

Representasi Self Acceptance Dalam Film “Imperfect: Karier, Cinta & Timbangan”

Adelia Febiana Susanto^{1*}, Irwanto

¹Program Studi Ilmu Komputer, Universitas Bina Sarana Informatika, Jakarta, Indonesia

Article Info	ABSTRAK
Article history: Received Oktober 4, 2026 Revised Oktober 4, 2026 Accepted Oktober 5, 2026 Keywords: Film Imperfect, Penerimaan Diri (Self-Acceptance), Representasi, Semiotika John Fiske, Standar Kecantikan Keywords: <i>Beauty Standards, Film Imperfect, John Fiske’s Semiotics, Representation, Self-Acceptance</i>	Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena standar kecantikan yang kuat dalam masyarakat modern, yang sering kali menekan individu untuk mengubah diri demi validasi eksternal, sebagaimana digambarkan dalam film "Imperfect: Karier, Cinta & Timbangan". Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis bagaimana pesan self-acceptance (penerimaan diri) direpresentasikan melalui pengalaman tokoh utama, Rara. Penelitian ini menggunakan paradigma konstruktivisme dengan metode kualitatif deskriptif interpretatif. Analisis data dilakukan menggunakan metode semiotika John Fiske yang membedah tanda ke dalam tiga tingkatan hierarkis: level realitas, level representasi, dan level ideologi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa film ini merepresentasikan self-acceptance sebagai sebuah proses dialektis yang melibatkan dekonstruksi realitas sosial. Rara bertransformasi dari fase ketergantungan pada validasi eksternal menuju fase penerimaan diri melalui kesadaran kritis bahwa nilai individu tidak ditentukan oleh metrik fisik semata. Melalui elemen audio-visual seperti dialog, simbol, dan sinematografi, film ini berhasil mengomunikasikan pesan bahwa penerimaan diri adalah tentang berdamai dengan ketidaksempurnaan dan memvalidasi kebahagiaan dari perspektif internal. Film ini berfungsi sebagai media edukasi publik yang efektif dalam menantang stigma negatif mengenai standar fisik, serta menegaskan pentingnya kesehatan mental dalam membangun identitas diri yang positif di tengah arus modernisasi. ABSTRACT <i>This study explores the phenomenon of rigid beauty standards in modern society, which often pressure individuals to change themselves for external validation, as portrayed in the film "Imperfect: Karier, Cinta & Timbangan." The objective of this research is to analyze how self-acceptance is represented through the protagonist's, Rara, experiences. The study employs a constructivist paradigm with a qualitative descriptive-interpretative method. Data were analyzed using John Fiske's semiotic model, which deconstructs signs into three hierarchical levels: the level of reality, the level of representation, and the level of ideology. The results indicate that the film represents self-acceptance as a dialectical process involving the deconstruction of social reality. Rara transforms from seeking external validation to achieving internal self-acceptance through a critical realization that individual value is not defined by physical metrics. Through audio-visual elements such as dialogue, symbolism, and cinematography, the film successfully communicates that self-acceptance involves reconciling with imperfection and validating happiness from an internal perspective. This study concludes that the film serves as an effective public education tool in challenging negative stigmas regarding physical standards and emphasizes the importance of mental well-being in constructing a positive identity amidst modernization.</i>



Corresponding Author:

Adelia Febiana Susanto
Universitas Bina Sarana Informatika
Indonesia
Email: adeliafebianas@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Film pada dasarnya merupakan media komunikasi audio visual yang menyampaikan pesan melalui perpaduan gambar, suara, dialog, ekspresi, dan alur cerita [1]. Melalui unsur-unsur tersebut, film mampu menghadirkan makna tertentu kepada penontonnya. Selain berfungsi sebagai sarana hiburan, film juga sering digunakan untuk menyampaikan cerita, kritik sosial, nilai moral, maupun persoalan-persoalan yang terjadi dalam kehidupan masyarakat [2]. Dengan demikian, film dapat dipahami sebagai media yang tidak hanya menampilkan cerita, tetapi juga merepresentasikan berbagai fenomena sosial yang ada di lingkungan sekitar.

