

**LAKI-LAKI DAN ESTETIKA TUBUH: *GYM CULTURE*,
SKINCARE, DAN CITRA MASKULIN**
(Kajian Tentang Representasi dan Citra Diri Laki-Laki Dalam Masyarakat
Urban Kota Makassar)

M. Sayful

Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

Jl. H.M. Yasin Limpo No. 36 Romangpolong Kec. Somba Opu Kab. Gowa

E-mail: muhammad.sayful@uin-alauddin.ac.id

Abstrak:

Kajian ini bertujuan untuk memahami bagaimana laki-laki membentuk citra diri mereka melalui praktik *Gym* dan *Skincare*, serta bagaimana praktik tersebut merefleksikan dan membentuk identitas maskulin dalam konteks budaya konsumsi kontemporer. Studi ini menggunakan pendekatan antropologi tubuh dengan kerangka teori habitus dan kapital simbolik dari Pierre Bourdieu serta konsep performativitas gender dari Judith Butler. Tubuh dipahami sebagai medium inkorporasi nilai sosial sekaligus ruang performa identitas maskulin yang terus dinegosiasikan. Data dikumpulkan melalui wawancara terbatas dengan tujuh informan kunci laki-laki dari berbagai latar belakang usia dan pekerjaan, serta dianalisis secara kualitatif dan naratif. Temuan penelitian menunjukkan bahwa praktik *Gym* tidak hanya berfungsi untuk menjaga kebugaran fisik, tetapi juga menjadi sarana membangun kredibilitas sosial dan maskulinitas yang estetik. Sementara itu, *Skincare* dipraktikkan sebagai bentuk negosiasi nilai, antara perawatan diri dan tuntutan untuk tetap sesuai dengan norma maskulin. Media sosial memperkuat visualisasi tubuh dan menciptakan tekanan baru bagi laki-laki untuk tampil 'ideal', sementara di sisi lain masih terdapat ketegangan antara maskulinitas tradisional dan gaya hidup baru. Kajian ini menyimpulkan bahwa tubuh laki-laki merupakan medan kultural yang kompleks, tempat berlangsungnya perdebatan nilai, perubahan norma, dan artikulasi identitas gender yang dinamis.

Kata Kunci: Tubuh, Maskulinitas, *Gym Culture*, *Skincare*, Media Sosial, Antropologi Tubuh.

Abstract:

This study aims to understand how men construct their self-image through gym and skincare practices, and how these practices reflect and shape masculine identity within the context of contemporary consumer culture. Using a body anthropology approach, the study draws on Pierre Bourdieu's concepts of habitus and symbolic capital, as well as Judith Butler's theory of gender performativity. The male body is examined as both a site of internalized social values and a space for the performative negotiation of masculine identity. Data were collected through in-depth interviews with seven male key informants from various age groups and occupational backgrounds, and analyzed qualitatively and narratively. The findings reveal that Gym practices serve not only for physical fitness but also as a means of cultivating social credibility and an aesthetic form of masculinity. Meanwhile, Skincare is practiced as a site of value negotiation between self-care and adherence to masculine norms. Social media amplifies the visualization of male bodies and creates new pressures for men to appear 'ideal,' while at the same time tensions persist between traditional masculinity and

emerging lifestyle trends. The study concludes that the male body functions as a complex cultural arena, where value debates, normative shifts, and dynamic gender articulations take place.

Keywords: *Body, Masculinity, Gym Culture, Skincare, Social Media, Body Anthropology*

PENDAHULUAN

Dalam beberapa dekade terakhir, terjadi pergeseran signifikan dalam cara laki-laki membangun dan merepresentasikan identitas mereka melalui tubuh. Jika dahulu tubuh maskulin identik dengan kekuatan fungsional, seperti otot untuk bekerja dan bertarung, kini muncul bentuk baru maskulinitas yang berfokus pada estetika, perawatan diri, dan visualitas. Pada kenyataannya, *gym* dan *skincare* menjadi dua medium utama dalam produksi citra diri laki-laki masa kini. Fenomena ini tidak lepas dari pengaruh media sosial, budaya populer, serta industri kecantikan dan kebugaran yang semakin menargetkan laki-laki sebagai konsumen aktif.

Tubuh laki-laki tidak lagi semata-mata dipahami sebagai alat produksi atau simbol kekuatan fisik, tetapi telah menjadi ladang ekspresi identitas personal dan sosial. Laki-laki kini lebih terbuka terhadap praktik merawat tubuh; dari rutinitas angkat beban di pusat kebugaran, penggunaan produk perawatan wajah, hingga memperhatikan pola makan dan gaya hidup sehat. Tubuh yang tampak ‘fit’ dan ‘bersih’ bukan hanya dianggap sehat, tetapi juga pantas tampil di ruang sosial digital, terutama media sosial seperti Instagram, TikTok, dan YouTube, di mana visualitas tubuh menjadi komoditas dan simbol status bagi laki-laki.

