

**PRAKTIK *BODY CHECKING* SEBAGAI MEKANISME DISIPLIN TUBUH
PADA KOMUNITAS BLINK JAKARTA SELATAN PERSPEKTIF MICHEL
FOUCAULT**

***BODY CHECKING PRACTICES AS A MECHANISM OF BODY DISCIPLINE IN
THE SOUTH JAKARTA BLINK COMMUNITY A MICHEL FOUCAULT
PERSPECTIVE***

Adna Fika Ardelia¹, Andhika Ramadhan Kusuma^{2*}, Rifma Ghulam Dzaljad³

^{1,2*,3} Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr.
Hamka, Jakarta, Indonesia

¹adnafikaardelia@gmail.com, ^{2*}andhikaramadhan9249@gmail.com, ³rifmaghulam@uhamka.ac.id

Abstrak

Era digital dan globalisasi kebudayaan populer melalui fenomena *Korean Wave* (Hallyu) tidak sekadar mengubah pola konsumsi hiburan, melainkan juga mengonstruksi cara individu memaknai identitas dan citra tubuh melalui standarisasi estetika industri K-Pop. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis praktik *body checking* sebagai mekanisme disiplin tubuh pada komunitas BLINK Jakarta Selatan dalam perspektif teori kekuasaan Michel Foucault. Melalui pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus deskriptif, penelitian ini melibatkan enam informan berusia 20–24 tahun yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria keaktifan dalam fandom BLACKPINK dan intensitas konsumsi konten K-Pop yang tinggi. Data dikumpulkan melalui teknik wawancara mendalam (*in-depth interview*) serta dokumentasi, lalu dianalisis menggunakan model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa representasi tubuh ideal yang ditampilkan oleh anggota BLACKPINK telah mengalami proses naturalisasi dan diinternalisasi oleh penggemar sebagai norma sosial yang wajar. Lebih jauh, praktik *body checking* berupa tindakan repetitif seperti bercermin secara berulang, menimbang berat badan, dan membandingkan fisik dengan idola tidak lahir dari paksaan langsung, melainkan bentuk regulasi mandiri yang sukarela. Dalam perspektif Foucauldian, fenomena ini memperlihatkan bekerjanya kekuasaan disipliner (*disciplinary power*) dan pengawasan diri (*self-surveillance*) di mana media sosial beroperasi sebagai ruang panoptik digital. Kebaruan penelitian ini terletak pada dekonstruksi perilaku *body checking* yang semula dipandang sebagai simptom psikologis individual menjadi produk relasi kuasa dan pendisiplinan tubuh yang bekerja secara subtil dalam ekosistem komunitas penggemar urban.

Kata Kunci: Body Checking, Disiplin Tubuh, Michel Foucault, Komunitas BLINK, Panoptisme Digital.

Abstract

The digital era and the globalization of popular culture through the Korean Wave (Hallyu) phenomenon have not only altered entertainment consumption patterns but have also constructed how individuals perceive identity and body image through the aesthetic standardization of the K-Pop industry. This study aims to analyze body checking practices as a body discipline mechanism within the South Jakarta BLINK community from the perspective of Michel Foucault's power theory. Utilizing a qualitative approach with a descriptive case study method, this research involved six informants aged 20–24 years selected through purposive sampling based on their active involvement in the BLACKPINK fandom and high intensity of K-Pop content consumption. Data were gathered through in-depth interviews and documentation, and subsequently analyzed using the Miles and Huberman interactive model, which comprises data reduction, data display, and conclusion drawing. The findings demonstrate that the representation of the ideal body exhibited by BLACKPINK members has undergone a process of naturalization and has been internalized by fans as a taken-for-granted social norm. Furthermore, body checking practices, manifested in repetitive actions such as constant mirror-gazing, weighing body mass, and comparing physical attributes with the idols, do not stem from direct coercion but rather manifest as a form of voluntary self-regulation. Within a Foucauldian perspective, this phenomenon illustrates the operation of disciplinary power and self-surveillance, wherein social media functions as a digital panoptic space. The novelty of this research lies in its deconstruction of body checking behavior, shifting it from a mere individual psychological symptom

to a product of power relations and body discipline working subtly within an urban fan community ecosystem.

Keywords: *Body Checking, Body Discipline, Michel Foucault, BLINK Community, Digital Panopticism, Popular.*

PENDAHULUAN

Era digital telah mempercepat arus globalisasi dan memperluas penyebaran kebudayaan populer lintas negara secara masif. Fenomena ini tidak hanya mengubah pola konsumsi hiburan masyarakat, melainkan juga mengonstruksi cara individu memaknai identitas, gaya hidup, hingga citra tubuh mereka. Salah satu manifestasi budaya populer dengan pengaruh global paling signifikan saat ini adalah *Korean Wave* (Hallyu), khususnya industri musik K-Pop. Industri ini tidak lagi sekadar menjadi komoditas hiburan visual dan auditori, tetapi telah menjelma sebagai industri budaya yang mendikte preferensi sosial, habitus, hingga standarisasi estetika di tingkat global.

Dalam konstelasi industri K-Pop, BLACKPINK hadir sebagai salah satu grup dengan pengaruh paling dominan. Popularitas masif grup ini tidak hanya tercermin dari pencapaian komersial atau besarnya basis massa penggemar, melainkan juga melalui kemampuan mereka dalam memproduksi dan mereproduksi representasi visual tubuh ideal melalui media digital. Secara konsisten, figur anggota BLACKPINK mengartikulasikan karakteristik fisik tertentu seperti tubuh ramping, tinggi proporsional, kulit bersih, dan estetika modern lainnya yang kemudian diadopsi sebagai standar kecantikan universal. Penelitian (Buhphang, 2024) mengonfirmasi bahwa standar kecantikan yang dipromosikan oleh idola K-Pop memicu komparasi diri (*self-comparison*) dan memengaruhi cara individu mempersepsikan tubuh mereka. Alhasil, standar yang mulanya merupakan produk industri ini perlahan mengalami naturalisasi dan diterima sebagai norma sosial yang wajar.

Meskipun secara umum diskursus popularitas musikal BLACKPINK kini berada pada fase pasca-puncak transisi kultural di mana secara tren global perhatian industri mulai terbagi dengan kemunculan *girl group* generasi baru fenomena pendisiplinan tubuh yang berbasis pada figur mereka justru memperlihatkan data sosiologis yang semakin menarik dan menguat. Daya tawar BLACKPINK tidak lagi beroperasi pada level kepatuhan konsumsi musik pop harian, melainkan telah beralih menjadi hegemoni citra tubuh (*body image*) yang mapan melalui visualisasi adibusana (*high fashion*). Sebagai duta global (*global ambassador*) dari berbagai rumah mode mewah dunia (seperti Chanel, Dior, Saint Laurent, dan Celine), visual tubuh anggota BLACKPINK diproduksi secara masif lewat algoritma media sosial dalam bentuk standar fisik yang sangat spesifik. Karakteristik fisik seperti lekuk perut yang kencang (*toned body* dengan *abs*), bahu tegak bersudut 90 derajat (*90-degree shoulders* ala Jennie), hingga proporsi kaki yang jenjang, tidak lagi dipandang sebagai tren sesaat, melainkan telah membeku menjadi sebuah institusi standar kecantikan yang permanen. Fenomena ini menarik secara sosiologis karena memperlihatkan bahwa meskipun intensitas keaktifan grup secara musikal melandai, citra tubuh mereka tetap bekerja sebagai instrumen pengawasan digital yang tangguh, memicu rasa cemas, ketidakpuasan fisik (*body dissatisfaction*), hingga perilaku *body checking* yang repetitif di kalangan penggemar setianya.