Salah satu film Indonesia yang mengangkat persoalan sosial yang dekat dengan kehidupan masyarakat adalah *Imperfect: Karier, Cinta & Timbangan*, karya sutradara Ernest Prakasa. Film bergenre drama komedi ini diadaptasi dari buku karya Meira Anastasia dan dibintangi oleh Jessica Mila sebagai Rara, Reza Rahadian sebagai Dika, serta didukung oleh Yasmin Napper, Karina Suwandi, dan Shareefa Daanish. Film ini mengangkat berbagai isu sosial yang banyak ditemui dalam kehidupan sehari-hari, salah satunya ialah persoalan self acceptance atau penerimaan diri [3], [4]. Melalui kisah tokoh utamanya, film ini memperlihatkan bagaimana penilaian lingkungan dapat memengaruhi cara seseorang memandang dirinya sendiri.

Tokoh utama dalam film ini adalah Rara, seorang perempuan yang digambarkan memiliki tubuh gemuk dan kulit sawo matang. Rara merupakan seorang perempuan yang bekerja sebagai staf riset di sebuah perusahaan kosmetik. Dalam pekerjaannya, Rara dikenal cerdas, rajin, dan memiliki kemampuan yang baik. Namun, di lingkungan kerjanya ia kerap merasa bahwa kemampuannya tidak selalu menjadi hal utama yang dilihat orang lain. Penampilan fisiknya justru sering lebih menonjol di mata lingkungan sekitarnya. Situasi ini semakin terasa ketika muncul peluang promosi jabatan. Rara mulai melihat bahwa standar penampilan tertentu seolah memiliki pengaruh terhadap penerimaan dan penilaian di tempat kerja. Kondisi tersebut membuat Rara mulai mempertanyakan dirinya sendiri dan merasa bahwa penampilannya menjadi hambatan dalam karier yang sedang ia bangun [5], [6].

Perjalanan tokoh Rara dalam film ini memperlihatkan bagaimana persepsi yang dibentuk oleh lingkungan dapat memengaruhi cara seseorang memandang dirinya sendiri. Demi memperoleh pengakuan dan penerimaan sosial, Rara mulai mengubah penampilannya secara perlahan, mulai dari menjaga pola makan hingga berusaha tampil sesuai dengan ekspektasi orang-orang di sekitarnya. Perubahan tersebut membuat Rara mendapatkan perhatian dan perlakuan yang berbeda dari lingkungan sosialnya. Namun, di balik perubahan tersebut, Rara justru mulai merasa kehilangan kenyamanan terhadap dirinya sendiri karena terlalu berusaha memenuhi standar yang dibentuk oleh orang lain [7], [8].

Salah satu adegan yang menunjukkan proses self acceptance terlihat ketika Rara mulai menyadari bahwa perubahan penampilan fisik tidak selalu memberikan kebahagiaan seperti yang ia bayangkan. Dalam salah satu dialog di akhir film, Rara mengatakan bahwa menjadi cantik tidak selalu berarti bahagia dan bahwa tidak apa-apa untuk menjadi tidak sempurna. Dialog tersebut menunjukkan adanya

perubahan cara pandang tokoh utama terhadap dirinya sendiri. Jika sebelumnya Rara terus berusaha mendapatkan validasi dari lingkungan sekitar, pada akhirnya ia mulai memahami bahwa nilai diri seseorang tidak hanya ditentukan oleh penampilan fisik semata [9]. Adegan tersebut menjadi salah satu bentuk representasi self acceptance yang ditampilkan dalam film melalui dialog, ekspresi, dan perjalanan emosional tokoh utama.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimana representasi self-acceptance dibangun dalam film *Imperfect: Karier, Cinta & Timbangan* sebagai bentuk pemaknaan sosial terhadap penerimaan diri di tengah standar sosial yang berkembang di masyarakat?

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana fenomena self acceptance ditampilkan dalam film *Imperfect* melalui pengalaman tokoh utama. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk menganalisis bagaimana representasi self acceptance dibangun dalam film tersebut melalui berbagai unsur audio visual yang ditampilkan, sehingga dapat diketahui makna penerimaan diri yang direpresentasikan dalam film *Imperfect: Karier, Cinta & Timbangan*.

