

Pola Komunikasi *Body Neutrality* Sebagai Bentuk Perlawanan Patriarkal Dalam Film *Imperfect*

Maharani, Nuraida, Lilis Sukmawati

slmaharani06@gmail.com

Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Fatah Palembang

Published: January, 2026

ABSTRAK

Komunikasi merupakan istilah akrab dalam kehidupan sehari-hari, namun sulit didefinisikan secara ilmiah karena sifatnya yang abstrak dan memiliki banyak makna. Dalam konteks sosial budaya, komunikasi menjadi sarana penting untuk memahami relasi kekuasaan, termasuk dalam budaya patriarki yang menempatkan laki-laki sebagai pusat otoritas dan perempuan dalam posisi subordinat. Sistem ini membentuk konstruksi sosial mengenai tubuh perempuan yang sering kali dinilai berdasarkan standar kecantikan sempit. Dalam kerangka inilah, penelitian berjudul “Pola Komunikasi *Body Neutrality* Sebagai Bentuk Perlawanan Patriarkal dalam Film *Imperfect*” hadir untuk menganalisis bagaimana konsep *body neutrality* digunakan sebagai strategi perlawanan terhadap konstruksi patriarkal tersebut. Salah satu bentuk perlawanan terhadap hegemoni patriarki adalah konsep *body neutrality*, yakni pemahaman bahwa nilai diri tidak ditentukan oleh penampilan fisik. Penelitian ini bertujuan menganalisis pola komunikasi *body neutrality* yang muncul dalam film tersebut sebagai strategi melawan konstruksi patriarkal. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif, penelitian ini memanfaatkan teori feminisme tubuh dan interaksionisme simbolik. Data diperoleh melalui observasi, pengamatan, dan analisis dokumentasi, kemudian diolah melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa film *Imperfect* menggambarkan kuatnya pengaruh standar kecantikan patriarkal terhadap cara perempuan memandang tubuhnya. Konsep *body neutrality* menegaskan bahwa tubuh adalah bagian fungsional yang menopang kehidupan, bukan objek estetis yang harus memenuhi tuntutan publik. Kebahagiaan tidak ditentukan oleh kecantikan, sementara penerimaan diri tidak mensyaratkan perubahan fisik, melainkan kestabilan emosi dan hubungan yang sehat dengan diri sendiri. Sikap netral terhadap tubuh berarti menghargai tubuh apa adanya, tanpa menghakimi perubahan bentuk maupun berat badan.

Kata Kunci: *Body Neutrality, Budaya Patriarki, Feminisme, Film Imperfect, Komunikasi, Netnografi*

ABSTRACT

Communication is a familiar term in everyday life, yet it is difficult to define scientifically due to its abstract nature and multiple meanings. In a sociocultural context, communication becomes an important means of understanding power relations, including within a patriarchal culture that places men as the center of authority and women in subordinate positions. This system shapes social constructions of women's bodies, which are often judged based on narrow beauty standards. Within this framework, the study entitled “Communication Patterns of Body Neutrality as a Form of Patriarchal Resistance in the Film *Imperfect*” aims to analyze how the concept of body neutrality is used as a strategy to resist patriarchal constructions. One form of resistance against patriarchal hegemony is the concept of body neutrality, which emphasizes that self-worth is not determined by physical appearance. This research seeks to analyze the body neutrality communication patterns that appear in the film as a strategy to challenge patriarchal constructs. Using a qualitative approach, the study draws on body feminism theory and symbolic interactionism. Data were obtained through observation, field notes, and document analysis, and then processed through data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The findings indicate that the film *Imperfect* illustrates the strong influence of patriarchal beauty standards on how women perceive their bodies. The concept of body neutrality asserts that the body is a functional part that sustains life, not an aesthetic object that must meet public expectations. Happiness is not determined by beauty, and self-acceptance does not require physical changes but emotional stability and a healthy relationship with oneself. A neutral attitude toward the body means appreciating it as it is, without judging changes in shape or weight.

Keywords: *Body Neutrality, Patriarchal Culture, Feminism, Imperfect Film, Communication, Netnography*

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Komunikasi adalah istilah yang sangat akrab di telinga dan sering digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Namun, membuat definisi mengenai komunikasi tidaklah semudah yang dibayangkan. Stephen Littlejohn menyatakan bahwa *"Communication is difficult to define. The word is abstract and, like most terms, possesses numerous meanings"*, yang berarti bahwa komunikasi sulit untuk didefinisikan karena kata tersebut bersifat abstrak dan memiliki banyak makna, seperti halnya kebanyakan istilah lainnya. Kesulitan dalam mendefinisikan kata "komunikasi" terutama muncul dalam konteks akademik maupun penelitian ilmiah. Meskipun kata kerja "to communicate" atau "berkomunikasi" telah sangat mapan sebagai kosakata umum, maknanya sering kali terlalu luas dan kompleks untuk ditangkap secara tunggal dan pasti dalam kajian ilmiah. Kata "komunikasi" digunakan dalam hampir setiap percakapan, baik dalam bahasa Indonesia maupun bahasa Inggris, namun esensi dan dinamika yang terkandung di dalamnya menuntut pemahaman yang lebih mendalam ketika dibahas dalam konteks sosial budaya tertentu.¹