Dalam konstelasi industri K-Pop, BLACKPINK hadir sebagai salah satu grup dengan pengaruh paling dominan. Popularitas masif grup ini tidak hanya tercermin dari pencapaian komersial atau besarnya basis massa penggemar, melainkan juga melalui kemampuan mereka dalam memproduksi dan mereproduksi representasi visual tubuh ideal melalui media digital. Secara konsisten, figur anggota BLACKPINK mengartikulasikan karakteristik fisik tertentu seperti tubuh ramping, tinggi proporsional, kulit bersih, dan estetika modern lainnya yang kemudian diadopsi sebagai standar

kecantikan universal. Penelitian (Buhphang, 2024) mengonfirmasi bahwa standar kecantikan yang dipromosikan oleh idola K-Pop memicu komparasi diri (*self-comparison*) dan memengaruhi cara individu mempersepsikan tubuh mereka. Alhasil, standar yang mulanya merupakan produk industri ini perlahan mengalami naturalisasi dan diterima sebagai norma sosial yang wajar.

Namun, teori sosial kritis menolak memandang fenomena ini sebagai sekadar preferensi estetika atau pilihan personal yang bebas. Dalam cakrawala berpikir kritis, tubuh bukan lagi entitas biologis yang netral, melainkan sebuah ruang sosial (*social space*) yang sarat akan kepentingan, jalinan relasi kuasa, dan kontestasi konstruksi sosial. Realitas ini memantik gugatan kritis: bagaimana sebuah standar kecantikan partikular dapat terinternalisasi secara hegemonik, siapa aktor yang memegang otoritas dalam merumuskan standar tersebut, dan mengapa individu secara sukarela mengondisikan tubuh mereka agar patuh pada standarisasi eksternal. Dengan demikian, tubuh telah bergeser fungsi menjadi arena domestikasi tempat kekuasaan bekerja secara subtil dalam ritus kehidupan sehari-hari.

Manifestasi dari interaksi budaya ini sangat kentara pada lanskap masyarakat urban Indonesia yang memiliki eksposur tinggi terhadap tren global. Jakarta Selatan sebagai episentrum kosmopolitan, kerap diidentifikasi dengan dinamika gaya hidup modern dan adopsi budaya populer yang cepat di kalangan generasi muda. Kehidupan sosial pemuda urban di wilayah ini sangat lekat dengan simbol-simbol gaya hidup yang menempatkan performativitas fisik sebagai instrumen krusial dalam interaksi sosial. Penampilan fisik tidak lagi sekadar menjadi media ekspresi diri, melainkan telah bertransformasi menjadi modal sosial yang menentukan penerimaan, identitas, serta rekognisi dalam kelompok. Tuntutan lingkungan inilah yang secara simultan mendesak individu untuk terus melakukan konformitas terhadap standar kelayakan fisik yang berlaku.

Pertemuan antara identitas kolektif sebagai penggemar BLACKPINK (BLINK) dengan subkultur urban Jakarta Selatan menciptakan lokus penelitian yang menarik. Studi (Novarizka, 2024) menunjukkan bahwa komunitas BLINK di Indonesia memiliki tingkat keterikatan fandom yang sangat intens, yang dimanifestasikan melalui interaksi digital, perburuan informasi, serta kekaguman terhadap estetika visual anggota grup. Melalui ruang-ruang digital dan saluran komunikasi kelompok, komunitas ini tidak hanya berfungsi sebagai wadah rekreasi, melainkan juga inkubator yang mentransmisikan nilai, identitas, dan pola perilaku kolektif.

Di dalam ruang sosial fandom inilah, tekanan untuk mengadopsi standar kelompok menguat, yang salah satunya mewujud dalam perilaku *body checking*. (Bennett et al., 2022) mengonseptualisasikan *body checking* sebagai tindakan memeriksa kondisi fisik secara repetitif, seperti menimbang berat badan, mengukur dimensi tubuh, berkaca, hingga membandingkan tubuh diri dengan figur lain. Kendati kerap direduksi sebagai anomali psikologis personal akibat ketidakpuasan citra tubuh (*body dissatisfaction*), perspektif sosiologi kritis melihat *body checking* sebagai implikasi langsung dari relasi kuasa yang beroperasi melalui diskursus budaya, yang mendikte cara individu memperlakukan tubuhnya sendiri.

Untuk membedah kompleksitas fenomena ini, pemikiran sosiologis Michel Foucault menyediakan pisau analisis yang relevan. Foucault mendalilkan bahwa kekuasaan modern tidak lagi bekerja melalui represi atau koersi fisik langsung, melainkan beroperasi secara kapiler dan mikro melalui mekanisme disiplin yang mendorong subjek melakukan regulasi mandiri. Dalam (Foucault, 1975), Foucault mengintrodusir konsep kekuasaan disipliner (*disciplinary power*), tubuh yang patuh (*docile body*), dan panoptisisme (*panopticism*). Melalui konsep-konsep ini, ditunjukkan bagaimana individu dikondisikan untuk menjadi subjek sekaligus objek pengawasan. Dalam konteks komunitas penggemar, *body checking* dapat dibaca sebagai bentuk pengawasan diri (*self-*

surveillance/self-policing) yang lahir dari internalisasi standar tubuh ideal yang diproduksi oleh industri budaya dan divalidasi oleh lingkungan sosialnya.

Sejauh ini, literatur terdahulu sosiologi maupun psikologi umumnya menempatkan isu citra tubuh (*body image*) dalam kaitannya dengan media sosial secara umum. Sementara itu, kajian empiris mengenai komunitas BLINK di Indonesia masih terbatas pada ranah pola konsumsi informasi dan dinamika internal fandom (Novarizka, 2024). Penelitian yang secara spesifik mengeksplorasi praktik *body checking* sebagai bentuk pendisiplinan tubuh dalam lokus komunitas penggemar lokal dengan menggunakan pisau analisis Foucauldian masih sangat jarang ditemukan. Di sinilah letak kebaruan (*novelty*) penelitian ini, yaitu dengan mendekonstruksi praktik *body checking* dari sekadar simtom psikologis individual menjadi sebuah produk relasi kuasa dan pendisiplinan tubuh yang bekerja dalam ekosistem komunitas BLINK di Jakarta Selatan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis praktik *body checking* sebagai mekanisme disiplin tubuh pada komunitas BLINK Jakarta Selatan dalam perspektif Michel Foucault.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode penelitian studi kasus. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami, mendeskripsikan, serta menganalisis fenomena sosial secara mendalam berdasarkan pengalaman, persepsi, dan makna yang dibangun oleh subjek penelitian dalam konteks sosial tertentu. Penelitian kualitatif digunakan untuk mengeksplorasi fenomena sosial, aktivitas, perilaku, persepsi, dan interaksi sosial yang terjadi pada individu maupun kelompok (Mardianto et al., 2022). Penelitian kualitatif juga digunakan untuk memahami makna yang muncul dari suatu fenomena sosial secara mendalam dan kontekstual (Sugiyono, 2013).

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu deskriptif. Studi kasus digunakan karena penelitian berfokus pada fenomena spesifik yang terjadi dalam kelompok sosial tertentu, yaitu komunitas BLINK Jakarta Selatan. Studi kasus bertujuan untuk memahami fenomena kontemporer secara mendalam dalam konteks kehidupan nyata ketika batas antara fenomena dengan konteks sosial belum tampak secara jelas (Yin, 2018). Metode studi kasus dianggap sesuai karena penelitian ini berupaya memahami praktik *body checking* sebagai mekanisme disiplin tubuh dalam kehidupan sosial anggota komunitas BLINK Jakarta Selatan. Selain itu, pendekatan studi kasus dalam penelitian kualitatif digunakan untuk memperoleh pemahaman secara rinci terhadap situasi sosial tertentu (Yin, 2018).