Teori Konstruksi Sosial atas Realitas yang dikemukakan oleh Peter L. Berger dan Thomas Luckmann menjelaskan bahwa realitas sosial tidak hadir begitu saja sebagai sesuatu yang alamiah, melainkan dibentuk melalui proses interaksi sosial yang berlangsung terus-menerus dalam kehidupan sehari-hari. Apa yang dipahami individu sebagai kenyataan pada dasarnya merupakan hasil dari proses sosial yang kemudian diterima sebagai sesuatu yang wajar dan benar. [10] menulis:

Menurut Berger dalam [11] proses konstruksi sosial berlangsung melalui tiga tahapan, yaitu eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi. Eksternalisasi merupakan proses ketika manusia menciptakan makna melalui tindakan dan interaksi sosial. Makna tersebut kemudian mengalami objektivasi, yaitu ketika hasil dari interaksi itu tampak sebagai kenyataan objektif yang berlaku umum dalam masyarakat. Selanjutnya, melalui internalisasi, individu menyerap kembali kenyataan sosial tersebut ke dalam kesadaran dirinya. Melalui proses ini, pandangan mengenai tubuh ideal, kecantikan, rasa percaya diri, maupun penerimaan diri dapat terbentuk dan diterima sebagai sesuatu yang seolah-olah wajar.

2. METODE

2.1 Desain Penelitian

Penelitian ini didesain menggunakan paradigma konstruktivisme dengan pendekatan kualitatif dan metode deskriptif interpretatif. Paradigma konstruktivisme dipilih karena memandang realitas sosial bukanlah suatu fenomena objektif yang berdiri sendiri di luar individu, melainkan hasil konstruksi aktif manusia melalui interaksi simbolik, tindakan, dan pemaknaan terhadap lingkungannya [12], [13]. Dalam ranah studi media, film tidak lagi dipandang sebagai sekadar alat perekam realitas sosial yang netral atau media hiburan semata, melainkan diposisikan sebagai teks kebudayaan kompleks yang secara aktif mengonstruksi, mengemas, dan mendistribusikan ideologi, nilai-nilai, serta pesan-pesan tertentu kepada khalayak penontonnya.

Metode analisis data spesifik yang diimplementasikan dalam penelitian ini adalah Analisis Semiotika model John Fiske. Metode ini dipilih karena memiliki kerangka operasional yang sangat relevan untuk menguliti produk budaya populer audio-visual seperti film layar lebar. John Fiske dalam [14]. memperkenalkan sebuah pisau analisis yang terstruktur yang dikenal sebagai "The Codes of Television" (Kode-Kode Televisi atau Media), yang membagi proses pembentukan makna pada media audio-visual ke dalam tiga tingkatan hierarkis yang saling bertalian, yaitu level realitas (reality), level representasi (representation), dan level ideologi (ideology).

2.2 Unit Analisis

Penetapan unit analisis dalam penelitian ini dilakukan secara sengaja (purposive) berdasarkan kriteria relevansi teoretis yang ketat. Unit analisis difokuskan pada adegan-adegan (scenes) di dalam film *Imperfect* yang secara spesifik menampilkan dinamika psikologis dalam hal ini self acceptance dan interaksi sosial karakter utama bernama Rara. Fokus pengelompokan unit data diarahkan pada adegan yang memperlihatkan transisi emosional tokoh, mulai dari fase mengalami tekanan sosial akibat penampilan fisik, pergolakan batin, hingga transformasi menuju fase penerimaan diri (self-acceptance).

2.3 Teknik Pengumpulan Data

Proses pengumpulan data di lapangan digital dijalankan secara bertahap melalui prosedur penontonan film yang ketat dan berulang kali (active and repetitive viewing). Pada tahap awal, peneliti menonton film *Imperfect* secara keseluruhan untuk memahami alur cerita, penokohan, dan konteks naratif secara utuh. Pada tahap penontonan berikutnya, peneliti mulai melakukan observasi mikroskopis dengan menerapkan teknik freeze-frame atau menghentikan putaran film pada adegan-adegan tertentu yang teridentifikasi memuat indikator-indikator representasi insekuritas dan proses penerimaan diri. Setelah adegan yang relevan berhasil diidentifikasi, peneliti melakukan teknik dokumentasi visual berupa penangkapan layar (screenshot) guna mengabadikan potongan gambar (still images) yang memuat kode-kode non-verbal seperti ekspresi wajah, gestur tubuh, pakaian, dan tata cahaya. Bersamaan dengan itu, peneliti melakukan pencatatan tertulis (transcribing) terhadap seluruh dialog verbal, intonasi suara, maupun efek suara (sound effect) yang mengiringi adegan tersebut. Seluruh potongan visual dan transkrip dialog yang telah terkumpul kemudian diarsipkan dan dikelompokkan ke dalam korpus data mentah yang siap untuk masuk ke tahap analisis data selanjutnya.