Perubahan ini mencerminkan transformasi nilai-nilai maskulinitas dalam masyarakat kontemporer. Identitas laki-laki tidak lagi diikat semata oleh ketangguhan fisik atau peran tradisional sebagai pencari nafkah, tetapi juga oleh kemampuan menampilkan citra diri yang terkontrol, menarik, dan selaras dengan standar estetika modern. *Gym* dan *skincare*, dalam konteks ini, bukan sekadar aktivitas fungsional, tetapi praktik kultural yang sarat makna simbolik. Keduanya menjadi arena di mana maskulinitas dikonstruksi, dinegosiasikan, bahkan dipertontonkan kepada publik.

Di tengah arus kapitalisme visual yang menyelimuti media sosial dan gaya hidup urban, khususnya di Kota Makassar, tubuh laki-laki kini tidak lagi tersembunyi di balik narasi fungsionalitas dan kekuatan tradisional. Ia tampil, direkayasa, dirawat, dan dipertontonkan, bukan hanya untuk dilihat, tetapi untuk diakui, diikuti, dan bahkan ditiru. Itu sebabnya, hal ini memberi kita tanda tanya untuk ditelisik lebih jauh, betapa ia hadir sebagai medium kultural yang merefleksikan perubahan nilai-nilai masyarakat urban, di mana tubuh bukan sekadar penanda biologis, melainkan bagian dari narasi sosial yang terus ditulis ulang oleh wacana konsumsi, teknologi, dan identitas.

Namun, dalam lanskap riset akademik Indonesia, studi-studi mengenai tubuh maskulin cenderung masih terfragmentasi. Ada yang membahas perawatan kulit laki-laki, ada yang fokus pada kebugaran di desa, ada pula yang menyentuh ranah kontestasi tubuh dalam lomba fisik. Semuanya berharga, tetapi belum ada yang secara utuh dan lintas-praktik melihat bagaimana laki-laki urban membentuk citra diri maskulin melalui dua ruang paling intens hari ini: *gym* dan *skincare*, dalam kerangka budaya konsumsi yang makin masif. Di sinilah letak pentingnya kajian ini. Ia bukan sekadar penggabungan dua praktik populer; *gym* dan *skincare*, tetapi pembacaan antropologis atas tubuh laki-laki sebagai ruang konflik simbolik: antara tradisi dan modernitas, antara kekuatan dan kelembutan, antara kontrol diri dan ekshibisi publik.

Kajian ini lebih jauh hadir untuk membongkar bagaimana tubuh laki-laki, yang dulu hanya dipahami sebagai alat kerja atau simbol otoritas, kini menjadi titik temu antara desakan pasar, dorongan narsistik, dan kebutuhan akan pengakuan sosial. Ia menempatkan tubuh sebagai naskah terbuka, di mana maskulinitas tidak lagi tunggal, tetapi terus ditulis ulang melalui *dumbbell* dan serum wajah, melalui cermin *gym* dan kamera selfie. Melalui pendekatan antropologi tubuh, kajian ini berupaya menangkap denyut perubahan sosial dari balik otot dan pori-pori laki-laki masa kini yang hidup di dunia yang terus menuntut untuk tampil, tampan, dan terjaga.

Lebih jauh, praktik-praktik tubuh ini menunjukkan keterkaitan erat antara gender, konsumsi, dan kapitalisme. Laki-laki masa kini tidak hanya menjadi subjek dari tuntutan gender, tetapi juga objek dalam logika pasar yang melihat tubuh sebagai ruang produksi dan konsumsi citra. Hal ini membuka ruang baru dalam kajian antropologi tubuh dan maskulinitas: bagaimana tubuh laki-laki menjadi titik temu antara hasrat pribadi, ekspektasi sosial, dan strategi ekonomi yang lebih luas?

Berdasarkan latar belakang tersebut, kajian ini merumuskan masalah utama mengenai bagaimana laki-laki membentuk dan memaknai citra tubuh mereka melalui praktik *gym* dan *skincare*. Lebih lanjut, kajian ini juga ingin menggali bagaimana praktik-praktik tersebut mencerminkan pergeseran nilai maskulinitas dalam masyarakat kontemporer, serta bagaimana tubuh laki-laki menjadi arena negosiasi antara identitas personal, ekspektasi sosial, dan logika konsumsi. Dalam kerangka antropologi tubuh, studi ini mengkaji tubuh bukan hanya sebagai entitas biologis, tetapi sebagai konstruksi sosial dan budaya yang sarat makna simbolik.