Subjek penelitian ini merupakan anggota komunitas BLINK Jakarta Selatan yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik tersebut dipilih karena penentuan informan dilakukan berdasarkan karakteristik tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Kriteria informan dalam penelitian ini yaitu anggota komunitas BLINK Jakarta Selatan yang aktif mengikuti aktivitas fandom BLACKPINK, memiliki intensitas tinggi dalam mengonsumsi konten terkait idol K-Pop, serta memiliki pengalaman yang berkaitan dengan praktik *body checking*.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) dan dokumentasi. Wawancara dilakukan secara langsung maupun melalui media komunikasi seperti *WhatsApp Call* atau *Zoom Meeting* untuk memperoleh informasi mengenai pengalaman, persepsi, dan perilaku informan terkait praktik *body checking* dalam kehidupan sehari-hari. Sementara itu, dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa foto kegiatan komunitas, unggahan media sosial, artikel, maupun dokumen lain yang berkaitan dengan objek penelitian (Sugiyono, 2013).

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman yang terdiri atas reduksi data (*data reduction*), penyajian data (*data display*), dan penarikan kesimpulan atau verifikasi (*conclusion drawing/verification*) (Miles et al., 2014). Tahapan reduksi data dilakukan dengan memilih dan memfokuskan data yang relevan dengan tujuan penelitian. Selanjutnya data disajikan secara sistematis agar mempermudah proses interpretasi dan penarikan makna, kemudian dilakukan penarikan kesimpulan berdasarkan temuan penelitian yang diperoleh.

Untuk menjaga keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dengan membandingkan hasil wawancara, dokumentasi, dan literatur pendukung sehingga data yang diperoleh dapat diuji tingkat kredibilitasnya (Sugiyono, 2013).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Profil Informan Penelitian

Penelitian ini melibatkan enam informan yang merupakan penggemar BLACKPINK (BLINK) dan memiliki keterlibatan aktif dalam mengikuti berbagai aktivitas fandom, baik melalui media sosial maupun interaksi dengan komunitas penggemar. Informan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria tertentu, yaitu telah menjadi penggemar BLACKPINK dalam kurun waktu yang relatif lama, aktif mengonsumsi konten terkait BLACKPINK, serta memiliki pengalaman yang berkaitan dengan persepsi tubuh dan praktik *body checking*.

Penelitian ini melibatkan enam informan yang merupakan penggemar BLACKPINK (BLINK) di wilayah Jakarta Selatan. Guna menyajikan pemahaman yang lebih komprehensif dan menarik mengenai subjek penelitian, karakteristik dan latar belakang psikososial para informan tidak digambarkan melalui instrumen tabel kaku, melainkan dieksplorasi secara deskriptif berdasarkan kedalaman interaksi mereka dengan budaya K-Pop. Seluruh informan berada pada rentang usia dewasa muda (*emerging adulthood*), yaitu antara 20 hingga 24 tahun. Fase usia ini secara sosiologis merupakan kelompok konsumen digital paling aktif yang memiliki eksposur sosiokultural yang sangat tinggi terhadap media sosial dan konstruksi gaya hidup urban kosmopolitan.

Dilihat dari tingkat loyalitas dan durasi keterikatan dalam fandom (*fandom attachment*), para informan memiliki kedekatan emosional yang sangat panjang dan intensif dengan BLACKPINK, dengan rentang waktu keterlibatan antara 5 hingga 10 tahun. Karakteristik informan secara individual dapat diuraikan sebagai berikut:

1. K (21 Tahun), merupakan seorang mahasiswi yang telah menjadi BLINK selama 6 tahun. Ia mulai mengagumi BLACKPINK sejak pertengahan tahun 2018 tepat pada era peluncuran lagu *DDU-DU DDU-DU*. K memiliki intensitas keterpaparan visual yang tinggi melalui akun Instagram pribadi para anggota BLACKPINK dan algoritma TikTok.
2. I (24 Tahun), merupakan informan dengan durasi keterlibatan fandom paling lama dalam penelitian ini, yaitu selama 10 tahun. I telah mengikuti perkembangan grup sejak masa prapeluncuran dan debut resmi mereka di tahun 2016 karena ketertarikannya pada proyek *girl group* baru besutan agensi besar. Sebagai individu yang mengidentifikasi dirinya mengalami kondisi kelebihan berat badan (*overweight*), Izza memiliki sensitivitas yang tinggi dalam membandingkan proporsi fisiknya dengan para idola.
3. G (20 Tahun), telah menjadi bagian dari komunitas penggemar selama kurang lebih 8 tahun (sejak tahun 2018, bertepatan dengan era *DDU-DU DDU-DU* dan proyek solo Jennie). G mengonsumsi konten idola secara aktif melalui Instagram, YouTube, TikTok, dan Twitter/X, serta memanfaatkan standar indeks massa tubuh (IMT) secara ketat sebagai instrumen kontrol fisiknya.

4. N (20 Tahun), memiliki riwayat keterlibatan sebagai penggemar selama 5 tahun terakhir. N memantau aktivitas BLACKPINK secara menyeluruh lintas platform digital, termasuk mengikuti dinamika informasi sosiokultural melalui akun-akun *fanbase* kelompok.
5. S (21 Tahun), mengenal dan menyukai BLACKPINK sejak duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama (SMP) pada tahun 2018 karena pengaruh lingkungan pertemanannya. Selama 6 tahun menjadi BLINK, S aktif mengonsumsi video musik, konten keseharian (*lifestyle*), dan pembaruan visual estetis para anggota di TikTok dan Instagram.
6. C (20 Tahun), merupakan BLINK sejak tahun 2018 yang tertarik pada kekuatan konsep performa dan lagu-lagu BLACKPINK yang *easy listening*. C memanfaatkan media sosial TikTok dan Instagram sebagai ruang utama untuk mengakses representasi visual berpakaian dan citra fisik ideal dari para anggota grup.

Secara kolektif, paparan visual yang berlangsung secara repetitif selama bertahun-tahun ini menempatkan seluruh informan pada posisi sosiologis yang rentan sekaligus responsif terhadap standarisasi estetika tubuh. Pengalaman empiris mereka yang panjang di dalam ekosistem fandom menjadikannya sebagai subjek yang sangat relevan untuk membedah bagaimana praktik *body checking* diinternalisasi di dalam ritus kehidupan sehari-hari masyarakat urban.

Dalam proses pengumpulan data primer, peneliti tidak mencantumkan dokumentasi visual berupa tangkapan layar pelaksanaan wawancara, melainkan menyajikannya secara deskriptif untuk memberikan gambaran metodologis yang lebih transparan, ilmiah, dan beretika. Proses penggalian data dilakukan melalui teknik wawancara mendalam (*in-depth interview*) yang berlangsung dalam suasana semi-formal namun tetap kasual, guna meminimalisasi jarak psikologis antara peneliti dan informan. Mengingat mobilitas sosiografis masyarakat urban Jakarta Selatan yang tinggi, wawancara dilaksanakan baik melalui pertemuan langsung maupun melalui pemanfaatan media komunikasi digital seperti *WhatsApp Call* dan *Zoom Meeting*.

