

## DEKONSTRUKSI IDEAL BODY IMAGE PADA PEREMPUAN DALAM FILM GENDUT SIAPA TAKUT?!

<sup>1</sup>Novania Tiara Putri Mahendra, <sup>2</sup>Merry Fridha Tri Palupi, <sup>3</sup>Irmasanthi Danadharta

<sup>1,2,3</sup> Ilmu Komunikasi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

[novaniatiara063@gmail.com](mailto:novaniatiara063@gmail.com)

### Abstract

*The ideal body image of women in Indonesia has become a significant topic, particularly in relation to the influence of global culture and media. The existing beauty standards often emphasize certain physical traits, such as slim bodies and fair skin, which create social pressure for women to meet these expectations. This research examines the film "Gendut Siapa Takut?!" as an effort to deconstruct the ideal body image. By employing a qualitative approach and semiotic analysis, this study identifies the symbols and messages conveyed by the film regarding self-acceptance and the diversity of body shapes. The film features a variety of female characters, challenging traditional views of beauty and encouraging the audience to appreciate beauty that is not solely focused on physical appearance. The analysis results indicate that the film successfully dismantles narrow beauty myths and promotes a more inclusive perspective. Thus, this research contributes to the understanding of how media, particularly film, can serve as a tool to raise awareness and foster discussions about body image in society. This study also offers recommendations for further exploration of the deconstruction of ideal body image within diverse cultural and media contexts.*

**Keywords:** Ideal Body Image, Women's Beauty, Deconstruction

### Abstrak

Citra tubuh ideal perempuan di Indonesia telah menjadi topik yang signifikan, terutama terkait dengan pengaruh budaya global dan media. Standar kecantikan yang ada sering kali menekankan pada fisik tertentu, seperti tubuh ramping dan kulit cerah, yang menimbulkan tekanan sosial bagi perempuan untuk memenuhi harapan tersebut. Penelitian ini mengkaji film "Gendut Siapa Takut?!" sebagai upaya untuk mendekonstruksi citra tubuh ideal. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif dan analisis semiotika, penelitian ini mengidentifikasi simbol dan pesan yang disampaikan oleh film mengenai penerimaan diri dan keberagaman bentuk tubuh. Film ini menampilkan karakter perempuan yang beragam, menantang pandangan tradisional tentang kecantikan, dan mengajak penonton untuk menghargai keindahan yang tidak hanya terfokus pada penampilan fisik. Hasil analisis menunjukkan bahwa film ini berhasil meruntuhkan mitos kecantikan yang sempit dan mempromosikan pandangan yang lebih inklusif. Dengan demikian, penelitian ini berkontribusi pada pemahaman tentang bagaimana media, khususnya film, dapat berfungsi sebagai alat untuk meningkatkan kesadaran dan diskusi mengenai citra tubuh dalam masyarakat. Penelitian ini juga memberikan rekomendasi untuk eksplorasi lebih lanjut mengenai dekonstruksi citra tubuh ideal dalam konteks budaya dan media yang beragam.

**Kata kunci:** Citra tubuh ideal, Kecantikan Perempuan, Dekonstruksi

### Pendahuluan

Ideal *body image* atau Citra tubuh ideal seorang perempuan telah menjadi topik utama yang semakin penting dalam beberapa tahun terakhir terutama di Indonesia, terutama dalam konteks pengaruh budaya global dan perkembangan media. Standar kecantikan yang umum berlaku sering kali didasarkan pada karakteristik fisik tertentu, seperti tubuh yang kurus, tinggi, dan berkulit terang. *Body image* atau gambaran citra tubuh menjadi konsep yang sempurna

untuk mewakili realitas tersebut yang didefinisikan sebagai pengalaman individual yang tak terbatas dalam aspek penampilan fisik, daya tarik fisik, atau kecantikan luar semata. Karena citra tubuh meliputi gambaran mental yang mencakup pikiran, persepsi, perasaan, emosi, penilaian, kesadaran dan perilaku mengenai penampilan dan bentuk tubuh yang dipengaruhi idealisasi pencitraan tubuh di masyarakat (Melliana S., 2006: 82-83).