Pendekatan antropologi tubuh melihat tubuh sebagai lokasi utama penanaman dan peneguhan nilai-nilai sosial. Bryan Turner (2002) menekankan bahwa tubuh adalah “lokus dari kontrol sosial” sekaligus representasi dari norma budaya yang dominan¹. Dalam konteks ini, tubuh laki-laki yang berotot atau terawat bukanlah netral, melainkan menjadi simbol dari disiplin, produktivitas, dan kapital sosial tertentu. Thomas Csordas (1994) menawarkan konsep *embodiment* sebagai kerangka

¹ Bryan S. Turner, *Regulating Bodies: Essays in Medical Sociology*, Routledge, London, 2002, h. 12-13.

penting. Embodiment memandang tubuh bukan hanya sebagai objek, tetapi sebagai cara manusia mengalami dunia². Artinya, saat seorang laki-laki membentuk tubuh melalui *gym* atau merawat wajah dengan *skincare*, ia sedang mewujudkan pengalaman sosial menjadi laki-laki menurut standar budaya tertentu.

Mengacu pada pandangan Thomas Csordas dan Bryan Turner di atas, tubuh dipahami bukan hanya sebagai objek biologis, tetapi juga sebagai medium pengalaman dan konstruksi makna. Tubuh laki-laki, dalam hal ini, adalah situs artikulasi budaya, norma, dan identitas yang selalu dalam proses pembentukan. Csordas menekankan pentingnya "*embodiment*" atau penghayatan tubuh sebagai basis pengalaman sosial.

Pada sisi lain, kajian mengenai tubuh dalam antropologi mengalami perkembangan pesat seiring dengan semakin kuatnya kesadaran bahwa tubuh bukanlah sekadar entitas biologis, melainkan juga konstruksi sosial dan simbolik yang sarat makna. Dalam konteks ini, pemikiran Pierre Bourdieu dan Judith Butler memberikan kontribusi penting dalam membentuk pemahaman tentang tubuh sebagai arena produksi makna dan relasi kuasa.

Bourdieu (2010) meletakkan tubuh sebagai bagian integral dari konsep *habitus*, yaitu sistem disposisi sosial yang terbentuk melalui pengalaman hidup dan internalisasi struktur sosial. *Habitus* tidak hanya mengatur cara berpikir dan bertindak, tetapi juga mewujudkan dalam cara individu mengelola, menggerakkan, dan menampilkan tubuhnya³. Dengan kata lain, tubuh merupakan "memori sosial" yang mengendapkan pengalaman kolektif dalam bentuk gerak, postur, dan gaya hidup.

Dalam konteks ini, tubuh tidak pernah netral. Ia selalu dimediasi oleh struktur kelas, selera, dan posisi sosial seseorang. Bourdieu mengembangkan gagasan tentang *distinction*, yakni bagaimana kelas-kelas sosial membedakan diri mereka melalui praktik konsumsi yang mencakup tubuh: mulai dari cara berpakaian, cara duduk, hingga preferensi olahraga dan pola makan. Tubuh menjadi arena simbolik tempat terjadi produksi dan reproduksi relasi kuasa antar kelas sosial⁴. Misalnya, praktik *gym* di kalangan kelas menengah bukan hanya berfungsi untuk menjaga kesehatan, melainkan menjadi bentuk investasi simbolik yang merepresentasikan kedisiplinan, kerja keras, dan kendali diri. Tubuh yang ideal, yakni berotot, kencang, dan proporsional merupakan produk dari *habitus* yang telah menginternalisasi nilai-nilai produktivitas dan performativitas. Dalam kerangka ini, tubuh bukan sekadar milik individu, tetapi menjadi medium ekspresi posisi sosial dalam struktur masyarakat yang lebih luas.

² Thomas J. Csordas, *Embodiment and Experience: The Existential Ground of Culture and Self*, Cambridge University Press, Cambridge, 1994, h. 1-2.

³ Pierre Bourdieu, *Distinction: A Social Critique of the Judgement of Taste*, Harvard University Press, 2010, h. 167-169.

⁴ Selly Riawanti, *Teori Tentang Praktik: Saduran Outline of a Theory of Practice Karya Pierre Bourdieu*. Penerbit Ultimius, Bandung, 2017, h. 60-70.

Sementara itu, Judith Butler mengembangkan perspektif yang berbeda namun saling melengkapi, terutama dalam memahami tubuh dalam kaitannya dengan gender. Dalam bukunya *Gender Trouble*, Butler (2011)⁵ memperkenalkan konsep *gender performativity*, yakni gagasan bahwa gender bukanlah identitas yang esensial atau melekat secara biologis, melainkan dibentuk dan dipertahankan melalui praktik-praktik tubuh yang berulang dan diregulasi secara sosial. Bagi Butler, tubuh tidak berbicara “apa adanya,” melainkan dibentuk melalui proses performatif: yakni tindakan-tindakan yang secara berulang membangun dan mengafirmasi identitas gender. Cara berjalan, berpakaian, merawat diri, hingga cara memotret tubuh di media sosial, semuanya adalah bentuk performa gender yang melampaui dimensi fisik tubuh itu sendiri.