Wawancara mendalam ini melibatkan enam orang informan utama secara terpisah, yaitu K, I, G, N, S, dan C. Peneliti menggunakan pedoman wawancara terstruktur yang dikembangkan dari konsep teoretis Michel Foucault mengenai disiplin tubuh dan pengawasan diri (*self-surveillance*). Konstruksi instrumen pertanyaan wawancara difokuskan pada tiga kluster tematik utama, antara lain:

- Kluster Pertama (Aspek Historis dan Intensitas Konsumsi Budaya): Menggali latar belakang ketertarikan, durasi menjadi penggemar, serta saluran atau platform media digital (seperti Instagram, TikTok, YouTube, dan Twitter/X) yang digunakan untuk mengikuti BLACKPINK.
- Kluster Kedua (Konstruksi dan Internalisasi Pemaknaan Tubuh Ideal): Menanyakan persepsi informan mengenai representasi bentuk fisik anggota BLACKPINK, bagaimana standar tubuh perempuan ideal dikonstruksikan oleh industri hiburan saat ini, serta ada atau tidaknya pengalaman psikologis dalam membandingkan bentuk tubuh pribadi dengan para idola (*social comparison*).
- Kluster Ketiga (Mekanisme Praktik *Body Checking* dan Tekanan Sosial): Mengeksplorasi secara mendalam tindakan repetitif pengawasan diri yang dilakukan oleh informan (seperti frekuensi bercermin, aktivitas menimbang berat badan, kecemasan melihat bentuk fisik di foto, dan perhatian berlebih pada bagian tubuh spesifik), pemicu tindakan tersebut, dampak emosional yang dirasakan (kepuasan atau justru ketidakpuasan tubuh), hingga pengaruh lingkungan pertemanan (*peer group*) dan komunitas di Jakarta Selatan dalam mendikte kelayakan penampilan fisik mereka.

Seluruh data verbal, narasi pengalaman, konflik batin, dan jawaban personal yang diperoleh dari proses wawancara mendalam bersama keenam informan ini direkam, ditranskrip secara verbatim, dan dianalisis secara kritis. Hasil-hasil wawancara tersebut tidak diletakkan sebagai data mentah yang terpisah, melainkan diintegrasikan secara langsung ke dalam bab pembahasan sebagai kutipan-kutipan otentik (*experiential quotes*). Kutipan-kutipan ini berfungsi secara strategis sebagai data empiris yang valid untuk memperkuat, mengilustrasikan, serta menguji ketajaman analisis teoretis Foucauldian mengenai bagaimana praktik *body checking* beroperasi sebagai mekanisme kuasa disipliner yang subtil dalam ruang panoptik digital komunitas BLINK.

Intensitas keterlibatan informan dalam aktivitas fandom juga terlihat dari kebiasaan mereka mengikuti berbagai informasi dan aktivitas BLACKPINK melalui platform digital seperti Instagram, TikTok, YouTube, Twitter/X, serta akun-akun *fanbase*. Paparan visual yang berlangsung secara terus-menerus tersebut menjadikan informan sebagai kelompok yang relevan untuk memahami bagaimana standar tubuh ideal dikonstruksi, diterima, dan dimaknai dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam perspektif penelitian ini, karakteristik informan menjadi penting karena mereka tidak hanya berperan sebagai konsumen budaya populer, tetapi juga sebagai subjek yang berinteraksi secara aktif dengan berbagai representasi tubuh ideal yang diproduksi oleh industri K-Pop. Oleh karena itu, pengalaman dan pandangan para informan memberikan gambaran mengenai bagaimana praktik *body checking* dapat muncul serta berkembang sebagai bagian dari mekanisme disiplin tubuh dalam komunitas penggemar BLACKPINK.

B. Konstruksi Tubuh Ideal pada Komunitas BLINK Jakarta Selatan

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap enam informan penelitian, ditemukan bahwa anggota BLACKPINK dipersepsikan sebagai representasi tubuh perempuan ideal oleh sebagian besar informan. Gambaran tubuh ideal tersebut meliputi tubuh yang ramping, proporsional, tinggi, memiliki lingkaran pinggang kecil, kaki jenjang, serta penampilan yang dianggap sehat dan terawat. Kirana memandang bahwa anggota BLACKPINK merepresentasikan tubuh ideal modern yang ditandai dengan bentuk tubuh ramping dan proporsional. Pandangan serupa juga disampaikan oleh G, N, S, dan C yang menilai bahwa citra tubuh anggota BLACKPINK telah menjadi standar visual perempuan ideal yang banyak dikagumi oleh penggemarnya.

Temuan ini menunjukkan bahwa tubuh idol K-Pop tidak hanya berfungsi sebagai identitas personal seorang selebritas, melainkan telah menjadi simbol budaya yang memproduksi standar kecantikan tertentu di ruang sosial penggemar. Dalam konteks ini, tubuh anggota BLACKPINK dikonstruksikan sebagai model tubuh yang layak ditiru, diinginkan, dan dijadikan ukuran dalam menilai penampilan diri. Konstruksi tersebut kemudian diperkuat oleh paparan media sosial yang secara terus-menerus menampilkan visual idol dalam kondisi yang dianggap sempurna.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian (Surawan & Risa, 2024) yang menjelaskan bahwa paparan budaya populer Korea melalui media sosial dan komunitas penggemar berperan dalam membentuk persepsi *body image* remaja perempuan. Penggemar secara tidak langsung menjadikan idol K-Pop sebagai referensi dalam memahami standar kecantikan dan tubuh ideal. Selain itu, penelitian (Buhphang, 2024) menunjukkan bahwa standar kecantikan K-Pop yang menonjolkan tubuh ramping, kulit bersih, dan penampilan sempurna mendorong remaja untuk melakukan perbandingan sosial terhadap tubuh mereka sendiri sehingga memunculkan perasaan tidak puas terhadap kondisi fisik yang dimiliki.

Dalam perspektif (Foucault, 1975), konstruksi tubuh ideal tersebut dapat dipahami sebagai bentuk kerja kuasa modern yang beroperasi melalui mekanisme disiplin tubuh. Kuasa tidak lagi bekerja melalui paksaan langsung, melainkan melalui produksi

norma mengenai tubuh yang dianggap ideal. Ketika anggota BLACKPINK secara terus-menerus ditampilkan sebagai representasi kecantikan yang diinginkan, maka norma tersebut secara perlahan diinternalisasi oleh penggemar sebagai standar yang harus dicapai. Akibatnya, individu mulai menilai, mengawasi, dan mengoreksi tubuhnya sendiri agar mendekati standar yang telah dibentuk oleh industri budaya populer.

Dengan demikian, konstruksi tubuh ideal dalam komunitas penggemar BLACKPINK tidak dapat dipahami semata-mata sebagai preferensi estetika individu. Fenomena tersebut merupakan hasil relasi kuasa yang bekerja melalui media, budaya populer, dan komunitas penggemar sehingga menghasilkan standar tubuh tertentu yang kemudian diterima sebagai sesuatu yang normal, ideal, dan layak untuk dicapai.

C. Praktik *Body Checking* sebagai Bentuk Disiplin Tubuh pada Komunitas BLINK Jakarta Selatan

Berdasarkan hasil wawancara terhadap enam informan penelitian, ditemukan bahwa praktik *body checking* telah menjadi bagian dari keseharian anggota komunitas BLINK Jakarta Selatan. Seluruh informan mengaku pernah melakukan berbagai bentuk evaluasi terhadap tubuhnya, seperti bercermin secara berulang, menimbang berat badan, memperhatikan bagian tubuh tertentu, mengevaluasi penampilan melalui foto, hingga membandingkan kondisi fisiknya dengan anggota BLACKPINK maupun perempuan lain di lingkungan sosialnya. Namun demikian, penelitian ini menemukan bahwa praktik *body checking* tidak muncul karena adanya paksaan langsung dari komunitas penggemar maupun figur idola yang mereka kagumi. Sebaliknya, para informan secara sukarela melakukan pengawasan terhadap tubuhnya sendiri setelah menginternalisasi standar tubuh ideal yang terus mereka konsumsi melalui media sosial dan budaya populer Korea.