Menjadi “perempuan” berarti menjadi cantik, sebaliknya tidak menjadi cantik sangatlah tidak perempuan dan cantik adalah kata yang sebagian besar mengacu pada sifat fisik, Dengan kata lain kecantikan hanyalah aksesoris , bukan keanggunan sejati (Melliana, 2006). Berdasarkan hal ini, seorang perempuan seolah-olah diharapkan untuk memiliki fisik yang cantik. Kecantikan seorang perempuan lebih banyak dilihat melalui penampilan luarnya dibanding dengan kecantikan dari kepribadian mereka, seperti cara berpikir, sikap, cara berbicara dan sebagainya. Padahal kecantikan sejatinya perempuan tidak dapat dinilai dari penampilannya saja. Para perempuan yang terlihat tampil sebagai model fashion, mengaku mengetahui dari awal mereka dapat berpikir secara sadar, bahwa sosok yang ideal yaitu sosok dengan tubuh yang tinggi, kurus, putih dan memiliki rambut berwarna pirang dengan wajah yang bersih tanpa noda, simetris dan tanpa kekurangan sedikit pun (Wolf 2004:4).

Standar dari bentuk tubuh yang ideal adalah tubuh yang mempunyai keserasian antara berat dan tingginya badan. Tubuh yang indah atau ideal digambarkan dengan tubuh yang terlihat kurus, berlekuk, sehat dan kuat, sedangkan tubuh ideal pada laki-laki digambarkan memiliki tubuh yang ramping, berotot, dan sehat menurut Standbu dan Kvalem dalam (Widiastuti, 2016). Standar ideal tersebut kemudian membentuk citra tubuh pada masyarakat, khususnya bagi kaum millenial yang berpendapat bahwa citra tubuh atau body image merupakan persepsi diri terhadap dirinya sendiri di mata orang lain serta anggapan tentang diri sendiri untuk melihat pantas atau tidaknya mereka di lingkungan sekitar menurut (Sa'diyah, 2015).

Konstruksi kecantikan yang telah terbentuk yang akhirnya menekan perempuan untuk memenuhi standar kecantikan tersebut yang sebenarnya terasa bias di masyarakat (Islamey, 2020). Hal ini yang kemudian menimbulkan adanya tekanan sosial yang harus dialami oleh perempuan di mana ia merasa harus mencapai standar kecantikan tersebut agar tidak menerima komentar dari masyarakat apabila tidak bisa memenuhi standar kecantikan yang ditetapkan padahal nyatanya sangat sukar bagi perempuan untuk bisa mencapai standar tersebut karena setiap individu dilahirkan dengan memiliki bentuk fisik dan tubuh yang relatif berbeda dengan individu lainnya (Montana & Junaidi, 2022). Akibatnya, tidak jarang bagi perempuan yang dianggap tidak dapat memenuhi standar kecantikan yang pada akhirnya memunculkan adanya perasaan tidak percaya diri, insecure terhadap bentuk fisiknya, juga hingga munculnya perasaan takut terkena bully apabila tidak dapat mencapai standar kecantikan tersebut (Rahardaya, 2021).

Dalam konteks perfilman, beberapa film Indonesia mulai menunjukkan upaya untuk mendekonstruksi citra tubuh ideal. Film-film ini tidak hanya menghadirkan karakter perempuan dengan bentuk tubuh yang beragam, tetapi juga mengeksplorasi isu penerimaan diri dan keberanian untuk melawan standar kecantikan yang ada. Dengan cara ini, film dapat menjadi alat yang kuat untuk menciptakan kesadaran dan memicu diskusi tentang citra tubuh di masyarakat. Salah satu film yang ada di Indonesia berjudul "Gendut Siapa Takut?!" merupakan salah satu contoh yang menampilkan bahwa peran utama di sebuah film tidak harus mempunyai bentuk fisik yang sempurna. Melalui narasi dan karakter yang kuat, film ini menantang pandangan tradisional tentang kecantikan dan memberikan pesan positif tentang penerimaan diri. Dalam film ini, penonton diajak untuk melihat bahwa keindahan tidak terbatas pada penampilan fisik, tetapi juga mencakup karakter, kepribadian, dan sikap terhadap diri sendiri. Melalui analisis mendalam terhadap film ini, penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana representasi tubuh perempuan dalam "Gendut Siapa Takut" dapat berkontribusi pada dekonstruksi ideal body image di Indonesia. Dengan fokus pada narasi dan karakter, diharapkan dapat mengungkap bagaimana film ini memberikan perspektif baru yang lebih inklusif tentang kecantikan. Dalam menganalisis film ini peneliti menggunakan teori