Salah satu konteks penting dalam kajian komunikasi adalah relasinya dengan budaya patriarki telah lama menjadi sistem dominan dalam banyak masyarakat, termasuk Indonesia. Untuk memahami bagaimana dominasi ini terbentuk dan beroperasi, penting terlebih dahulu memahami konsep budaya. Budaya dapat diartikan sebagai keseluruhan sistem nilai, norma, simbol, dan praktik sosial yang diwariskan dari satu generasi ke generasi berikutnya dan membentuk pola perilaku kolektif masyarakat. Di dalamnya terdapat konstruksi sosial yang membentuk cara pandang masyarakat terhadap peran dan posisi gender, termasuk bagaimana tubuh perempuan seharusnya dipersepsikan. Istilah budaya patriarki berasal dari patriarkat yang artinya adalah struktur yang menempatkan peran laki-laki sebagai pengusaha tunggal sentral dan bahkan segala-galanya. Deskriminasi berbasis gender ini sering menyebabkan kaum perempuan mengalami berbagai perlakuan yang bersifat eksploitasi sehingga menghambat kaum perempuan berperan di ruang publik.²

Patriarki merujuk pada struktur sosial yang menempatkan laki-laki sebagai pusat kekuasaan, otoritas, dan pengambil keputusan, baik dalam ruang domestik maupun publik. Sistem ini menghasilkan norma-norma gender yang bias, yang menempatkan perempuan dalam posisi subordinat. Dalam kerangka patriarki, tubuh perempuan tidak hanya dilihat sebagai bagian dari identitas biologis, tetapi juga sebagai simbol yang harus dikendalikan dan dikonstruksikan sesuai dengan standar estetika yang ditetapkan oleh masyarakat laki-laki.³

Pecakapan terkait Gender telah banyak diulas di berbagai media dan artikel, bagaimana status perempuan yang seharusnya mendapat tempat yang setara dengan laki-laki, yaitu memiliki hak asasi manusia yang sama. Namun kesenjangan gender telah menjadi kenyataan yang harus dihadapi oleh hampir seluruh perempuan di seluruh dunia baik di ruang publik maupun ruang privat, mulai dari urusan rumah tangga hingga masalah reproduksi. Tidak jarang pilihan pasangan hidup juga sering diatur dalam etnis, budaya, dan agama.⁴

Di bawah budaya patriarki, tubuh perempuan kerap menjadi objek penilaian, pengawasan, dan kontrol sosial. Standar kecantikan yang sempit seperti tubuh langsing, kulit putih, wajah simetris, dan rambut lurus sering kali menjadi tolok ukur nilai seorang perempuan. Hal ini menimbulkan tekanan psikologis dan sosial yang besar, karena perempuan merasa harus memenuhi ekspektasi tersebut agar diterima, dihargai, atau dianggap "ideal". Penilaian ini tidak hanya bersifat eksternal, tetapi juga dapat terinternalisasi sehingga perempuan sendiri ikut menilai tubuhnya dengan ukuran yang sama, menciptakan perasaan tidak puas, malu, atau bahkan benci terhadap dirinya sendiri. Sehingga akhirnya beberapa perempuan yang ini menjadi cantik, memutuskan untuk merubah bentuk tubuh dan wajahnya.⁵

¹ Morissan, *Teori Komunikasi Individu Hingga Massa*, (Jakarta: Kencana, 2013). cet. ket-1, h.8

² Luthfia Rahma Halizah and Ergina Faralita, "Budaya Patriarki dan Kesenjangan Gender," *Wasaka Hukum* 11, no. 1 (2023): 19–32, <https://www.ojs.stihsa-bjm.ac.id/index.php/wasaka/article/view/84>.

³ Gusti Ayu Noviekayati, Niken Titi Pratitis, and Umu Kalsum, *Budaya Patriarki dan Marital Communication dalam Pengambilan Keputusan Menggunakan KB Pasca Persalinan* (Malang: PT Literasi Nusantara Abadi Grup, 2024). Hal.27

⁴ Lilis Sukmawati and Jurnal Arjuan Tuhuteru, "Ketidaksamaan Gender Dalam Praktek Edogem Peernikahan (Studi Pada Komunitas Kampung Arab Palembang)" 18, no. 1 (2025): 51–66.