2.4 Metode Pengolahan dan Analisis Data

Proses analisis data dalam penelitian ini mengadopsi model analisis interaktif kualitatif yang disinkronisasikan secara ketat dengan tiga tingkatan kode media dari John Fiske. Proses analisis tidak dilakukan secara acak, melainkan bergerak secara linear dan berjenjang dari pembedahan unsur-unsur permukaan teks yang bersifat empiris menuju ke pembongkaran makna abstrak yang bersifat ideologis. Seluruh data visual dan verbal yang telah dikumpulkan pada tahap sebelumnya akan dievaluasi melintasi tiga tahapan kode Fiske secara runtut.

Analisis tahap pertama dilakukan pada Level Realitas (Reality), di mana peneliti mengurai tanda-tanda sosial yang dikodekan secara alamiah melalui penampilan fisik dan perilaku para tokoh di dalam film *Imperfect*. Peneliti membedah bagaimana aspek kostum (pakaian kerja versus pakaian santai), tata rias (make-up wajah yang tebal atau polos), ekspresi emosional (minder, sedih, atau bahagia), gestur tubuh (menunduk, berjalan tidak percaya diri), serta gaya bicara tokoh Rara menggambarkan kondisi psikologisnya. Tahap ini bertujuan untuk memetakan realitas fisik apa saja yang dipilih oleh pembuat film untuk merepresentasikan konsep diri tokoh utama.

Analisis tahap kedua bergerak ke Level Representasi (Representation), di mana peneliti membedah aspek-aspek teknis sinematografi yang membungkus dan mengonstruksi level realitas di atas. Di sini, peneliti menganalisis bagaimana penggunaan ukuran gambar (shot size seperti Close-Up untuk menangkap kesedihan wajah Rara), sudut pengambilan kamera (camera angle seperti High Angle untuk memberi kesan tokoh yang lemah), tata pencahayaan (lighting dengan warna muram atau cerah), teknik penyuntingan (editing), hingga penempatan musik latar (background) bekerja sama untuk mendramatisasi pesan dan mengarahkan emosi penonton terhadap isu self acceptance.

Analisis tahap akhir bermuara pada Level Ideologi (Ideology), di mana peneliti melakukan sintesis dan abstraksi teoretis dengan menghubungkan temuan dari level realitas dan level representasi ke dalam koherensi nilai-nilai makro yang hidup di masyarakat. Peneliti membongkar bagaimana kode-kode film tersebut mereproduksi, mengkritik, atau melakukan resistensi terhadap ideologi patriarki,

kapitalisme industri kecantikan, konsumerisme, serta mitos beauty standard yang mengungkung kaum perempuan. Tahap ini akan merumuskan makna hakiki mengenai bagaimana film *Imperfect* menawarkan konsep penerimaan diri sebagai bentuk emansipasi batin bagi individu di tengah modernisasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Imperfect: Karier, Cinta & Timbangan (2019) merupakan sebuah karya sinematografi bergenre drama komedi yang menjadi cermin bagi realitas sosial mengenai standar kecantikan di Indonesia. Film ini disutradarai oleh Ernest Prakasa dan diadaptasi dari buku karya Meira Anastasia yang mengangkat isu-isu sosial kontemporer mengenai tekanan hidup modern. Sebagai sebuah produk budaya, film ini tidak hanya berfungsi sebagai media hiburan, tetapi juga sebagai instrumen yang menyajikan kritik tajam terhadap tuntutan kesempurnaan fisik yang kerap menghantui perempuan dalam kehidupan sehari-hari. Kekuatan narasi dalam film ini didukung oleh penampilan para pemeran utama seperti Jessica Mila sebagai Rara dan Reza Rahadian sebagai Dika, serta didukung oleh aktor pendukung seperti Yasmin Napper, Karina Suwandi, dan Shareefa Daanish yang semakin memperkaya dinamika konflik. Alur cerita film berfokus pada perjalanan hidup Rara, seorang staf riset di perusahaan kosmetik yang memiliki kecerdasan mumpuni namun kerap mengalami diskriminasi akibat penampilan fisiknya. Konflik memuncak saat promosi jabatan menuntut standar penampilan fisik konvensional, memicu perjalanan Rara untuk mencoba mengubah diri demi validasi eksternal. Namun, esensi utama dari film ini terletak pada titik balik emosional di mana Rara akhirnya menyadari bahwa menjadi cantik tidak selalu berbanding lurus dengan kebahagiaan sejati. Perjalanan Rara mencapai self acceptance menjadi inti pesan moral film ini, di mana ia mampu berdamai dengan ketidaksempurnaan dan memahami bahwa nilai diri seseorang jauh melampaui apa yang terlihat oleh timbangan maupun penilaian subjektif orang lain. Untuk memahami konstruksi makna dalam perjalanan tersebut, berikut adalah analisis semiotika John Fiske terhadap tiga adegan kunci yang merepresentasikan transisi Rara:

Tabel 1. Analisis Semiotika Scene Representasi Self Acceptance

No. / Menit	Scene	Analisis Semiotika John Fiske
1 07:26 - 07:28	Scene Rara mengajar anak-anak di lingkungan bimbingan belajar.	Level Realitas: Rara mengenakan pakaian santai bergaya casual-earthly berupa atasan longgar berwarna merah muda pudar (dusty pink) dan celana kasual, dengan rambut keriting alaminya yang terurai bebas serta make-up yang sangat minim/polos (bare face). Bahasa tubuhnya rileks, hangat, dan penuh senyum saat berinteraksi. Level Representasi: Medium long shot dan pencahayaan alami (natural lighting) menciptakan kesan hangat dan jujur. Penampilan Rara tanpa riasan mencolok mewakili kenyamanan dirinya dalam ruang sosial yang tidak menuntut kriteria fisik tertentu. Level Ideologi: Adegan ini merepresentasikan bahwa keberhargaan dan nilai kontribusi seseorang di masyarakat ditentukan oleh kepedulian, keahlian, dan karakternya, bukan oleh kepatuhan terhadap standar estetika formal.
2 56:01 - 56:20	Scene Rara di dalam lift setelah melakukan transformasi fisik.	Level Realitas: Rara tampil beda secara drastis dengan setelan baju formal berwarna magenta/fuchsia (menggunakan color palette dan gaya yang mirip dengan Marsha pada scene lift awal), rambut hitam lurus tertata rapi, ikat pinggang kecil, serta makeup tebal dengan lipstick merah tua/marun yang mencolok. Postur tubuhnya

No. / Menit	Scene	Analisis Semiotika John Fiske
		tegap dan tatapannya lurus ke depan. Level Representasi: Medium shot dengan posisi Rara di tengah depan lift mengasumsikan dominasi visual. Penggunaan color palette yang sama persis dengan Marsha menjadi penanda simbolis (semiotic signifier) bahwa Rara telah mengadopsi standar estetika lingkungan kerja yang sebelumnya mengasingkannya. Level Ideologi: Adegan ini memperlihatkan bagaimana tuntutan konformitas sosial mereduksi keunikan individu demi memenuhi corporate beauty standard, di mana transformasi fisik tersebut menjadi bentuk kompromi Rara demi memperoleh validasi eksternal dan pengakuan profesional.
3 1:49:50 - 1:50:10	Rara menimbang berat badannya di pagi hari.	Level Realitas : Secara realitas, Rara menatap timbangan dengan tenang. Level Representasi : Representasi diperkuat close-up shot pada wajah Rara dan iringan lagu Pelukku untuk Pelikmu (Fiersa Besari) sebagai auditory signifier. Dialog: "Dulu tiap mau naik timbangan gua takut. Takut kl angka yg muncul akan bikin gw ngerasa ga berarti, tp sekarang gw belajar kl timbangan itu cuma nunjukkin angka bukan nilai. Gw belajar untuk jadi versi terbaik diri gw sendiri karena sesungguhnya kita ga perlu sempurna untuk bisa bahagia." Level Ideologis : Secara ideologis, lagu dan dialog ini mendefinisikan ulang bahwa keberhargaan diri bersifat mutlak dan tidak bergantung pada metrik fisik.