Dalam konteks maskulinitas, performativitas tubuh laki-laki dapat dilihat melalui bagaimana individu menunjukkan atau menahan diri dari menunjukkan tubuh yang sesuai dengan norma maskulin dominan. Misalnya, laki-laki yang merawat wajah dengan *skincare* atau membentuk tubuh lewat *gym* tidak hanya melakukan praktik tubuh, tetapi juga memainkan peran gender, yang bisa memperkuat, menyimpang, atau menantang norma maskulinitas hegemonik. Hal ini menunjukkan bahwa tubuh laki-laki adalah situs yang aktif dalam membentuk dan menampilkan identitas, bukan sekadar wadah pasif dari “laki-laki biologis.”

Butler juga menekankan bahwa performativitas tubuh selalu terjadi dalam kerangka wacana dan kekuasaan. Artinya, tidak semua bentuk performa tubuh bisa diterima secara sosial. Laki-laki yang melampaui batas maskulinitas konvensional sering kali menghadapi sanksi sosial, baik dalam bentuk olok-olok, marginalisasi, maupun delegitimasi. Di sini tubuh menjadi tempat berlangsungnya tawar-menawar antara norma dan agensi individu, antara pengulangan dan pembaruan identitas gender⁶.

Berdasarkan uraian di atas, maka kajian ini kemudian bertujuan untuk memahami bagaimana laki-laki di Kota Makassar membentuk citra tubuh mereka melalui praktik *gym* dan *skincare*, serta bagaimana praktik tersebut merefleksikan dan membentuk identitas maskulin dalam konteks budaya konsumsi kontemporer. Dengan demikian, studi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pemahaman antropologis mengenai tubuh, gender, dan budaya populer.

METODE PENELITIAN

Kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode etnografi dan analisis wacana visual. Lokasi kajian mencakup ruang-ruang *gym* urban di Kota Makassar, komunitas pengguna *skincare* pria, serta platform media sosial seperti

⁵ Judith Butler, *Gender Trouble; Feminism and the Subversion of Identity*, Routledge, New York, 2011, h. 34.

⁶ Judith Butler, *Bodies That Matter: On the Discursive Limits of “Sex”*, Routledge, New York, 1993, h. 15.

Instagram dan TikTok. Dalam upaya memahami bagaimana laki-laki di masyarakat urban Kota Makassar membentuk citra tubuh dan memaknai maskulinitas melalui praktik *gym* dan *skincare*, kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan tiga teknik pengumpulan data utama: observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan analisis konten media sosial.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Tubuh sebagai Representasi Identitas Maskulin melalui *Gym Culture*

Gym menjadi ruang produksi maskulinitas baru, di mana otot tidak semata simbol kekuatan fisik, melainkan estetika dan kedisiplinan diri. Para informan menunjukkan bahwa keberhasilan membentuk tubuh dianggap sebagai prestasi pribadi yang mencerminkan kontrol, kemauan, dan komitmen.

Dalam kajian ini, salah satu temuan utama yang muncul adalah bagaimana praktik *gym* menjadi medium sentral dalam pembentukan dan representasi identitas maskulin di kalangan laki-laki urban Kota Makassar masa kini. *Gym* tidak hanya berfungsi sebagai ruang latihan fisik, tetapi juga sebagai ruang simbolik tempat nilai-nilai maskulinitas dikonstruksi, dirayakan, dan dinegosiasikan. Fenomena ini tampak kuat dalam narasi informan Rudy (26 tahun), seorang karyawan swasta, yang mulai rajin pergi ke *gym* dua tahun terakhir. Awalnya hanya ikut-ikutan teman kantor, namun seiring perubahan bentuk tubuhnya, dia merasakan adanya transformasi dalam cara orang lain memperlakukannya, sekaligus dalam cara ia menilai dirinya sendiri. Berikut penuturannya:

“Saya mulai rutin ke *gym* sekitar dua tahun lalu. Awalnya karena ikut teman kantor, tapi lama-lama jadi kebutuhan sendiri. Saya merasa lebih percaya diri setelah tubuh saya mulai terbentuk, terutama bagian dada dan bahu. Banyak orang di kantor yang komentar saya kelihatan lebih ‘berisi’ dan dewasa. Rasanya dihargai lebih, padahal cuma badan.”
(Rudy, 26 tahun)

Pernyataan ini menggambarkan bahwa tubuh yang terbentuk melalui *gym* menjadi sumber kepercayaan diri, bahkan modal sosial yang meningkatkan citra profesional. Dalam perspektif antropologi tubuh, ini menandakan bahwa tubuh bukan hanya organ biologis, melainkan simbol sosial yang membawa pesan tentang disiplin, kontrol diri, dan kompetensi. Tubuh yang ‘berisi’ dan ‘terlatih’ dibaca sebagai tanda kedewasaan dan keandalan dalam lingkungan kerja.