Temuan tersebut terlihat dari pengalaman para informan yang secara sadar menjadikan tubuhnya sebagai objek evaluasi. K mengaku sering memperhatikan bagian perut dan lengan serta memeriksa berat badan setelah melihat konten visual anggota BLACKPINK di media sosial. G menyatakan bahwa dirinya secara rutin memantau kondisi tubuh agar tetap berada dalam kategori ideal berdasarkan indeks massa tubuh (IMT). Sementara itu, S, N, dan C mengaku lebih sering memperhatikan bentuk tubuh, penampilan, maupun kecocokan pakaian setelah mengikuti perkembangan dunia K-Pop. Bahkan beberapa informan mengungkapkan bahwa aktivitas tersebut sering dilakukan sebelum menghadiri acara tertentu atau ketika akan berinteraksi dengan lingkungan sosialnya.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa tubuh tidak lagi dipandang sekadar sebagai aspek biologis, melainkan sebagai proyek yang harus terus diperbaiki dan disesuaikan dengan standar tertentu. Dalam konteks ini, *body checking* berfungsi sebagai mekanisme evaluasi yang memungkinkan individu menilai sejauh mana tubuhnya telah sesuai dengan gambaran tubuh ideal yang berkembang dalam lingkungan sosialnya. Dengan kata lain, tubuh menjadi ruang yang terus-menerus diawasi, dinilai, dan dikoreksi melalui berbagai praktik sehari-hari yang tampak sederhana, tetapi sesungguhnya merefleksikan proses sosial yang lebih kompleks.

Hasil penelitian ini sejalan dengan (Hofschröer et al., 2025) yang menjelaskan bahwa *body checking* merupakan aktivitas evaluasi tubuh secara berulang yang dilakukan melalui berbagai tindakan seperti bercermin, memeriksa ukuran tubuh, menimbang berat badan, dan membandingkan tubuh dengan orang lain. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa *body checking* sering dilakukan untuk memperoleh kepastian mengenai kondisi fisik individu, tetapi dalam jangka panjang justru dapat mempertahankan bahkan memperkuat ketidakpuasan terhadap tubuh. Temuan tersebut tampak pada beberapa informan yang mengaku tetap merasa kurang puas terhadap penampilannya meskipun telah melakukan berbagai bentuk evaluasi terhadap tubuhnya. Dengan demikian, *body*

checking tidak selalu menghasilkan rasa percaya diri, melainkan dapat menciptakan siklus evaluasi diri yang berlangsung secara terus-menerus.

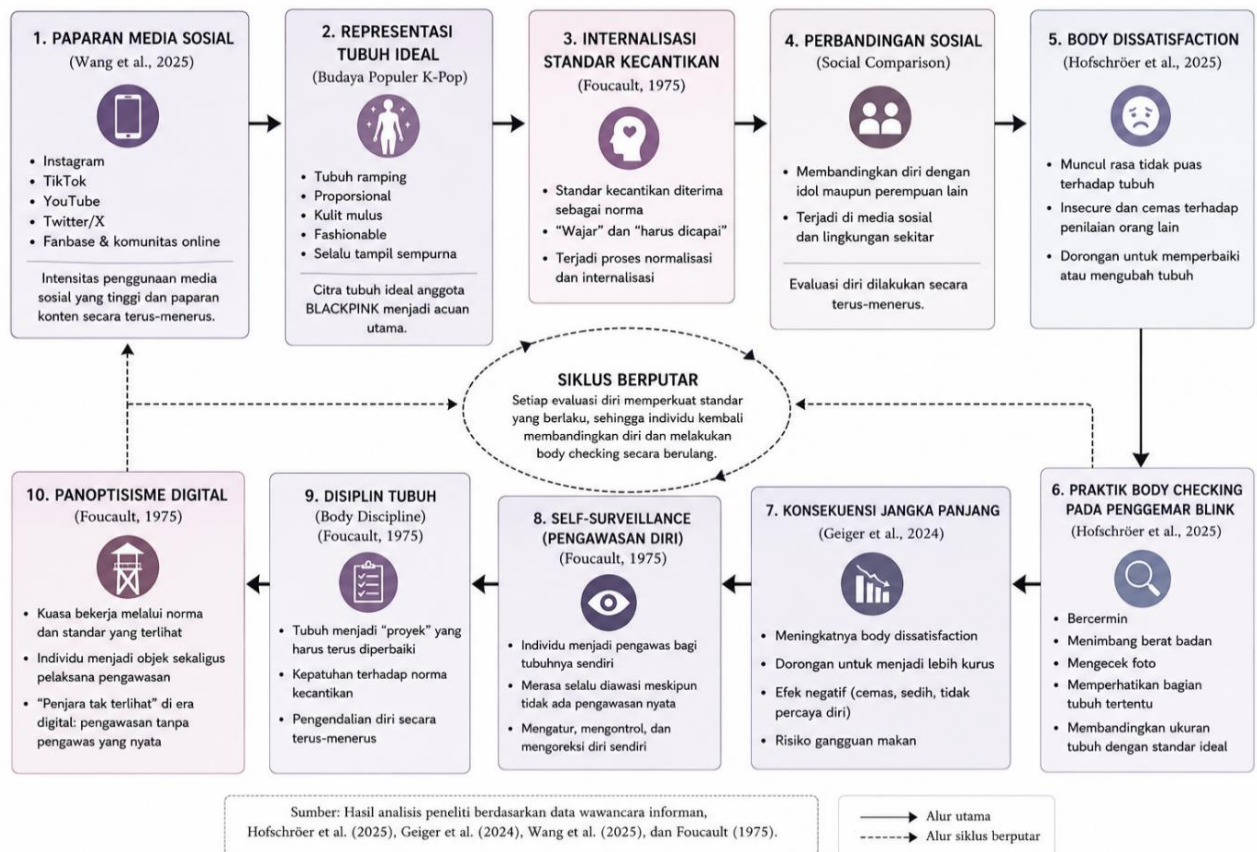
Temuan serupa juga dikemukakan oleh (Geiger et al., 2024) yang menemukan bahwa meningkatnya frekuensi *body checking* berkorelasi dengan meningkatnya ketidakpuasan tubuh dan dorongan untuk mencapai bentuk tubuh tertentu. Dalam penelitian ini, sebagian informan mengaku bahwa aktivitas seperti menimbang berat badan, memperhatikan bentuk tubuh, dan membandingkan diri dengan idol K-Pop sering kali memunculkan perasaan kurang puas terhadap kondisi fisiknya. Hal ini menunjukkan bahwa *body checking* bukan hanya aktivitas pemantauan tubuh, tetapi juga berpotensi membentuk cara individu memandang dirinya sendiri melalui standar yang terus direproduksi oleh lingkungan sosial.

Selain itu, penelitian ini menemukan bahwa media sosial memiliki posisi sentral dalam membentuk praktik *body checking*. Seluruh informan mengaku mengikuti aktivitas BLACKPINK melalui Instagram, TikTok, YouTube, Twitter/X, maupun akun *fanbase*. Intensitas paparan visual tersebut membuat representasi tubuh ideal anggota BLACKPINK hadir secara terus-menerus dalam kehidupan sehari-hari para penggemar. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Wang et al., 2025) yang menjelaskan bahwa kecanduan media sosial dan kecemasan terhadap penampilan sosial (*social appearance anxiety*) berkontribusi terhadap meningkatnya perilaku *body checking*. Semakin sering individu terpapar representasi tubuh ideal di media sosial, semakin besar kecenderungannya untuk melakukan pengawasan terhadap tubuhnya sendiri.