3.2 Pembahasan

Proses penerimaan diri (self acceptance) pada karakter Rara dalam film Imperfect merupakan manifestasi dari dialektika konstruksi sosial sebagaimana dijelaskan oleh [16] bahwa realitas sosial bukanlah sesuatu yang lahir secara alamiah, melainkan dibentuk melalui interaksi terus-menerus. Dalam kerangka ini, realitas mengenai standar kecantikan di perusahaan tempat Rara bekerja menjadi "kenyataan objektif" yang membelenggu individu. Pada fase eksternalisasi, Rara melakukan penyesuaian diri yang dipaksakan; tindakannya mengubah pola makan dan gaya hidup merupakan respons terhadap naskah sosial yang menempatkan tubuh langsing sebagai prasyarat karier. Sebagaimana dijelaskan oleh [17], dunia sehari-hari adalah hasil dari tindakan individu yang dipelihara sebagai "yang nyata" melalui pikiran dan tindakan tersebut. Rara, dalam tahap ini, melakukan validasi eksternal karena menganggap standar tersebut sebagai kebenaran yang berlaku umum.

Pada fase objektifikasi, standar kecantikan tersebut telah mengeras menjadi institusi sosial yang menuntut kepatuhan. Penandaan visual atas proses transformasi Rara terlihat sangat jelas melalui artikulasi wardrobe dan make-up pada tiga scene awal sebelum konflik utama memuncak. Pada adegan mengajar (menit 07:26–07:28), Rara ditunjukkan dalam kondisi paling alami (authentic self) dengan pakaian kasual dusty pink, rambut keriting terurai, dan make-up minim. Keputusan gaya busana ini mencerminkan ruang aman di mana nilai diri Rara diakui secara murni berdasarkan kapasitas dan ketulusannya, tanpa adanya komodifikasi fisik. Namun, ketika memasuki lingkungan korporat pada scene lift awal (menit 14:51–15:14), terjadi kontras visual yang tajam (juxtaposition) antara Rara yang berpakaian kasual-santai (kaus oranye, cardigan abu-abu) dengan Marsha yang tampil rapi dalam balutan busana magenta/fuchsia, rambut lurus, serta make-up sempurna. Penggunaan warna dan struktur pakaian ini mempertegas dikotomi antara tubuh yang belum tersentuh oleh norma estetika industri dengan tubuh yang telah dikonstruksikan sesuai standar beauty privilege tempat kerja.

Penegasan atas hegemoni standar kecantikan tersebut mencapai puncaknya pada scene lift pasca-transformasi (menit 56:01–56:20). Pada adegan ini, Rara mengalami penyeragaman penampilan fisik

dengan mengadopsi color palette dan gaya busana yang identik dengan Marsha di scene awal, yakni setelan berwarna magenta/fuchsia, rambut lurus yang dicat rata, serta riasan wajah tebal berpuncak pada penggunaan lipstick merah tua (bold). Perubahan dramatis pada aspek fashion dan make-up ini berfungsi sebagai tanda semiotik bahwa Rara telah terinternalisasi oleh ideologi kecantikan konvensional demi mendapatkan external validation. Pilihan wardrobe yang formal, terstruktur, dan seragam tersebut menyimbolkan pengorbanan kenyamanan serta identitas aslinya. Transformasi estetika ini menjadi bukti konkret bagaimana konstruksi sosial tempat kerja mampu memaksa individu mengubah penampilan fisiknya agar dapat diterima dan diakui dalam hirarki profesional. Tekanan promosi jabatan dan penilaian lingkungan sosial yang diskriminatif ini menunjukkan bagaimana realitas sosial terpisah dari individu dan menjadi kekuatan penekan. Ketegangan yang terjadi pada adegan pertengkaran Rara dengan Dika (menit 01:27:30) menjadi bukti bagaimana tekanan sosial tersebut merusak hubungan interpersonal dan memperburuk kondisi psikologis Rara.

Tahap internalisasi menjadi titik balik krusial dalam film ini, di mana Rara melakukan rekonstruksi makna. Adegan kunci seperti kunjungan teman ibunya (menit 01:49:10) menjadi momen di mana Rara secara sadar menolak narasi objektif tersebut dengan dialog, "Ternyata kurus juga belum tentu bahagia tante." Penggunaan eye-level shot dan pencahayaan terang di ruang makan dalam adegan tersebut mengonstruksi kejujuran posisi Rara yang kini setara dengan lawan bicaranya. Proses ini berlanjut pada momen refleksi saat bangun pagi dan mencapai puncaknya pada adegan menimbang berat badan (menit 01:49:50). Dialog Rara, "Dulu tiap mau naik timbangan gua takut... tapi sekarang gua belajar kl timbangan itu cuma nunjukkin angka bukan nilai," didukung oleh lagu Pelukku untuk Pelikmu dari Fiersa Besari sebagai auditory signifier yang kuat. Lagu ini berperan penting sebagai katalisator emosional yang mempertegas bahwa keberhargaan diri bersifat mutlak dan tidak bergantung pada angka di timbangan.