⁵ Ghela Rakhma Islamey and Universitas Diponegoro Semarang, "Wacana Standar Kecantikan Perempuan Indonesia pada Sampul Majalah Femina Discourse on Indonesian Women 's Beauty Standards on the Cover of Femina Magazine" 2, no. 2 (2020).

Perempuan, dengan segala dinamika kehidupannya, memang menjadi subjek yang tak pernah habis untuk dikaji. Kajian tentang isu perempuan kini semakin meluas karena kehidupan perempuan dianggap memiliki kompleksitas dan keunikan tersendiri. Namun, keunikan ini tidak selalu membawa keuntungan. Dalam banyak kasus, perempuan menghadapi ketimpangan struktural dan kultural yang menyulitkan mereka dalam menentukan eksistensinya. Upaya perempuan untuk keluar dari tekanan sosial dan menentukan identitas diri secara otonom sering kali dianggap sebagai bentuk “perlawanan” oleh kelompok masyarakat yang masih terikat pada pola pikir patriarkal.

Bentuk ketimpangan yang paling mencolok adalah bagaimana tubuh perempuan menjadi arena utama dalam perebutan makna. Ketika perempuan berusaha keluar dari tuntutan tersebut dan mulai menerima tubuhnya secara apa adanya, langkah ini sering kali dianggap tidak sesuai dengan norma umum. Padahal, penerimaan terhadap tubuh secara netral, yang dikenal sebagai konsep body neutrality, justru dapat menjadi bentuk resistensi yang signifikan terhadap struktur patriarkal. Berbeda dengan body positivity yang menekankan pada mencintai tubuh apapun bentuknya, body neutrality menolak untuk menjadikan tubuh sebagai pusat nilai diri. Sebaliknya, ia mengajarkan bahwa tubuh adalah alat yang berfungsi dan tidak seharusnya menjadi objek utama penilaian atau sumber harga diri.

Representasi perlawanan terhadap norma-norma patriarki ini dapat ditemukan dalam medium populer seperti film. Film, sebagai bagian dari produk budaya, bukan hanya menjadi sarana hiburan semata, tetapi juga berfungsi sebagai ruang artikulasi ideologi, representasi sosial, serta refleksi atas relasi kuasa dalam masyarakat. Budaya ini mengakar begitu kuat di berbagai daerah di Indonesia hal ini dilakukan agar perempuan tetap menjadi gender inferior di banding laki-laki. Oleh karena itu, film dapat digunakan sebagai objek kajian kritis untuk melihat bagaimana gagasan-gagasan tertentu termasuk feminisme dan resistensi terhadap patriarki diangkat, dikonstruksi, atau bahkan dilawan melalui narasi, visual, dan karakter di dalamnya.⁶

Salah satu film Indonesia yang relevan dengan isu ini adalah *Imperfect: Karier, Cinta & Timbangan* (2019), disutradarai oleh Ernest Prakasa yang diadaptasi dari buku karya Meira Anastasia. Film ini menggambarkan kehidupan seorang perempuan bernama Rara yang mengalami tekanan sosial akibat tubuhnya yang dianggap “tidak ideal” oleh masyarakat. Rara memiliki kuki gelap, tubuh berisi, dan rambut keriting. Karakternya sangat bertentangan dengan standar kecantikan dominan di masyarakat Indonesia. Melalui perjalanan emosional Rara, film ini menyoroti bagaimana perempuan menghadapi tuntutan kecantikan dan bagaimana penerimaan tubuh dapat menjadi bentuk perlawanan terhadap norma-norma patriarkal.⁷

Dalam film *Imperfect* banyak sekali hal yang menjadi landasan untuk diteliti terutama tentang budaya, patriarki dan perempuan. Sebuah film dapat menceritakan kisah yang menarik dan memberikan dampak pada penontonya, berdasarkan apa yang terkandung di dalamnya dan apa yang menjadi problematika dalam kisahnya.

Berdasarkan isi Film *Imperfect : Karier, Cinta dan Timbangan* yang mengangkat isu tentang budaya patriarki hal tersebut menjadi latar belakang dan membuat peneliti tertarik untuk menjadikan objek kajian dalam penelitian ini sehingga dapat mengetahui lebih dalam bagaimana konsep body neutrality ditampilkan sebagai bentuk perlawanan dalam film *Imperfect* menggunakan pendekatan feminisme, khususnya yang berkaitan dengan representasi tubuh.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif adalah pengumpulan data pada suatu alamiah dengan menggunakan metode ilmiah dan dilakukan oleh orang atau peneliti yang tertarik secara alami dan mendefinisikan sebagai metode penelitian kualitatif yang mengadaptasi teknik penelitian etnografi, untuk studi budaya dan komunitas yang terjadi dalam komunikasi komputer dan

⁶ Gema Ramadhan Bastari, “Budaya Patriarki dan Lokalisasi Norma Pemberantasan Perdagangan Manusia di Indonesia,” *Global: Jurnal Politik Internasional* 20, no. 1 (2018): 52, <https://doi.org/10.7454/global.v20i1.282>.