Dalam perspektif (Foucault, 1975), fenomena tersebut menunjukkan bekerjanya mekanisme kuasa disipliner (*disciplinary power*) dalam masyarakat modern. Foucault menjelaskan bahwa kuasa tidak selalu bekerja melalui paksaan atau kontrol langsung, melainkan melalui pembentukan norma yang membuat individu secara sukarela mengatur perilakunya sendiri. Pada konteks penelitian ini, anggota BLACKPINK tidak secara langsung memerintahkan para penggemarnya untuk memiliki tubuh ramping, proporsional, atau menyerupai mereka. Akan tetapi, representasi tubuh ideal yang terus diproduksi melalui industri budaya populer dan media sosial berhasil membentuk norma mengenai tubuh yang dianggap cantik, sehat, dan layak diterima secara sosial.

Akibatnya, para informan secara sukarela menjadikan dirinya sebagai pengawas bagi tubuhnya sendiri. Mereka memeriksa berat badan, memperhatikan bentuk tubuh, memilih pakaian tertentu, bahkan mengoreksi penampilannya sebelum berinteraksi dengan orang lain. Pada titik ini, *body checking* tidak lagi dapat dipahami sekadar sebagai kebiasaan memperhatikan penampilan, melainkan sebagai bentuk disiplin tubuh yang menunjukkan keberhasilan kuasa dalam mengatur individu tanpa perlu menghadirkan pengawasan secara langsung. Dengan demikian, penelitian ini menemukan bahwa praktik *body checking* pada komunitas BLINK Jakarta Selatan merupakan manifestasi dari proses internalisasi standar kecantikan yang diproduksi oleh budaya populer Korea, sehingga individu secara sukarela menjadi pelaksana sekaligus objek pengawasan terhadap tubuhnya sendiri.

D. Panoptisisme dan *Self-Surveillance* dalam Komunitas BLINK Jakarta Selatan



Gambar 1. Panotisme dan *Self-Surveillance* dalam Komunitas BLINK Jakarta Selatan

Media Sosial sebagai Ruang Panoptik Digital

Berdasarkan hasil wawancara terhadap enam informan penelitian, ditemukan bahwa media sosial memiliki peran sentral dalam membentuk cara anggota komunitas BLINK Jakarta Selatan memandang tubuh dan penampilannya. Seluruh informan mengaku secara aktif mengikuti aktivitas BLACKPINK melalui berbagai platform digital seperti Instagram, TikTok, YouTube, Twitter/X, maupun akun *fanbase*. Intensitas paparan tersebut menyebabkan representasi visual anggota BLACKPINK hadir secara terus-menerus dalam kehidupan sehari-hari para penggemar. Dalam konteks ini, media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan dan sumber informasi, tetapi juga menjadi ruang yang memproduksi serta mereproduksi standar kecantikan tertentu secara berkelanjutan.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa para informan secara konsisten memandang anggota BLACKPINK sebagai representasi tubuh ideal yang identik dengan tubuh ramping, proporsional, *fashionable*, serta selalu tampil menarik di ruang publik. K misalnya mengungkapkan bahwa tubuh anggota BLACKPINK sering dijadikan representasi "tubuh ideal modern", sementara S dan C memandang anggota BLACKPINK sebagai figur yang memiliki citra perempuan ideal dengan penampilan yang selalu terlihat sempurna. Paparan visual yang berlangsung secara berulang membuat representasi tersebut tidak lagi dipahami sebagai karakteristik individu seorang idol, melainkan berkembang menjadi standar yang dijadikan acuan dalam menilai tubuh dan penampilan diri sendiri.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa media sosial telah berfungsi sebagai ruang panoptik digital yang memungkinkan standar kecantikan terus hadir dalam kesadaran individu. Jika dalam konsep *panopticon* Jeremy Bentham pengawasan dilakukan melalui menara pengawas yang membuat narapidana merasa selalu diawasi, maka dalam era digital fungsi tersebut dijalankan oleh media sosial melalui arus gambar, video, komentar,

dan representasi visual yang hadir tanpa henti. (Antony, 2025) menjelaskan bahwa panoptisisme digital bekerja melalui mekanisme visibilitas yang membuat individu merasa dirinya selalu berada dalam kemungkinan pengamatan sehingga mendorong munculnya pengaturan perilaku secara sukarela. Dalam perspektif ini, pengawasan tidak lagi memerlukan kehadiran pengawas fisik karena individu telah menginternalisasi kesadaran bahwa dirinya dapat dilihat, dinilai, dan dibandingkan setiap saat.

Temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa media sosial berperan dalam membentuk proses perbandingan sosial (*social comparison*) yang berlangsung secara terus-menerus. Sebagian besar informan mengaku pernah membandingkan bentuk tubuh, berat badan, maupun penampilannya dengan anggota BLACKPINK. Proses tersebut tidak terjadi karena adanya paksaan langsung, melainkan karena tubuh ideal yang ditampilkan melalui media sosial secara perlahan diterima sebagai standar yang dianggap normal dan layak dicapai. Temuan ini sejalan dengan (Pan, 2022) yang menjelaskan bahwa paparan figur publik dan citra tubuh ideal di media sosial dapat mendorong individu untuk melakukan evaluasi terhadap tubuhnya sendiri melalui mekanisme *social comparison* dan *self-surveillance*. Ketika individu terus-menerus membandingkan dirinya dengan standar yang beredar di ruang digital, tubuh kemudian berubah menjadi objek yang harus diamati, diukur, dan dievaluasi secara berkelanjutan.

Dalam perspektif (Foucault, 1975), fenomena tersebut menunjukkan bahwa kuasa bekerja tidak lagi melalui paksaan atau kontrol yang bersifat langsung, melainkan melalui proses normalisasi yang membuat individu menerima standar tertentu sebagai sesuatu yang wajar. Yang menarik, penelitian ini tidak menemukan adanya tuntutan eksplisit dari komunitas BLINK Jakarta Selatan maupun dari anggota BLACKPINK agar penggemar memiliki tubuh tertentu. Namun demikian, para informan tetap menunjukkan kecenderungan untuk mengawasi penampilan, mengontrol berat badan, memperhatikan bentuk tubuh, serta menyesuaikan cara berpakaian mereka. Kondisi ini menunjukkan bahwa kuasa bekerja secara lebih efektif melalui internalisasi norma dibandingkan melalui pengawasan yang bersifat represif.

Dengan demikian, penelitian ini menemukan bahwa media sosial tidak hanya berfungsi sebagai ruang konsumsi budaya populer Korea, tetapi juga menjadi arena reproduksi kuasa yang membentuk cara individu memandang tubuhnya sendiri. Melalui paparan visual yang berlangsung secara terus-menerus, media sosial menghadirkan standar kecantikan yang kemudian diinternalisasi oleh para penggemar sebagai norma yang dianggap wajar. Akibatnya, anggota komunitas BLINK Jakarta Selatan tidak hanya menjadi konsumen budaya populer, tetapi juga menjadi subjek yang secara aktif mengawasi, mengevaluasi, dan mendisiplinkan tubuhnya sendiri melalui mekanisme panoptisisme digital yang berlangsung dalam kehidupan sehari-hari.