Secara ideologis, keberhasilan Rara dalam mencapai self acceptance menunjukkan bahwa individu tidak harus menjadi budak dari konstruksi sosial. Melalui internalisasi pemahaman baru, Rara membuktikan bahwa ia mampu menjadi subjek yang mendefinisikan realitasnya sendiri. Ia tidak lagi memandang dirinya sebagai objek yang harus diperbaiki (fixed), melainkan sebagai individu yang sedang berproses. Sejalan dengan pandangan Stuart Hall mengenai representasi dalam [18], makna ini bukanlah sesuatu yang tetap, melainkan hasil negosiasi yang terus-menerus. Dengan menerima segala "pelik" dalam dirinya, Rara telah mendekonstruksi standar kecantikan yang dominan dan menggantinya dengan nilai kemanusiaan yang lebih inklusif dan membebaskan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, fenomena self-acceptance dalam film Imperfect: Karier, Cinta & Timbangan ditampilkan melalui perjalanan emosional dan dinamika psikologis tokoh utama, Rara. Melalui proses dialektis yang meliputi tahapan eksternalisasi, objektifikasi, hingga internalisasi, Rara bertransformasi dari sosok yang bergantung pada validasi eksternal akibat tekanan standar kecantikan lingkungan kerja menuju fase penerimaan diri secara utuh. Pengalaman Rara memperlihatkan kesadaran kritis bahwa tuntutan fisik tidak menjamin kebahagiaan sejati, sehingga ia mampu berdamai dengan ketidaksempurnaannya dan memvalidasi nilainya dari dalam diri.

Sementara itu, representasi self-acceptance dibangun secara efektif melalui perpaduan unsur audio-visual yang melintasi tiga level semiotika John Fiske. Pada level realitas, penerimaan diri tercermin dari perubahan gestur tubuh Rara yang tegap, ekspresi tenang, serta gaya penampilan alami. Pada level representasi, pesan dikonstruksikan melalui teknik close-up shot, pencahayaan terang, iringan lagu "Pelukku untuk Pelikmu", serta dialog kunci bahwa timbangan hanya menunjukkan angka, bukan nilai. Puncaknya pada level ideologi, film ini merepresentasikan self-acceptance sebagai bentuk dekonstruksi terhadap standar kecantikan konvensional, sekaligus menegaskan bahwa keberhargaan diri bersifat mutlak dan tidak ditentukan oleh metrik fisik semata.