⁷ Rifa Nurafiah, *Mitos Kecantikan dan Tubuh Perempuan dalam Film Imperfect Kariercinta dan Timbangan* (2019) Karya Ernest Prakasa, 2022.

selanjutnya berkembang menjadi teknik penelitian untuk bidang media sosial. Budaya pada penelitian ini adalah pengetahuan yang ada pada film *Imperfect* dalam memahami makna di balik representasi tubuh perempuan dalam film *Imperfect*, serta mengkaji bagaimana narasi film tersebut membentuk, mereproduksi, atau bahkan menantang struktur patriarkal melalui konsep *body neutrality*.⁸

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Film *Imperfect* karya Ernest Prakasa menggambarkan bagaimana standar kecantikan patriarkal memengaruhi cara perempuan memandang dirinya. Tokoh Rara mengalami *body shaming* dan tekanan sosial karena fisiknya dianggap tidak sesuai standar. Namun film ini juga menunjukkan bentuk perlawanan terhadap patriarki, salah satunya ketika Rara menolak menjadi apa yang orang lain inginkan dan berkata : Komunikasi Verbal “Gue capek harus jadi apa yang orang mau. Gue cuma mau jadi diri gue sendiri.” Selain itu, Dika menguatkannya dengan ucapan yang menolak standar patriarkal, “Aku sayang kamu karena kamu Rara, bukan karena fisik kamu.” Sedangkan Secara nonverbal, perlawanan terlihat saat Rara kembali memakai pakaian yang membuatnya nyaman, berhenti memaksakan diet ekstrem, serta menunjukkan ekspresi percaya diri tanpa mengikuti standar kecantikan publik. Cara ia berjalan, menatap diri di cermin tanpa menghakimi, dan kembali bekerja dengan penampilan natural menjadi simbol penerimaan diri.

Hasil analisis menunjukkan bahwa pola komunikasi *body neutrality* muncul secara bertahap dalam perjalanan Rara, dan inilah yang menjadikannya sebagai bentuk perlawanan terhadap sistem patriarki.

Dalam perspektif feminisme tubuh Susan Bordo, tubuh perempuan tidak hanya dilihat sebagai entitas biologis, tetapi juga sebagai “medan pertempuran” budaya. Bordo menekankan bahwa tubuh adalah locus di mana ideologi patriarkal bekerja melalui praktik sehari-hari, termasuk diet, fashion, dan representasi media. Film *Imperfect* memperlihatkan hal ini dengan jelas oleh Rara sejak awal dipaksa untuk merasa tubuhnya “salah” hanya karena tidak sesuai standar kecantikan mainstream. Namun, pergeseran yang terjadi ketika ia mulai mempraktikkan *body neutrality* menandai sebuah resistensi, ia menolak tubuhnya dijadikan objek kontrol sosial, sekaligus merebut kembali otonomi makna atas tubuhnya.

Jika dilihat melalui kacamata teori interaksionisme simbolik, pola komunikasi Rara dapat dipahami sebagai hasil interaksi simbolik dengan lingkungan sosialnya. Menurut Herbert Blumer, makna terbentuk melalui interaksi sosial, kemudian dinegosiasikan kembali dalam diri individu.⁹ Pada tahap awal, makna tubuh bagi Rara sangat ditentukan oleh simbol-simbol sosial, komentar orang lain, pandangan ibunya, hingga standar di tempat kerja. Namun, seiring berkembangnya narasi, Rara mulai melakukan redefinisi terhadap simbol tersebut. Ia tidak lagi menginternalisasi label “tidak cantik,” melainkan membangun makna baru bahwa tubuh bukan ukuran keberhargaan. Inilah inti dari *body neutrality* tubuh dilihat secara netral, bukan positif atau negatif, sehingga makna yang melekat padanya lebih bebas dari konstruksi patriarkal.

Dalam komunikasi interpersonal, pola ini tampak dalam cara Rara menanggapi *body shaming*. Ia tidak selalu melawan dengan frontal, melainkan dengan asertivitas, humor, atau bahkan keheningan strategis. Bentuk-bentuk komunikasi ini merepresentasikan resistensi simbolis, pesan yang disampaikan bukan hanya menolak komentar negatif, tetapi juga membalik makna tubuh itu sendiri. Sementara dalam lingkup sosial, seperti di lingkungan kerja dan keluarga, Rara menegaskan dirinya melalui kompetensi profesional serta komunikasi empatik. Interaksi dengan ibunya, misalnya, memperlihatkan bagaimana simbol “cantik” diwariskan antar generasi, tetapi kemudian dinegosiasikan kembali menjadi pemahaman yang lebih inklusif.

