor, 2009 : 15), yang dalam hal ini digunakan untuk meyakinkan komunitas wacana akan hal-hal yang dikonstruksi media sebagai sesuatu yang kurang baik bagi tubuh, seperti takut gemuk, takut berotot, takut mengidap anoreksia, dan lain-lain. *Fear mongering* juga mudah ditemukan dalam isu-isu seperti politik dan sejenisnya untuk mempropaganda publik melalui rasa takut. Sedangkan pada laki-laki, teks cenderung memberikan afirmasi positif seperti kebebasan atau otoritas dalam memilih aktivitas dan gaya hidup tertentu, serta tubuh patuh yang dinarasikan dapat menunjang performa kinerja. Laki-laki diberikan tanda berupa ukuran dan kekuatan yang membantu mengkonstitusi *moral order* kontemporer (Dworkin & Wachs, 2009 : 91). Dalam hal ini perempuan diminta untuk menyesuaikan diri dengan kontrol yang ada, untuk menyediakan suatu standar yang bisa diukur oleh laki laki dalam mendefinisikan identitas mereka.

Tubuh yang patuh atau *docile bodies* yang dihasilkan dari pendisiplinan melalui wacana fitness pun dinarasikan berbeda dalam teks secara fungsi dan peran. Pada perempuan, tubuh patuh harus memiliki keatraktifan seksual dan memenuhi perannya di ruang domestik, seperti tubuh yang fit demi menyenangkan suami atau mengurus anak. Sedangkan pada laki-laki, identitas maskulin serta otoritas dalam menggunakan tubuh sebagai sarana mengembangkan diri adalah sesuatu yang ditonjolkan dalam narasi-narasi tubuh patuh. Hampir tidak ada peran laki-laki untuk menggunakan tubuhnya di ruang domestik yang dinarasikan Reys ID dalam teks. Konsep ini terus menerus direpetisi dalam teks hampir pada setiap aspek mengenai pendisiplinan tubuh laki-laki dan perempuan. Sehingga hal tersebut lama-kelamaan dapat dipercaya oleh komunitas wacana sebagai suatu kebenaran.