Selanjutnya, wawasan yang lebih reflektif datang dari Dani (33 tahun), seorang instruktur *gym* yang telah berpengalaman lebih dari satu dekade. Ia menyaksikan perubahan motivasi para anggota *gym* dari masa ke masa. Menurutnya, praktik kebugaran kini telah mengalami pergeseran nilai: dari semula berorientasi pada kesehatan dan kekuatan fungsional, menjadi sarana untuk membentuk citra dan

mempertunjukkan tubuh ke publik. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan informan:

“Kalau dulu mayoritas orang datang karena mau sehat atau karena alasan fungsional, sekarang banyak yang datang karena ingin kelihatan menarik. Banyak juga yang bawa tripod, rekam latihan, buat di-upload. Saya nggak masalah, tapi saya sadar *gym* sekarang juga jadi panggung. Tempat performa. Jadi, ya, tubuh nggak lagi pribadi. Dia jadi publik.” (Dani, 33 tahun)

Dari sini, terlihat bahwa tubuh laki-laki kini mengalami eksposur sosial yang semakin intens. *Gym* bukan hanya tempat latihan, tetapi juga ruang produksi citra, di mana tubuh menjadi komoditas visual yang dinilai oleh orang lain, baik secara langsung maupun melalui media sosial. Tubuh tidak lagi bersifat privat, tetapi menjadi bagian dari logika pertunjukan di ruang publik.

Apa yang diungkap oleh Rudy dan Dani mengafirmasi temuan dalam literatur antropologi bahwa tubuh adalah situs wacana tempat nilai, makna, dan kekuasaan dikonstruksi (Turner, 2008)⁷. Dalam konteks ini, tubuh maskulin yang terbentuk di *gym* tidak hanya merepresentasikan kekuatan fisik, tetapi juga kesuksesan personal dan kontrol diri, dua atribut yang diasosiasikan kuat dengan maskulinitas hegemonik (Connell, 2005)⁸. Laki-laki yang berhasil membentuk tubuh ‘ideal’ dianggap telah menginternalisasi nilai-nilai seperti kedisiplinan, produktivitas, dan daya saing.

Menariknya, persepsi terhadap tubuh tidak hanya dimaknai secara simbolik oleh orang lain, tetapi juga oleh laki-laki itu sendiri. Informan Yamin (40 tahun), seorang manajer di perusahaan tambang, mencerminkan bagaimana tubuh menjadi sarana menjaga status dan harga diri, terutama saat usia mulai menua. Ia kemudian menuturkan:

“Saya mulai ikut *gym* walau nggak rutin, tapi minimal seminggu dua kali. Rasanya jadi semacam upaya mempertahankan harga diri. Di usia empat puluhan, tubuh jadi simbol siapa kita.” (Yamin, 40 tahun)

Dalam pengakuan informan bernama Yamin tersebut, tubuh menjadi penanda identitas yang ingin ia pertahankan, khususnya dalam konteks kerja dan kepemimpinan. Tubuh yang terawat diposisikan sebagai simbol kontrol dan otoritas. Hal ini sekaligus menunjukkan bahwa di tengah perubahan zaman, ketegangan antar generasi dalam memaknai tubuh maskulin masih terus berlangsung. Tubuh tidak hanya dibentuk, tetapi juga dipertahankan, seolah menjadi perisai simbolik terhadap ketidakpastian usia dan persaingan sosial.

⁷ Bryan S. Turner, *The Body and Society: Explorations in Social Theory*, Sage, London, 2008, h. 145–148, Chapter 2: “*Sociology and the Body*.”

⁸ Raewyn Connell, *Masculinities*, University of California Press, Berkeley, 2005, h. 54-55.

Dengan demikian, praktik *gym* dalam kehidupan laki-laki masa kini dapat dibaca sebagai proses yang lebih dari sekadar fisik. Ia adalah performa identitas, sekaligus strategi simbolik dalam merespons tuntutan sosial terhadap maskulinitas. Tubuh berotot, kuat, dan estetik menjadi standar baru maskulin yang bukan hanya dipertontonkan, tetapi juga dipertaruhkan, baik untuk mendapatkan pengakuan sosial, maupun untuk mempertahankan posisi dalam struktur sosial yang kompetitif.

B. Skincare dan Perawatan sebagai Negosiasi Nilai Maskulinitas

Praktik *skincare* menunjukkan normalisasi perawatan diri dalam bentuk yang sebelumnya diasosiasikan dengan feminitas. Namun, laki-laki tetap menegosiasikan praktik ini agar tetap sesuai dengan norma maskulin, seperti memilih produk yang "tidak terlalu wangi" atau berlabel "untuk pria." Perawatan kulit (*skincare*), yang selama ini dikaitkan dengan perempuan dan dianggap bertentangan dengan citra maskulin, kini mulai dijalani oleh laki-laki, baik sebagai praktik personal maupun performa identitas di ruang publik.