Perlawanan yang ditampilkan dalam film ini bersifat halus namun konsisten. Sesuai dengan gagasan Bordo, resistensi tubuh tidak selalu hadir dalam bentuk revolusi keras, melainkan dalam praktik sehari-hari yang mendekonstruksi makna patriarkal. Dengan menerapkan *body neutrality*, Rara tidak lagi menjadikan tubuh sebagai pusat identitas. Ia memilih posisi netral: tidak mengidolakan tubuhnya secara

⁸ Ilexy J. Maleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: Pt.Remaja Rordakarya, 2017).

⁹ Francesco Agnes Ranubaya and Yohanes Endi, “Analisis Privasi Dan Publikasi Postingan Media Sosial Di Kalangan Orang Muda Menurut Interaksionisme Simbolik Herbert Blumer,” *Metta : Jurnal Ilmu Multidisiplin* 3, no. 2 (2023): 133–44, <https://doi.org/10.37329/metta.v3i2.2455>.

berlebihan (body positivity), tetapi juga tidak menganggap tubuhnya sebagai sumber kekurangan. Posisi netral ini justru menjadi strategi perlawanan efektif terhadap patriarki yang selama ini mengobjektifikasi perempuan.

Implikasi sosial dari representasi ini cukup signifikan. Film *Imperfect* memperlihatkan bahwa resistensi dapat lahir bukan hanya melalui aktivisme politik, tetapi juga melalui komunikasi simbolik sehari-hari. Dalam kerangka interaksionisme simbolik, perubahan makna pada level individu seperti yang dialami Rara berpotensi menciptakan perubahan makna pada level sosial yang lebih luas. Sementara itu, dalam kerangka feminisme tubuh Bordo, praktik body neutrality menjadi strategi perlawanan kultural yang menantang hegemoni standar kecantikan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa film *Imperfect* menampilkan pola komunikasi body neutrality sebagai bentuk perlawanan patriarkal yang terwujud melalui interaksi simbolik dan resistensi tubuh. Pola ini tidak konfrontatif, tetapi transformatif memberi ruang bagi perempuan untuk merebut kembali definisi tubuh mereka, sekaligus menggeser cara pandang masyarakat tentang kecantikan dan identitas perempuan.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa film *Imperfect: Karier, Cinta & Timbangan* merepresentasikan dinamika komunikasi perempuan dalam menghadapi standar kecantikan modern melalui pola komunikasi nonverbal, verbal, simbolik, dan intrapersonal yang muncul pada berbagai adegan yang dianalisis. Tokoh Rara menjadi pusat representasi bagaimana tekanan sosial, internalisasi norma kecantikan, serta proses penerimaan diri membentuk pengalaman emosional dan identitas seorang perempuan.

Secara keseluruhan, pola komunikasi nonverbal menjadi aspek paling dominan. Dalam sejumlah adegan, Rara mengekspresikan konflik batinnya melalui tatapan kosong, raut wajah tegang, postur tubuh tertutup, gerakan minimal, napas berat, dan kontak mata yang menghindar. Bahasa tubuh tersebut merefleksikan ketidaknyamanan, rasa minder, serta penilaian diri yang terbentuk oleh standar sosial yang ia temui dalam kehidupan sehari-hari. Adegan ketika Rara melihat unggahan influencer, saat berada di dalam lift, ketika bercermin, dan ketika berbaring di tempat tidur menunjukkan bahwa nonverbal menjadi media utama yang menyingkap pergulatan psikologisnya. Di sini, komunikasi intrapersonal tampak bekerja, Rara berbicara dengan dirinya sendiri melalui dialog batin yang tidak terucap, mempertanyakan nilai diri dan posisinya dalam struktur sosial yang menuntut kesempurnaan fisik.

Simbol-simbol visual yang muncul, seperti ponsel, cermin, timbangan, ruang gym, cahaya redup, dan ruang tertutup, memperkuat makna psikologis dari setiap adegan. Ponsel dan unggahan influencer menjadi simbol standar kecantikan digital yang membentuk persepsi diri perempuan. Cermin menjadi medium refleksi identitas, tempat Rara berhadapan dengan citra dirinya yang dibentuk oleh pandangan sosial. Timbangan menjadi simbol penilaian diri yang berakar dari konstruksi kecantikan patriarkal, sementara gym melambangkan perjuangan dan transformasi diri. Simbol-simbol ini bekerja dalam kerangka interaksionisme simbolik, di mana makna tidak melekat pada objek, tetapi muncul melalui interpretasi dan pengalaman sosial yang dialami Rara.