Internalisasi Standar Kecantikan dan Pengawasan Diri

Berdasarkan hasil wawancara terhadap enam informan penelitian, penelitian ini menemukan bahwa standar kecantikan yang direpresentasikan oleh anggota BLACKPINK tidak berhenti pada tahap konsumsi visual semata, melainkan telah mengalami proses internalisasi ke dalam cara para penggemar memandang tubuh dan dirinya sendiri. Proses internalisasi tersebut terlihat ketika para informan tidak hanya mengagumi penampilan anggota BLACKPINK sebagai idol, tetapi juga menjadikannya sebagai acuan dalam menilai bentuk tubuh, berat badan, cara berpakaian, hingga tingkat kepercayaan diri mereka. Dengan kata lain, standar kecantikan yang awalnya berada di luar diri individu secara perlahan berubah menjadi standar yang digunakan individu untuk mengevaluasi dirinya sendiri.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar informan memandang tubuh anggota BLACKPINK sebagai representasi tubuh ideal perempuan masa kini. K menggambarkan anggota BLACKPINK sebagai sosok yang memiliki tubuh tinggi,

ramping, proporsional, dan selalu tampil menarik dalam berbagai kesempatan. Pandangan serupa juga ditemukan pada S, C, N, dan G yang mengidentikkan tubuh ideal dengan tubuh yang langsing, sehat, proporsional, serta sesuai dengan citra visual yang sering ditampilkan oleh idol K-Pop. Menariknya, persepsi tersebut muncul secara konsisten meskipun para informan berasal dari latar belakang yang berbeda. Temuan ini menunjukkan bahwa representasi tubuh ideal yang diproduksi melalui media sosial berhasil membentuk pemahaman kolektif mengenai standar kecantikan yang dianggap normal.

Proses internalisasi tersebut terlihat lebih jelas ketika para informan mulai membandingkan tubuhnya dengan standar yang mereka konsumsi melalui media sosial. K mengaku pernah merasa tubuhnya jauh dari standar yang ditampilkan anggota BLACKPINK, sementara Izza membandingkan bentuk tubuhnya dengan Lisa dan Jennie karena merasa bahwa tubuh yang ramping akan membuat seseorang lebih cocok menggunakan berbagai jenis pakaian. S dan C juga mengungkapkan bahwa mereka menjadi lebih memperhatikan penampilan setelah sering melihat konten BLACKPINK di media sosial. Temuan ini menunjukkan bahwa standar kecantikan tidak lagi berada pada level kekaguman terhadap idol, tetapi telah menjadi instrumen evaluasi diri yang digunakan secara aktif oleh para penggemar.

Dalam perspektif (Pan, 2022), kondisi tersebut menunjukkan terbentuknya *self-objectification*, yaitu situasi ketika individu mulai melihat tubuhnya dari sudut pandang orang lain dan menjadikan penilaian eksternal sebagai dasar dalam mengevaluasi dirinya sendiri. Paparan citra tubuh ideal yang berlangsung secara terus-menerus melalui media sosial mendorong individu untuk mengadopsi perspektif pengamat terhadap tubuhnya sendiri sehingga tubuh diperlakukan sebagai objek yang harus dinilai dan disesuaikan dengan standar tertentu. Akibatnya, individu menjadi lebih sensitif terhadap penampilan fisik dan lebih rentan mengalami ketidakpuasan terhadap tubuhnya.

Dalam perspektif (Foucault, 1975), proses internalisasi tersebut merupakan bentuk keberhasilan kuasa disipliner dalam membentuk subjek yang patuh terhadap norma sosial tertentu. Kuasa tidak lagi bekerja melalui larangan atau hukuman yang bersifat langsung, melainkan melalui proses normalisasi yang membuat individu menerima suatu standar sebagai sesuatu yang wajar dan perlu dicapai. Temuan penelitian menunjukkan bahwa para informan tidak pernah mendapatkan tuntutan langsung untuk memiliki tubuh tertentu. Namun demikian, mereka tetap menunjukkan kecenderungan untuk menyesuaikan diri dengan standar kecantikan yang beredar dalam budaya populer. Kondisi ini menunjukkan bahwa norma kecantikan telah berhasil diinternalisasi ke dalam kesadaran individu sehingga individu secara sukarela mengatur dirinya sendiri tanpa memerlukan kontrol eksternal.

Lebih jauh, penelitian ini menemukan bahwa proses internalisasi standar kecantikan menjadi fondasi utama terbentuknya pengawasan diri (*self-surveillance*). Ketika tubuh ideal telah diterima sebagai norma, individu mulai merasa perlu untuk terus memonitor, mengevaluasi, dan mengoreksi tubuhnya agar tetap sesuai dengan standar tersebut. Dengan demikian, *self-surveillance* tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan merupakan konsekuensi dari keberhasilan proses normalisasi yang membuat individu menerima standar kecantikan tertentu sebagai ukuran yang sah dalam menilai dirinya sendiri. Pada titik inilah kuasa bekerja secara paling efektif, yaitu ketika individu secara sukarela menjadi pengawas bagi dirinya sendiri.

Tubuh sebagai Objek Disiplin dalam Budaya Populer

Berdasarkan temuan penelitian, praktik *body checking*, pengawasan diri, serta upaya menjaga penampilan yang dilakukan anggota komunitas BLINK Jakarta Selatan menunjukkan bahwa tubuh tidak lagi dipahami semata sebagai entitas biologis, melainkan telah menjadi objek disiplin yang terus-menerus diatur, diawasi, dan

dievaluasi. Tubuh tidak hanya berfungsi sebagai sarana ekspresi diri, tetapi juga menjadi ruang tempat berbagai norma kecantikan bekerja dan direproduksi. Dalam konteks ini, tubuh ideal yang direpresentasikan oleh anggota BLACKPINK berfungsi sebagai standar normatif yang memengaruhi cara penggemar memandang, menilai, dan memperlakukan tubuhnya sendiri.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar informan merasa perlu memperhatikan bentuk tubuh, berat badan, cara berpakaian, hingga penampilan ketika berada dalam ruang sosial tertentu. Beberapa informan mengaku lebih berhati-hati dalam memilih pakaian, mengontrol berat badan, atau mengevaluasi penampilan sebelum menghadiri acara, bertemu teman, maupun mengunggah foto ke media sosial. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa tubuh telah menjadi objek evaluasi yang berlangsung secara berkelanjutan. Menariknya, proses tersebut dilakukan bukan karena adanya aturan formal yang mengharuskan individu memiliki tubuh tertentu, melainkan karena individu telah menerima standar kecantikan yang beredar sebagai sesuatu yang wajar dan layak dicapai.

Dalam perspektif (Foucault, 1975), kondisi tersebut menunjukkan bekerjanya *disciplinary power* atau kuasa disipliner. Foucault menjelaskan bahwa masyarakat modern tidak lagi mengontrol individu melalui hukuman yang bersifat represif, melainkan melalui pembentukan norma yang mendorong individu untuk mengatur dirinya sendiri. Kuasa bekerja secara halus melalui proses normalisasi yang membuat individu secara sukarela menyesuaikan perilaku, tindakan, bahkan tubuhnya agar sesuai dengan standar yang dianggap benar. Pada titik ini, tubuh menjadi sasaran utama dari mekanisme disiplin karena tubuh merupakan medium yang paling mudah diamati, diukur, dan dikoreksi.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa budaya populer Korea berperan penting dalam proses tersebut. Melalui media sosial, tubuh anggota BLACKPINK direpresentasikan secara konsisten sebagai simbol kecantikan, kesehatan, dan keberhasilan. Representasi tersebut kemudian direproduksi secara berulang oleh akun fanbase, media hiburan, algoritma media sosial, hingga percakapan sehari-hari antar penggemar. Akibatnya, standar kecantikan yang awalnya merupakan konstruksi budaya tertentu berubah menjadi norma yang diterima secara luas. Pada kondisi inilah tubuh para penggemar secara perlahan dibentuk untuk menyesuaikan diri dengan standar yang telah dinormalisasi tersebut.