Akan tetapi, seperti terungkap dalam kajian ini, penerimaan terhadap praktik *skincare* di kalangan laki-laki tidak berjalan mulus. Ia sarat dengan negosiasi, resistensi, bahkan diam-diam menyimpan ketegangan batin terhadap norma maskulinitas tradisional yang masih kuat berpengaruh. Narasi dari Arman (24 tahun), mahasiswa desain, menunjukkan bagaimana praktik perawatan diri yang semula dianggap "tidak maskulin" justru menjadi jalan bagi terciptanya rasa percaya diri dan penerimaan diri. Berikut informan bernama Arman mengutarakan:

"Dulu saya pikir *skincare* itu urusan cewek. Tapi sejak pandemi, saya mulai coba-coba karena sering *zoom* dan lihat muka sendiri terus. Kulit saya kusam, terus jerawat. Akhirnya saya tanya teman saya yang cowok juga, dia kasih rekomendasi *toner*, *cleanser*, sama serum. Sekarang saya rutin pakai. Kulit saya lebih cerah, dan saya jadi lebih percaya diri. Saya tahu masih ada yang menganggap cowok pakai *skincare* itu 'tidak jantan', tapi saya nggak terlalu peduli. Menurut saya, merawat diri itu bukan soal gender, tapi soal nyaman sama diri sendiri." (Arman, 24 tahun)

Pernyataan informan Arman menunjukkan adanya pergeseran nilai dalam generasi muda laki-laki. Praktik *skincare* diartikulasikan bukan sebagai bentuk femininisasi, melainkan sebagai bagian dari kenyamanan dan penerimaan diri, yang mengaburkan batas tradisional antara maskulinitas dan feminitas. Dalam konteks ini, tubuh menjadi wadah bagi praktik yang reflektif dan individual, sekaligus sebagai medan negosiasi terhadap norma-norma sosial.

Sementara itu, wawancara dengan Suryadi (29 tahun), seorang *beauty content creator* laki-laki, menunjukkan dimensi yang lebih publik dan performatif. Suryadi tidak hanya menggunakan *skincare* untuk dirinya sendiri, tetapi menjadikannya konten

yang ia tampilkan secara terbuka di media sosial, dengan ribuan pengikut yang mayoritas laki-laki muda. Suryadi menuturkan:

“Saya dulu sering diledek (diejek) ‘kenapa ada cowok kok ngomong soal *sunscreen*’, ‘kebanyakan dandan’ dan sebagainya, tapi sekarang, banyak brand yang endorse saya, bahkan mengajak kolaborasi. Saya sadar bahwa cowok punya ruang untuk ngomong soal perawatan. Menurut saya, *skincare* itu bagian dari ekspresi diri. Kalau perempuan boleh pakai *make-up* untuk merasa percaya diri, kenapa cowok nggak boleh punya ritual perawatan? Saya merasa nyaman di kulit sendiri, dan saya tahu bahwa ini juga bentuk maskulinitas.” (Suryadi, 29 tahun)

Di sini terlihat bagaimana informan bernama Suryadi mengadopsi maskulinitas yang inklusif dan fleksibel, yang memberi ruang bagi ekspresi diri tanpa harus membuktikan ‘kekerasan’ atau ‘ketegasan’ khas maskulinitas hegemonik. Justru, melalui praktik *skincare* yang ia tampilkan secara publik, Suryadi berhasil membangun kapital simbolik baru sebagai laki-laki yang ‘berani merawat diri’. Bahkan, ia memosisikan dirinya sebagai figur referensial dalam komunitas digital di lingkungan media sosialnya berada.

Dalam perspektif antropologi tubuh, praktik *skincare* di kalangan laki-laki ini mencerminkan bahwa tubuh bukan hanya objek yang dirawat, tetapi juga ruang produksi makna dan identitas gender. *Skincare* bukan lagi semata upaya medis atau higienis, melainkan praktik kultural yang memuat tafsir ulang terhadap siapa yang berhak tampil ‘rapi’, ‘terawat’, dan ‘menarik’ di mata publik. Namun, penting pula mencatat bahwa resistensi terhadap norma tetap ada, meski kadang dalam bentuk tersembunyi (bisik-bisik). Beberapa laki-laki mungkin menggunakan *skincare* tetapi tidak membicarakannya secara terbuka, atau hanya melakukannya di ruang privat. Hal ini menunjukkan bahwa proses transformasi maskulinitas tidak bersifat linier, melainkan penuh tarik ulur antara norma lama dan kemungkinan baru. Praktik perawatan tubuh pada laki-laki menjadi medan tempat nilai maskulinitas dibenturkan dan dinegosiasikan.