Interaksi sosial, baik yang nyata maupun yang bersifat simbolik, memainkan peran penting dalam membentuk makna bagi tokoh Rara. Ejekan ibu teman-temannya, tatapan rekan kantor, komentar ibu serta atasan, dan dorongan dari pelatih gym menciptakan rangkaian stimulus sosial yang membentuk cara Rara memandang dirinya. Bahkan dalam situasi ketika ia sendirian, Rara tetap berinteraksi dengan nilai-nilai sosial yang telah tertanam dalam dirinya, sehingga konflik batinnya menjadi cerminan dari internalisasi suara-suara eksternal. Interaksi sosial yang represif menimbulkan rasa tidak cukup, sementara interaksi yang suportif, seperti dukungan dari ayah, pelatih gym, dan anak-anak yang memeluknya di akhir cerita, menjadi faktor penting dalam membentuk konsep diri yang lebih positif.

Interpretasi makna yang muncul dari adegan-adegan tersebut memperlihatkan bagaimana Rara memaknai tubuhnya bukan sekadar sebagai entitas fisik, tetapi sebagai representasi nilai sosial yang diberikan oleh lingkungan. Pada awal cerita, ia memaknai tubuh gemuk dan kulit gelap sebagai kekurangan berdasarkan standar kecantikan hegemonik. Namun, melalui proses reflektif dan interaksi positif, makna tersebut bertransformasi. Tubuh tidak lagi menjadi objek penilaian estetika, tetapi bagian

dari dirinya yang fungsional, berharga, dan layak diterima. Perubahan cara memaknai ini menandai pergeseran dari pengaruh “Me” (diri sosial) yang tunduk pada pandangan masyarakat menuju penguatan “I” (diri subjektif) yang lebih otonom, sebagaimana dijelaskan dalam teori konsep diri Mead.

Temuan penelitian dalam perspektif feminisme tubuh (Susan Bordo) menunjukkan bahwa film ini mengungkap bagaimana kuasa patriarkal bekerja secara halus melalui standar kecantikan yang dominan dan distandarkan oleh masyarakat. Tubuh perempuan diposisikan sebagai objek visual yang harus memenuhi ekspektasi tertentu: langsing, cerah, mulus, dan menarik secara estetika. Rara menjadi representasi perempuan modern yang hidup dalam hegemoni visual tersebut. Pada awal cerita, tubuhnya menjadi arena penilaian sosial yang menindas, tetapi seiring perkembangan karakter, tubuh itu berubah menjadi ruang resistensi dan perlawanan. Ketika Rara mulai menerima tubuhnya melalui pendekatan *body neutrality*, ia menolak norma kecantikan yang memaksanya merasa tidak pernah cukup. Penerimaan diri ini merupakan bentuk pembebasan dan kesadaran feminis bahwa tubuh perempuan bukan milik pandangan masyarakat, tetapi milik dirinya sendiri.

Pada adegan ketika Rara menjelaskan bahwa “Olahraga kan biar sehat, bukan biar kurus,” dan “Cantik belum tentu bahagia,” terjadi perubahan penting dalam pola komunikasi verbalnya. Rara mulai menegaskan identitasnya melalui tuturan asertif yang menunjukkan pemikiran kritis terhadap norma kecantikan. Bahasa verbal di adegan-adegan akhir menyampaikan pesan moral bahwa kebahagiaan tidak berkaitan dengan penampilan, tetapi dengan penerimaan diri dan dukungan sosial yang tulus.

Akhir cerita, ketika Rara tersenyum tulus dan dikelilingi oleh anak-anak, menjadi puncak transformasi identitasnya. Komunikasi nonverbal berupa senyum hangat, pelukan, dan tatapan penuh kasih menunjukkan kedamaian batin dan penerimaan diri yang utuh. Interaksi sosial dalam adegan tersebut mencerminkan kebahagiaan sejati yang lahir dari rasa syukur dan cinta terhadap diri sendiri, bukan dari validasi eksternal. Adegan ini menegaskan bahwa perjalanan Rara bukan sekadar perubahan fisik, tetapi transformasi makna diri sebagai perempuan yang berdaya.

Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa film *Imperfect* berhasil menggambarkan dinamika kompleks hubungan perempuan dengan tubuhnya dalam konteks budaya populer. Melalui analisis komunikasi nonverbal, simbolik, interaksionisme simbolik, konsep diri, dan teori feminisme tubuh, ditemukan bahwa proses penerimaan diri Rara merupakan bentuk perlawanan terhadap standar kecantikan patriarkal. Rara akhirnya menyadari bahwa kebahagiaan dan nilai diri tidak ditentukan oleh ukuran tubuh atau penampilan fisik, tetapi oleh kesadaran, keseimbangan emosional, dan relasi sosial yang sehat. Dengan demikian, film ini memberikan pesan feminis bahwa pembebasan perempuan dimulai dari tubuhnya sendiri, dari kemampuan untuk menolak penilaian eksternal dan menerima diri secara utuh.