Temuan ini sejalan dengan (Pan, 2022) yang menjelaskan bahwa media sosial mendorong terbentuknya *self-objectification* dan *body surveillance* melalui paparan citra tubuh ideal yang berlangsung secara terus-menerus. Ketika individu melihat tubuhnya dari perspektif penilaian orang lain, tubuh tidak lagi dipandang sebagai bagian dari identitas personal, tetapi berubah menjadi objek yang harus selalu dipantau dan dievaluasi. Kondisi tersebut diperkuat oleh (Antony, 2025) yang menjelaskan bahwa panoptisisme digital memungkinkan individu menginternalisasi pengawasan sehingga mereka secara sukarela menyesuaikan perilaku dan penampilannya berdasarkan norma yang beredar dalam ruang digital.

Dari perspektif teori sosial kritis, temuan ini memperlihatkan bahwa standar kecantikan tidak lagi sekadar persoalan selera atau preferensi estetika, melainkan telah berfungsi sebagai mekanisme kuasa yang mengatur tubuh perempuan melalui proses normalisasi. Tubuh ideal direpresentasikan sebagai simbol keberhasilan, kepercayaan diri, dan penerimaan sosial, sementara tubuh yang tidak sesuai dengan standar tersebut berpotensi dipandang kurang menarik atau kurang ideal. Akibatnya, individu terdorong untuk terus memperbaiki, mengontrol, dan mendisiplinkan tubuhnya agar memperoleh pengakuan sosial. Dengan demikian, tubuh para penggemar tidak hanya menjadi objek konsumsi budaya populer, tetapi juga menjadi arena tempat kuasa bekerja secara halus melalui proses pengawasan, normalisasi, dan disiplin yang berlangsung dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil penelitian, praktik *body checking* yang dilakukan anggota komunitas BLINK Jakarta Selatan tidak dapat dipahami semata-mata sebagai upaya memperhatikan penampilan fisik, melainkan merupakan bagian dari mekanisme panoptisisme digital yang bekerja melalui media sosial dan budaya populer Korea. Paparan konten BLACKPINK secara berulang melalui berbagai platform digital membentuk representasi tubuh ideal yang kemudian diinternalisasi oleh para penggemar sebagai standar kecantikan yang dianggap wajar dan layak dicapai. Proses tersebut mendorong munculnya praktik pengawasan diri (*self-surveillance*) yang membuat individu secara sukarela memonitor, mengevaluasi, dan mengontrol tubuhnya sendiri.

Dalam perspektif (Foucault, 1975), temuan ini menunjukkan bahwa kuasa bekerja secara efektif melalui proses normalisasi, yaitu ketika individu menerima suatu standar sebagai kebenaran yang tidak lagi dipertanyakan. Akibatnya, anggota komunitas BLINK Jakarta Selatan tidak hanya menjadi konsumen budaya populer Korea, tetapi juga menjadi subjek yang secara aktif mendisiplinkan tubuhnya berdasarkan norma kecantikan yang terus direproduksi dalam ruang digital. Dengan demikian, penelitian ini menemukan bahwa praktik *body checking* merupakan manifestasi dari mekanisme disiplin tubuh yang berlangsung melalui internalisasi standar kecantikan, pengawasan diri, dan panoptisisme digital dalam kehidupan sehari-hari para penggemar BLACKPINK.

KESIMPULAN

Berdasarkan apa yang diteliti oleh peneliti bahwa praktik *body checking* pada komunitas BLINK Jakarta Selatan tidak dapat lagi direduksi sekadar sebagai simptom psikologis individual atau sekadar pilihan estetika yang bebas, melainkan harus dibaca sebagai sebuah manifestasi empiris dari bekerjanya mekanisme kekuasaan disipliner (*disciplinary power*) yang beroperasi secara kapiler dan subtil melalui ekosistem subkultur urban dan ruang panoptik digital. Peneliti memperlihatkan bahwa tubuh para penggemar telah bergeser fungsi menjadi arena domestikasi tempat kekuasaan bekerja tanpa koersi fisik langsung; industri budaya populer transnasional seperti K-Pop, melalui figur BLACKPINK, secara masif memproduksi representasi visual tubuh ideal yang kemudian mengalami proses normalisasi dan naturalisasi hingga diterima sebagai norma sosial yang wajar. Melalui intensitas paparan media sosial yang tanpa henti, standar kecantikan ini terinternalisasi secara hegemonik ke dalam kesadaran individu, mendesak mereka melakukan objektifikasi diri (*self-objectification*) dan memperlakukan tubuh mereka sendiri sebagai proyek sosial yang harus terus-menerus diawasi, diukur, dan dikoreksi demi mendapatkan rekognisi serta modal sosial di lingkungannya. Pada titik inilah, tindakan repetitif seperti bercermin, menimbang berat badan, dan membandingkan fisik dengan idola berkembang menjadi mekanisme pengawasan diri (*self-surveillance*) yang mencerminkan keberhasilan tertinggi dari struktur kekuasaan modern ala Foucauldian, di mana individu secara sukarela mengondisikan dirinya untuk menjadi subjek sekaligus objek pengawasan bertindak sebagai sipir sekaligus narapidana bagi tubuhnya sendiri di dalam menara pengawas digital yang senantiasa mengintai dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Antony, A. (2025). From The Watchtower To The Digital Panopticon: Erosion Of Privacy And Predictive Analysis In Dave Egges' The Circle. *Literariness Journal*, 1(December).
- Bennett, B. L., Wagner, A. F., & Latner, J. D. (2022). Body Checking and Body Image Avoidance as Partial Mediators of the Relationship between Internalized Weight Bias and Body Dissatisfaction. *International Journal of Environmental Research*

- and Public Health. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph19169785>
- Buhphang, L. N. (2024). The Influence of K-pop Beauty Standards on Body Image among Adolescents in Shillong. *The International Journal of Indian Psychology*, 12(3). <https://doi.org/10.25215/1203.243>
- Foucault, M. (1975). *Discipline & Punish The Birth Of The Prison*.
- Geiger, G., Opladen, V., Vivell, M., Vocks, S., & S Hartmann. (2024). *Longer-Term Consequences Of Increased Body Checking In Women At Risk For Eating Disorders-a Naturalistic Experimental Online Study*. 1–21. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0316190>
- Hofschröer, V., Vivell, M., Vocks, S., & Hartmann, A. S. (2025). Short-Term Functions And Long-Term Consequences Of Body Checking As A Transdiagnostic Phenomenon Across Eating Disorders , Body Dysmorphic Disorder , And Illness Anxiety Disorder : A Systematic Review. *Journal of Eating Disorders*, 0. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s40337-025-01462-0>
- Mardianto, D., Hafrida, L., & Lisy, M. (2022). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (F. Sukmawati (ed.)). Pradina Pustaka.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2014). *Qualitative Data Analysis A Methods Sourcebook* (L. B. Helen Salmon, Kaitlin Perry, Kalie Koscielak (ed.); 3rd ed.). SAGE Publications.
- Novarizka, S. (2024). *Perilaku Pencarian Informasi oleh Komunitas KPOP Blink Indonesia*.
- Pan, J. (2022). *The Influence of Social Media on Women ' s Objectified Body Consciousness and Body Dissatisfaction*. 631(Sdmc 2021), 330–333.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Alfabeta Bandung.
- Surawan, S., & Risa, M. (2024). *Body Image in Teenage Women who Are Fans of K-POP Girl Bands: A Study on Students of IAIN Palangka Raya*. 4(November), 132–145.
- Wang, X., Wang, Y., Yang, S., & Li, Z. (2025). *Social Appearance Anxiety and Body Checking Behavior in the Relationship Between Social Media Addiction and Depressive Symptoms Among College Students*. August, 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2025.1608527>
- Yin, R. K. (2018). *Case Study Research and Applications Design and Methods*.