Dalam kerangka teori maskulinitas hegemonik (Connell, 2005)⁹, Suryadi dan Arman, beserta informan-informan lain di atas merepresentasikan bentuk maskulinitas alternatif yang tidak berbasis dominasi fisik atau emosi tertahan, melainkan pada kesadaran diri, pengendalian tubuh, dan pengakuan atas kerentanan. Sementara maskulinitas hegemonik cenderung menolak kelembutan, maskulinitas baru ini justru menjadikan perawatan diri sebagai kekuatan dan kepercayaan diri. Pernyataan-pernyataan informan yang ada mengafirmasi keinginan laki-laki urban di Kota

⁹ Raewyn Connell & James, W. Messerschmidt, *Hegemonic Masculinity: Rethinking the Concept. Gender & Society*, 19(6), Sage, London, h. 829–859.

Makassar untuk menjangkau maskulinitas yang lebih aktual, dengan melampaui pemaknaan tubuh maskulinitas konvensional yang telah ada sebelumnya.

Dalam konteks laki-laki urban kota Makassar, bentuk maskulinitas alternatif ini mulai tampak dalam praktik-praktik keseharian seperti pergi ke *gym* bukan untuk menonjolkan kekuatan semata, melainkan untuk menjaga kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup. *Skincare*, yang dahulu diasosiasikan dengan praktik feminin, kini menjadi bagian dari rutinitas harian yang menandai adanya pergeseran nilai dalam konstruksi tubuh maskulin. Laki-laki seperti Suryadi dan Arman di atas mempraktikkan perawatan diri tidak sebagai bentuk penolakan terhadap maskulinitas, tetapi sebagai cara membentuk versi diri yang lebih berdaya dan sadar diri.

Perubahan ini menunjukkan adanya negosiasi identitas maskulin di tengah tuntutan budaya konsumsi dan modernitas. Laki-laki urban, khususnya di Kota Makassar tidak lagi cukup hanya menunjukkan maskulinitas melalui agresi atau kekuasaan, melainkan melalui kecakapan mengelola diri dan tubuh dalam lanskap sosial yang kompetitif dan visual. Dalam hal ini, kesadaran akan pentingnya citra tubuh tidak lagi eksklusif milik perempuan, melainkan telah menjadi arena penting bagi laki-laki dalam membangun kepercayaan diri dan kapital sosial. Dengan demikian, maskulinitas yang dipraktikkan oleh informan di atas dapat dibaca sebagai bentuk resistensi simbolik terhadap hegemoni maskulinitas dominan. Ia merepresentasikan gerak kultural menuju maskulinitas yang tidak lagi hanya menuntut dominasi dan kekuatan, tetapi juga empati, introspeksi, dan perawatan terhadap diri sendiri serta orang lain.

Maskulinitas alternatif ini bukan tanpa tantangan. Dalam masyarakat yang masih memegang teguh norma maskulinitas tradisional, laki-laki yang merawat diri secara terbuka sering kali mendapat stereotip negatif. Namun, justru dalam ketegangan inilah maskulinitas baru memperoleh kekuatannya: ia menawarkan ruang bagi ekspresi yang lebih fleksibel, inklusif, dan reflektif. Ia menolak dikotomi maskulin-feminin yang kaku, dan lebih menekankan pada keberanian untuk menjadi rentan serta terbuka terhadap perubahan.

Pada akhirnya, temuan pada kategori ini menunjukkan bahwa praktik *gym* dan *skincare* tidak bisa dilihat hanya sebagai adopsi gaya hidup baru, tetapi juga sebagai penanda perubahan struktur nilai maskulinitas di kalangan laki-laki urban di Kota Makassar. Tubuh laki-laki kini tidak hanya menjadi objek kerja, tetapi juga subjek estetika yang memuat tafsir tentang siapa diri mereka dan bagaimana mereka ingin dikenali oleh masyarakat luas di Kota Makassar.

C. Media Sosial, Visualitas Tubuh, dan Performa Maskulinitas Digital

Media sosial menjadi arena utama di mana tubuh dipertontonkan, dinilai, dan dibentuk. Praktik selfie di *gym* dan *endorsement* produk *skincare* menunjukkan performa maskulinitas yang dikurasi secara visual dan algoritmik. Dalam dunia yang

semakin terhubung secara digital, tubuh laki-laki tidak lagi hanya tampil di ruang-ruang fisik seperti *gym*, kantor, atau jalan raya, tetapi juga hadir dan dipertunjukkan secara visual di media sosial.