Dekonstruksi Derrida yang merujuk pada metode pembacaan teks yang bertujuan untuk membongkar teks dari dalam. Ini berarti bahwa dekonstruksi menganalisis sebuah teks untuk mengidentifikasi di mana teks tersebut menempatkan pusatnya, serta untuk mengamati bagaimana teks tersebut saling bertentangan. (Harmon, 2014)

## Metode Penelitian

Pendekatan penelitian kualitatif dalam studi film bertujuan untuk memahami makna, konteks, dan pengalaman yang terkait dengan film sebagai medium budaya. Penelitian kualitatif berfokus pada pemahaman yang mendalam tentang fenomena sosial dan budaya, yang sangat relevan dalam analisis film sebagai bentuk seni dan komunikasi (Denzin dan Lincoln, 2011). Salah satu pendekatan yang sering digunakan dalam penelitian kualitatif adalah konstruktivisme, yang menekankan bahwa pengetahuan dan makna dibangun melalui interaksi sosial dan pengalaman individu. Dalam konteks penelitian film, pendekatan konstruktivisme memungkinkan peneliti untuk memahami bagaimana penonton dan pembuat film menciptakan makna dari film berdasarkan latar belakang, pengalaman, dan konteks sosial mereka.

Jenis penelitian yang menggunakan analisis semiotika Roland Barthes dapat dikategorikan sebagai penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif, eksploratif, dan interpretatif. Penelitian deskriptif bertujuan untuk memberikan gambaran yang jelas mengenai fenomena yang diteliti, dengan fokus pada analisis mendalam terhadap teks atau objek penelitian, seperti film, iklan, atau sastra. Penelitian kualitatif berfokus pada pemahaman subjektif dan interpretasi, sehingga data yang dikumpulkan sering kali bersifat kompleks dan kaya akan detail. Dengan demikian, jenis data ini sangat penting untuk menggali perspektif individu dan memahami dinamika sosial yang tidak dapat dijelaskan hanya dengan angka (Creswell & Poth, 2018). Jenis data dalam penelitian ini terdapat dua bagian yaitu Data Primer berupa telaah melalui pemutaran film berbentuk video, berhubungan dengan permasalahan yang akan dikaji berupa analisa film, film tersebut berjudul *Gendut Siapa Takut?!* yang dirilis pada tanggal 22 September 2022. Data Sekunder yang digunakan dalam penelitian ini adalah bahan-bahan referensi dari buku, artikel, jurnal, media sosial, dan juga internet yang berkaitan dengan penelitian ini.

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti menggunakan dua macam pengumpulan data, yaitu studi dokumentasi dan analisis teks. Kemudian, teknik analisis data yang diringkas menurut pendekatan Roland Barthes dalam analisis semiotika yaitu menidentifikasi tanda, analisis denotasi, analisis konotasi, analisis mitos, analisis naratif, interpretasi dan penarikan Kesimpulan, lalu yang terakhir melakukan keabsahan data. Keabsahan data dalam penelitian ini dapat dijamin melalui triangulasi metode, yang merupakan teknik pengumpulan data yang memanfaatkan berbagai metode untuk memperoleh informasi yang lebih akurat dan valid (Denzin, 1978).

## Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini membahas dan menganalisis bentuk dekonstruksi ideal body image pada perempuan dalam film "Gendut Siapa Takut?!". Melalui analisis semiotika yang mengacu pada teori dekonstruksi Jacques Derrida, penelitian ini mengidentifikasi simbol-simbol dan tanda-tanda yang terdapat dalam film, serta bagaimana film ini menyampaikan pesan tentang penerimaan diri dan keberagaman bentuk tubuh. Dalam konteks teori dekonstruksi Derrida, analisis ini berfokus pada bagaimana film ini membongkar dan menantang struktur makna yang telah mapan mengenai kecantikan.