REFERENSI

- [1] K. P. Ramadhania and B. M. Soewito, "Perancangan Motion Comic Dengan Tema Tokoh Pewayangan Jawa 'Punakawan' Sebagai Media Pengenalan Warisan Budaya Indonesia," *Jurnal Sains dan Seni ITS*, vol. 11, no. 3, 2023, doi: 10.12962/j23373520.v11i3.75346.
- [2] S. L. Adriana and Moh. S. Drajat, "Makna Komunikasi Orangtua Dan Anak Dalam Film Animasi," *Bandung Conference Series Public Relations*, vol. 3, no. 2, pp. 1120–1129, 2023, doi: 10.29313/bcspr.v3i2.9572.
- [3] A. R. Anisa and S. Winduwati, "Pemaknaan Body Positivity Dalam Film Imperfect Pada Kalangan Remaja Di Jakarta," *Koneksi*, vol. 5, no. 2, p. 427, 2021, doi: 10.24912/kn.v5i2.10421.
- [4] N. P. Heriansyah, K. D. Salsabila, and D. Firmansyah, "Prinsip Ironi Dan Prinsip Kelakar Dalam Film Imperfect: Karier, Cinta, & Timbangan Karya Ernest Prakasa," *Wacana: Jurnal Bahasa, Seni, dan Pengajaran*, vol. 8, no. 1, pp. 38–46, 2024, doi: 10.29407/jbsp.v8i1.21691.
- [5] R. Agustiani, I. Ibrahim, and A. Busyairi, "Makna Kecantikan Dan Body Shaming Dalam Film Imperfect," *Gema Kampus IISIP YAPIS Biak*, vol. 18, no. 1, pp. 10–15, 2023, doi: 10.52049/gemakampus.v18i1.289.
- [6] R. Z. B. Pratiwi and A. A. Azis, "Hiperialitas Konsep Cantik Dan Perempuan Dalam Film: Analisis Semiotik Pada Film Imperfect," *Academic Journal of Da'wa and Communication*, vol. 3, no. 2, 2022, doi: 10.22515/ajdc.v3i2.5408.
- [7] A. Hendrayuwana and E. Kuntjara, "Patriarchal Domination in Ernest Prakasa's Imperfect – an Adaptation Study," *Kata Kita: Journal of Language, Literature, and Teaching*, vol. 9, no. 3, pp. 458–467, 2022, doi: 10.9744/katakita.9.3.458-467.
- [8] N. K. Noprianti and N. N. Padmadewi, "Language Variation in Indonesian Movie 'Imperfect,'" *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Sains dan Humaniora*, vol. 6, no. 1, pp. 109–116, 2022, doi: 10.23887/jppsh.v6i1.43581.
- [9] G. W. Ramadhan and S. P. Hadi, "Analisis Semiotika Sikap Percaya Diri Wanita Dalam Film Imperfect," *Bandung Conference Series Journalism*, vol. 3, no. 3, 2023, doi: 10.29313/bcsj.v3i3.9636.
- [10] A. Sulaiman, "Memahami Teori Konstruksi Sosial Peter L. Berger," *Society*, vol. VI, pp. 15–22, 2016.
- [11] L. Efendi, S. Sukanto, I. D. P. Eskasasnanda, and S. M. Towaf, "Konstruksi Sosial Komunitas Punk Dan Perilaku Remaja Di Desa Karangates Kecamatan Sumberpucung Kabupaten Malang," *Jurnal Integrasi dan Harmoni Inovatif Ilmu-Ilmu Sosial*, vol. 2, no. 4, pp. 341–348, 2022, doi: 10.17977/um063v2i4p341-348.
- [12] M. Burns, J. Bally, M. Burles, L. Holtslander, and S. Peacock, "Constructivist Grounded Theory or Interpretive Phenomenology? Methodological Choices Within Specific Study Contexts," *International Journal of Qualitative Methods*, vol. 21, 2022, doi: 10.1177/16094069221077758.
- [13] D. Mohajan and H. K. Mohajan, "Constructivist Grounded Theory: A New Research Approach in Social Science," *Research and Advances in Education*, vol. 1, no. 4, pp. 8–16, 2022, doi: 10.56397/RAE.2022.10.02.
- [14] Y. M. Mustofa and I. Wenerda, "Representation of Poverty in Video Clip the Brandals – The Truth Is Coming Out," *Symposium of Literature, Culture, and Communication (SYLECTION) 2022*, vol. 3, no. 1, p. 610, 2023, doi: 10.12928/sylection.v3i1.14054.
- [15] K. Ainiyah, N. Hidayah, F. P. Damayanti, I. N. Hidayah, J. N. Fadila, and F. Nugroho, "Rancang Bangun Film Animasi 3D Sejarah Terbentuknya Kerajaan Samudra Pasai Menggunakan Software Blender," *JISKA (Jurnal Informatika Sunan Kalijaga)*, vol. 5, no. 3, pp. 164–176, 2020, doi: 10.14421/jiska.2020.53-04.

- [16] T. Ahmad, A. Jamil, A. Zidan, and Y. Huda, "Komunitas Wibu Situbondo Sekai: Sebuah Identitas Kebudayaan Yang Terbentuk Dalam Masyarakat Modern," *Akademik Jurnal Mahasiswa Humanis*, vol. 4, no. 2, pp. 227–238, 2024, doi: 10.37481/jmh.v4i2.741.
- [17] L. Munawaroh, "Thomas Luckmann: Kontribusi Sosiologi Pengetahuan Dalam Studi Islam," *Al-Ulum: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Ke-Islaman*, vol. 9, no. 4, pp. 417–432, 2022, doi: 10.31102/alulum.9.4.2022.417-432.
- [18] T. H. Diniasti and R. Haqqu, "Receiving Messages of Technological Determinism in the Documentary Film 'The Social Dilemma': Analysis of Receptions in Teenagers," in *Proceedings of the 7th International Conference on Social and Political Sciences (ICoSaPS 2022)*, 2022, pp. 74–85, doi: 10.2991/978-2-494069-77-0_12.