Maka dari hasil analisis penulis dapat disimpulkan bahwa Body Neutrality sebagai bentuk perlawanan dalam film *imperfect* adalah Tubuh tidak menentukan nilai diri “penampilan bukan ukuran harga diri perempuan” Fungsi tubuh lebih penting dari pada estetika. “tubuh dipahami sebagai alat yang bekerja, bukan objek untuk dinilai”, Kebahagiaan tidak bergantung pada penampilan “*cantik belum tentu bahagia.*”, Perubahan fisik bukan syarat utama penerimaan diri “yang penting keseimbangan emosional”, Menetralkan penilaian terhadap tubuh “ tidak menghakimi diri saat berat badan naik/turun”, Tubuh layak dihargai tanpa syarat, “Tidak harus “sempurna” untuk menjadi berharga”

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan dari hasil analisis penulis bahwa Body Neutrality sebagai bentuk perlawanan dalam film *imperfect* adalah Tubuh tidak menentukan nilai diri “penampilan bukan ukuran harga diri perempuan” Fungsi tubuh lebih penting dari pada estetika. “tubuh dipahami sebagai alat yang bekerja, bukan objek untuk dinilai”, Kebahagiaan tidak bergantung pada penampilan “*cantik belum tentu bahagia.*”, Perubahan fisik bukan syarat utama penerimaan diri “yang penting keseimbangan emosional”, Menetralkan penilaian terhadap tubuh “ tidak menghakimi diri saat berat badan naik/turun”, Tubuh layak dihargai tanpa syarat, “Tidak harus “sempurna” untuk menjadi berharga”

SARAN

Dari hasil penelitian tersebut penulis memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi pembuat film, disarankan untuk terus menghadirkan narasi yang menantang standar kecantikan patriarkal dan memperluas representasi tubuh perempuan dalam berbagai bentuk, warna kulit, dan identitas agar media menjadi ruang yang inklusif.
2. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan kajian ini dengan pendekatan wacana media atau analisis resepsi guna memahami bagaimana audiens, khususnya perempuan, menafsirkan pesan body neutrality dan resistensi patriarkal dalam film.
3. Bagi masyarakat, penting untuk menumbuhkan kesadaran kritis terhadap konstruksi kecantikan yang dibentuk media serta mempraktikkan komunikasi yang empatik dan bebas dari body shaming, sehingga penerimaan diri menjadi bagian dari budaya sosial yang sehat dan inklusif.
4. Peneliti berharap hasil penelitian ini dapat menjadi refleksi untuk lebih kritis terhadap representasi tubuh dan gender di media. Mahasiswa dapat berperan sebagai agen perubahan dengan memproduksi wacana yang lebih adil dan menghargai keberagaman tubuh, baik dalam karya akademik, media sosial, maupun aktivitas keseharian.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfathonni, Muhammad Ali Mursid, and Dani Mahesah. *Pengantar Teori Film*. Yogyakarta, 2020.
- Bartky, Sandra Lee. "Femininity and Domination: Studies in the Phenomenology of Oppression", Routledge, 1990.
- Bastari, Gema Ramadhan. "Budaya Patriarki Dan Lokalisasi Norma Pemberantasan Perdagangan Manusia Di Indonesia." *Global: Jurnal Politik Internasional* 20, no. 1 (2018): 52. <https://doi.org/10.7454/global.v20i1.282>.
- Bordo, Susan. "Unbearable Weight: Feminism, Wastem Culture ,and the Body" University of California, 1993.
- Foucault, Michel. *Disipline and Punish: The Birth of the Prison*, 1995.
- Halizah, Luthfia Rahma, and Ergina Faralita. "Budaya Patriarki Dan Kesetaraan Gender." *Wasaka Hukum* 11, no. 1 (2023): 19–32. <https://www.ojs.stihsa-bjm.ac.id/index.php/wasaka/article/view/84>.
- Haryati. *Membaca Film (Memaknai Refresentasi Etos Kerja Dari Film Melalui Analisis Simiotika)*. Yogyakarta: Bintang pustaka madani, 2021.
- Herbert Blumer. *Symbolic Intractionisme; Perspective and Method*. Berkeley dan Los Angeles, California: Universitas Of Califoria Press, 1969.
- Islamey, Ghela Rakhma, and Universitas Diponegoro Semarang. "Wacana Standar Kecantikan Perempuan Indonesia Pada Sampul Majalah Femina Discourse on Indonesian Women ' s Beauty Standards on the Cover of Femina Magazine" 2, no. 2 (2020).
- Karkono, Karkono, Justitia Maulida, and Putri Salma Rahmadiyahanti. "Budaya Patriarki Dalam Film Kartini (2017) Karya Hanung Bramantyo." *Kawruh : Journal of Language Education, Literature and Local Culture* 2, no. 1 (2020): 15–27. <https://doi.org/10.32585/kawruh.v2i1.651>.
- lexy j. Maleong. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Pt.Remaja Rordakarya, 2017.
- Littlejohn, S. W, and K.A Foss. "Theories of Human Communication. Waveland Press,," 2009.
- Littlejohn, Stephen W & Karen A.Foss. *Teori Komunikasi*. Jakarta : Salemba Humanika, 2009.
- Mansour, Faki. *Analisis Gender Dan Transformasi Sosial*. Yogyakarta, 1996.
- Mary Jelkovsky. "Body Neutrality "offers Freedom from the Pressure of Having to Feel a Certain Way about Your Body All the Time,," 2021, 192.
- Millet, Kate. "Sexual Politics. New York : Doubleday," 1970.
- Morissan. *Teori Komunikasi Individu Hingga Massa*. Jakarta: kencana prenadamedia Group, 2013.
- Morissan. *Teori Komunikasi Individu Hingga Massa*,. Jakarta: kencana, 2013.
- Noviekayati, Gusti Ayu, Niken Titi Pratitis, and Umu Kalsum. *Budaya Patriaki Dan Marital Communication Dalam Pengambilan Keputusan Menggunakan KB Pasca Persalinan*. Malang: PT Literasi Nusantara Abadi Grup, 2024.
- Nugroho, Bayu Aji. "Perlawanan Perempuan Terhadap Dominasi Patriarki Dalam Novel Geni Jora Karya Abidah El Khalieqy Kajian Feminisme Psikoanalisis Karen Horney." *Jurnal Sastra Indonesia* 8, no. 2 (2019): 148–56. <https://doi.org/10.15294/jsi.v8i2.33719>.
- Nurafiah, Rifa. *Mitos Kecantikan Dan Tubuh Perempuan Dalam Film Imperfect Kariercinta Dan Timbangan*