*Scene 1* menggambarkan seorang perempuan yang sedang mengetik di laptop dengan meja yang berantakan penuh kertas. Gambar animasi putri yang cantik terlihat di depannya, menunjukkan bahwa dia adalah seorang penulis novel yang sedang mengerjakan tugasnya. Kesibukan seorang penulis novel yang sedang mengerjakan kesibukannya terlihat dari ekspresi wajahnya yang serius.

Khayalan Moza yang diinginkannya saat sedang menulis novel terlihat dari gambar

animasi putri yang cantik. Makna Denotasi Makna Konotasi Seorang penulis novel yang sedang menuliskan suatu khayalannya menjadi seorang dewi kecantikan. Seorang penulis novel berharap hidupnya sesuai dengan arti namanya yaitu "aphrodite" sang dewi kecantikan. Mitos Aphrodite digambarkan sebagai dewi kecantikan yang sangat cantik dan menawan, dengan wajah yang cantik dan manis, mata yang biru dan rambut yang panjang dan berwarna emas, tubuh yang ramping dan proporsional, senyum yang manis dan menawan, rambut yang panjang dan berwarna emas, pakaian yang indah dan mewah, dan aura yang cantik dan menawan, yang dapat membuat orang lain jatuh cinta dengan kecantikannya.

*Scene 2* Penanda Petanda menggambarkan seorang pria (Nobel) dengan ekspresi percaya diri dan merentangkan tangannya. Seorang perempuan (Moza) dengan ekspresi bertanya dan meragukan pernyataan dari Nobel. Nobel menunjukkan sikap tidak empatinya kepada Moza yang berbadan gendut. Moza menanyakan pengalaman buruk Nobel, mengindikasikan bahwa dia memiliki pengalaman buruk. Dialog antara Moza dan Nobel menunjukkan adanya perbedaan pengalaman dan persepsi. Makna Denotasi Makna Konotasi Nobel menegaskan bahwa dia tidak pernah mengalami bullying, sedangkan Moza mempertanyakan empati Nobel karena dia tidak pernah merasakan sendiri pengalaman di-bully. Nobel yang menunjukkan sifat arogan dan merasa dirinya sempurna "perfecto". Beda halnya dengan Moza yang merepresentasikan orang yang rentan mengalami bullying dan kurang percaya diri.

*Scene 3* Penanda Petanda menggambarkan Moza yang bercerita tentang pengalaman traumatisnya di masa lalu di sekolah. Ia menceritakan bagaimana dirinya ditindas dan diintimidasi oleh teman-temannya. Seorang perempuan (Moza) dengan ekspresi serius dan tampak tertekan sedang berbicara kepada seorang laki-laki dengan wajah yang menampakkan rasa empati. Pengalaman traumatis karena adanya ideal body image di masa lalu saat sekolah tercermin melalui perkataannya yang menggambarkan ketakutan dan penderitaannya. Ekspresi Moza yang serius dan tertekan menggambarkan kesedihan yang mendalam akibat pengalaman traumatisnya. Makna Denotasi Makna Konotasi Interaksi antara dua orang, seorang perempuan yang sedang menceritakan pengalamannya tentang intimidasi dan trauma yang dialami di sekolah.

*Scene 4* Penanda Petanda menggambarkan ketiga perempuan tampak sedang berbincang. Seorang Ibu-ibu memegang perut besar perempuan lain (Moza). Seorang perempuan (Moza) dengan ekspresi yang tertekan dengan pembicaraan Ibu-ibu disampingnya. Penampilan Moza yang mencerminkan perempuan hamil, membuat ibu-ibu disampingnya penasaran dan membicarakannya. Ekspresi Moza yang tertekan karena membahas fisiknya dan membuat argumen yang tidak benar. Makna Denotasi Makna Konotasi Menggambarkan momen interaksi antara tiga perempuan yang sedang membicarakan tubuh Moza, dan Moza yang tampak bingung saat disangka hamil. Menampilkan interaksi antar perempuan yang menimbulkan ketidaknyamanan. Terutama pada perempuan yang dipegang perutnya.