(2019) Karya Ernest Prakarsa, 2022.

- Nuraida dan Zaki bin Hasan. "Pola Komunikasi Gender Dalam Keluarga." *Jurnal Dakwah Dan Kemasyarakatan Wardah* 18, no. 2 (2017): 181–200.
- Pratista, Himawan. *Memahami Film*. Edited by Agustinus dwi Nugroho and yosuo aji Febrianto, 2017.
- Rahmadi. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Banjarmasin, 2011.
- Ranubaya, Fransesco Agnes, and Yohanes Endi. "Analisis Privasi Dan Publikasi Postingan Media Sosial Di Kalangan Orang Muda Menurut Interaksionisme Simbolik Herbert Blumer." *Metta : Jurnal Ilmu Multidisiplin* 3, no. 2 (2023): 133–44. <https://doi.org/10.37329/metta.v3i2.2455>.
- Riyadi, Sasqia Dinda, and Nurul Fauziah. "Representasi Budaya Patriarki Di Korea Selatan Dalam Film Kim Ji Young Born 1982." *Kinesik* 09, no. 1 (2022): 293–305.
- Sembiring, Eva Suryani. "Analisis Representasi Perlawanan Perempuan Pada Film Marlina Si Pembunuh Dalam Empat Babak." *Komunikologi: Jurnal Pengembangan Ilmu Komunikasi Dan Sosial* 6, no. 2 (2022): 133. <https://doi.org/10.30829/komunikologi.v6i2.11561>.
- Sharifa Arifin, dan Muhammad Syukron Anshori. "Studi Semiotik Feminisme Pada Film Marlina Si Pembunuh Dalam Empat Babak." *Jurnal Indonesia Sosial Sains* 2, no. 3 (2021): 494. <http://jiss.publikasiindonesia.id/>.
- Siregar, Nina Siti Salmaniah. "Kajian Tentang Interaksionisme Simbolik." *Perspektif* 1, no. 2 (2016): 100–110. <https://doi.org/10.31289/perspektif.v1i2.86>.
- Sukmawati, Lilis, and Jurnal Arjuan Tuhuteru. "Ketidaksamaan Gender Dalam Praktek Edogem Peernikahan (Studi Pada Komunitas Kampung Arab Palembang)" 18, no. 1 (2025): 51–66.
- Tylka, Tracy L, and Nichole L. Wood- Barcalow. *What Is and What Is Not Positive Body Image? Conceptual Foundation and Construct Definition, Body Image*, 2015.
- Ummi kalsum, Tri. "Pola Komunikasi Perpustakaan Islam Masjid Agung Dalam Mendorong Minat Baca Kalangan Remaja." *Jurnal Ilmu Perpustakaan Dan Informasi*, 2016.
- Wably, and Sylvia. "Theorizing Patriarchy. Oxford;Basil Blackwell," 1990.