*Scene 5* Penanda Petanda menggambarkan tiga orang dalam sebuah ruangan. Dua perempuan dan satu diantaranya pria. Dua perempuan yang sedang berjabat tangan. Pembicaraan mengenai makna kecantikan antara dua perempuan. Seorang pria (Sutradara Davi) memperkenalkan penulis (Moza) kepada casting modelnya (Anggun). Pembicaraan yang mengarah kepada penghinaan fisik Moza yang Anggun rasa tidak tepat dengan arti namanya. Makna Denotasi Makna Konotasi Moza adalah penulis novel, dan Anggun mengenalkan dirinya dengan nama belakang "Hamilton." Moza membalas dengan nama "Aphrodite," yang membuat Anggun tertawa dan menyatakan bahwa nama tersebut tidak cocok dengan Moza. Moza kemudian menjawab bahwa setiap hal memiliki kecantikan, tetapi tidak semua orang melihatnya.

*Scene 6* Penanda Petanda menggambarkan seorang perempuan (Eno) yang sedang membicarakan Anggun dan mengvisualisasikan dengan gerakan tangan. Seorang perempuan sedang membicarakan kebusukan perempuan lainnya (Anggun) yang memiliki paras barbie tetapi memiliki keburukan dalam hatinya. Menunjukkan bahwa Anggun yang disebut boneka Barbie, sesungguhnya terdapat sifat yang buruk di balik penampilannya. Makna Denotasi

Makna Konotasi Meskipun memiliki penampilan yang menarik dan menawan seperti boneka Barbie, menyimpan sifat buruk yang tersembunyi di balik citra tersebut. Mitos Casing boneka Barbie dalam diri boneka santet bisa diartikan sebagai simbol atau representasi dari suatu kontras yang menarik antara dua dunia yang berbeda.

*Scene 7* Penanda Petanda menggambarkan seorang mahasiswi perempuan melihat perempuan di samping Nares (Moza) dengan ekspresi yang meragukan. Sekelompok mahasiswi yang sedang berdiskusi di belakang. Seorang mahasiswi melihat perempuan dengan meragukan pernyataan dari Nares bahwa perempuan tersebut gebetannya. Sekelompok mahasiswi sedang membicarakan perempuan sebelah Nares secara diam-diam dibelakang. Makna Denotasi Makna Konotasi Mahasiswi dan teman-temannya dengan ekspresi yang sedang heran melihat penampilan fisik dari Moza. Mahasiswi-mahasiswi terlihat ingin menyapa dosenya yang sedang duduk bersama Moza disampingnya, karena penampilan Moza yang dirasa tidak sempurna mahasiswi tersebut akhirnya menunjukkan ekspresi heran.

*Scene 8* Penanda Petanda menggambarkan Moza yang mengarahkan mata pada tubuhnya sembari mengatakan "gendut" dan "gak ada cantik-cantiknya". Ketidakpuasan terhadap tubuh sendiri yang diungkapkan melalui ekspresi "gendut" dan "gak ada cantik-cantiknya" menunjukkan bahwa Moza merasa dirinya tidak memenuhi ekspektasi fisik atau estetika yang berlaku dalam masyarakat. Makna Denotasi Makna Konotasi Secara literal, kata "gendut" berarti tubuh yang lebih besar atau gemuk, dan "gak ada cantik-cantiknya" berarti penilaiannya terhadap dirinya sendiri yang tidak menarik. Kalimat ini menyiratkan perasaan rendah diri dan kurang percaya diri Moza tentang standar kecantikan sosial yang menilai tubuh sebagai bagian penting dari nilai diri seseorang.

Mitos Kecantikan fisik (terutama tubuh yang ramping dan wajah yang sesuai standar sosial) adalah satu-satunya ukuran nilai atau daya tarik seseorang. Di dalam banyak budaya, terutama yang dipengaruhi oleh media massa, ada mitos bahwa perempuan yang memiliki tubuh ramping dan proporsional lebih dihargai atau dianggap lebih menarik daripada mereka yang memiliki tubuh lebih besar atau tidak memenuhi standar tersebut. Film *Gendut Siapa Takut?!* merekam dan mengkonstruksi realitas masyarakat melalui tanda-tanda dan dialog yang menampilkan ideal body image pada perempuan. Konstruksi realitas dalam film ini merupakan peniruan kehidupan sehari-hari yang dipilih dan disusun untuk membangun cerita.

Dekonstruksi mitos dalam film ini dapat membantu mengubah makna konotatif yang diterima secara normal dan alamiah, sehingga dapat membangun kesadaran baru tentang ideal body image pada perempuan. Dengan demikian, dekonstruksi mitos dapat membantu mengubah cara pandang masyarakat tentang ideal body image dan mempromosikan kesadaran yang lebih positif dan seimbang. Setelah melakukan penelitian melalui 8 *scene* yang dipilih peneliti mengandung unsur *ideal body image*, maka dapat diketahui bahwa mitos *ideal body image* dalam film *Gendut Siapa Takut?!* Menyatakan masih sering terjadi, terutama pada perempuan yang memiliki bentuk fisik atau penampilan yang tidak sesuai dengan citra tubuh yang ideal di lingkungan sekitar. Dekonstruksi ideal body image pada perempuan berfokus pada bagaimana nilai-nilai sosial, budaya, dan media membentuk gambaran tentang tubuh yang dianggap "ideal" atau "cantik".

## Penutup

Film "Gendut Siapa Takut?!" menggambarkan dampak negatif dari standar kecantikan yang ditetapkan oleh media dan budaya populer terhadap perempuan, terutama melalui karakter Moza yang menjadi korban bullying karena penampilannya yang tidak sesuai dengan ideal body image. Film ini menyoroti tekanan yang dialami perempuan untuk memenuhi ekspektasi fisik dan menunjukkan bagaimana masyarakat sering kali memperlakukan perempuan berdasarkan ukuran tubuh mereka.

Dengan mendekonstruksi gagasan bahwa kecantikan hanya diukur dari penampilan luar, film ini mengajak penonton untuk melihat kecantikan secara lebih luas dan holistik, menghargai keberagaman tubuh, serta mempromosikan pandangan yang lebih positif dan seimbang tentang kecantikan. Pesan ini penting untuk mengubah cara pandang masyarakat

terhadap ideal body image dan meningkatkan kesadaran akan nilai diri perempuan.

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan, beberapa saran untuk peneliti selanjutnya terkait kajian ideal body image dapat diajukan. Penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk eksplorasi lebih lanjut mengenai dekonstruksi ideal body image dalam konteks yang berbeda, serta sebagai referensi bagi peneliti lain yang ingin mengkaji tema ini dalam konteks budaya dan media yang beragam. Selain itu, penelitian ini juga berpotensi untuk mengembangkan teori-teori terkait dekonstruksi ideal body image, sehingga dapat memperluas wawasan dan pengetahuan di bidang ini.

## **Daftar Pustaka**

- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2017). *The SAGE Handbook of Qualitative Research*. Sage Publications.
- Harmon, L. (2014). Toward the Reader and Interpreter: Deconstruction. Dalam Buku *A Theory of Literature: A realistic Approach*. Poland: Rzeszów University.
- Islamey, G. R. (2020). Wacana Standar Kecantikan Perempuan Indonesia pada Sampul Majalah Femina Discourse on Indonesian Women 's Beauty Standards on the Cover of Femina Magazine. *Jurnal PIKMA: Publikasi Ilmu Komunikasi Media Dan Cinema*, Volume, 2(2), 110–119. <https://journal.amikom.ac.id/index.php/pikma>
- Melliana, A. (2006). *Exploring the Body: Women and Beauty Myths*. Yogyakarta: LKiS.
- Rahardaya, A. K., & Irwansyah, I. (2021). Literature Study on the Use of TikTok Social Media as a Means of Digital Literacy During the Covid-19 Pandemic. *Journal of Business Information Technology and Systems*, 3(2), 308-319.
- Widiastuti, N. N. E., Wulanyani, N. M. S., & Shaheen, S. (2023). The Role of Instagram Usage Intensity on Body Dissatisfaction in Adolescent Girls in Denpasar with Self- Esteem as a Moderating Variable. *Sinergi International Journal of Psychology*, 1(1), 1–16. <https://doi.org/10.61194/psychology.v1i1>