Platform seperti TikTok dan Instagram menciptakan ruang baru tempat tubuh direproduksi sebagai citra; sebuah citra yang terus-menerus dikonstruksi, dikurasi, dan dipublikasikan. Dalam ruang ini, maskulinitas menjadi sesuatu yang terlihat, dan tubuh menjadi media utama untuk performa identitas. Fenomena ini tercermin jelas dalam narasi Tommy (19 tahun), seorang pelajar yang aktif di TikTok. Ia awalnya mengikuti tantangan olahraga daring, namun kemudian merasa menemukan bentuk identitas diri melalui tubuh yang berubah dan keterlibatannya dalam ruang digital. Di bawah ini adalah kutipan wawancara dengan informan:

“Awalnya saya ikut *challenge push-up* di TikTok. Nggak nyangka ternyata seru. Saya lihat badan saya mulai berubah, trus mulai ketagihan. Sekarang saya latihan hampir tiap hari dan upload progress. Follower saya nambah, dan banyak orang DM nanya tips. Saya ngerasa kayak punya identitas baru. Dulu saya biasa aja, sekarang teman-teman manggil saya ‘fit guy’. Saya senang, karena tubuh saya bukan cuma milik saya, tapi juga jadi cara saya dikenal.” (Tommy, 19 tahun)

Pernyataan informan bernama Tommy menunjukkan bahwa tubuh kini tidak hanya dikelola untuk kepuasan diri, melainkan juga untuk membangun eksistensi digital. Tubuh berotot, disajikan dalam potongan video singkat, menjadi semacam "sinyal sosial" yang menunjukkan produktivitas, kedisiplinan, dan nilai jual personal. Di sinilah citra tubuh bertemu logika algoritma: tubuh yang menarik akan mendapat *like*, *comment*, dan *follower*. Dengan kata lain, tubuh laki-laki dalam era digital mengalami komodifikasi visual.

Dalam kasus Suryadi (29 tahun), yang juga tampil di bagian sebelumnya, visualitas tubuh dikonstruksi bukan melalui otot, tetapi melalui kulit dan narasi perawatan. Sebagai *beauty content creator*, ia secara sadar menggunakan tubuhnya, khususnya wajah, untuk membangun persona publik. Berikut penuturan informan Suryadi:

“Saya sadar bahwa cowok punya ruang untuk ngomong soal perawatan. Banyak juga yang follow saya karena saya laki-laki yang ngomongin *Skincare*, bukan cewek. Saya punya ‘*niche*’ sendiri. Jadi bukan cuma kulit, tapi juga audiens dan cara saya dikenal.” (Suryadi, 29 tahun)

Informan bernama Suryadi mengungkapkan bahwa tubuh, dalam konteks digital, menjadi aset yang dapat diposisikan secara strategis dalam ekonomi perhatian (*attention economy*). Ia tidak hanya mempresentasikan dirinya sebagai laki-laki yang merawat diri, tetapi juga sebagai figur referensial yang mengisi celah pasar dalam dunia digital: laki-laki yang tampil di ranah ‘feminin’ secara terbuka.

Kedua narasi ini memperlihatkan bagaimana media sosial telah mentransformasikan tubuh menjadi ruang performa berlapis, di mana maskulinitas tidak lagi cukup dimiliki, tetapi harus terus ditampilkan, disaksikan, dan diukur oleh reaksi publik. Dalam perspektif antropologi tubuh, tubuh digital adalah tubuh yang “terkoneksi dan tersirkulasi”; ia tidak lagi hanya dirasakan, tetapi juga diproduksi ulang melalui teknologi visual. Konsep ini sejalan dengan gagasan tentang *visual culture* (Mirzoeff, 2009) yang menekankan bahwa dalam masyarakat kontemporer, tubuh tidak lagi otonom, melainkan ia eksis karena dilihat, dikenali, dan divalidasi¹⁰. Dalam dunia ini, maskulinitas menjadi spektrum yang bisa dinegosiasikan lewat estetika, narasi personal, dan strategi visual. Namun, hal ini juga melahirkan tekanan baru: tubuh ideal bukan hanya harus dicapai, tetapi juga harus dipertahankan dalam bentuk citra yang dapat dikonsumsi secara visual, terutama dalam konteks media sosial seperti TikTok dan Instagram.

Temuan tersebut memperlihatkan bahwa tubuh laki-laki dalam budaya media sosial telah kehilangan sifat sepenuhnya privat. Ia menjadi publik secara struktural dan membentuk relasi antara individu dengan pasar, pengikut, dan algoritma. Di titik ini, performa maskulinitas digital tidak hanya menyangkut penampilan tubuh, tetapi juga kemampuan mengelola citra, membangun audiens, dan menjaga narasi yang konsisten tentang siapa diri mereka sebagai laki-laki modern. Dengan demikian, tubuh laki-laki dalam ranah digital menjadi medium sekaligus pesan. Ia tidak hanya menampilkan siapa laki-laki itu, tetapi juga bagaimana laki-laki ingin dipahami dan dirayakan di tengah masyarakat yang semakin mengandalkan visualitas sebagai bentuk kehadiran sosial.

D. Tegangan antara Maskulinitas Tradisional dan Estetika Baru

Beberapa informan mengalami ambivalensi antara tuntutan menjadi laki-laki tradisional dan tuntutan tampil estetik. Ada yang merasa bangga memperhatikan tubuhnya, namun juga khawatir dianggap tidak maskulin atau “terlalu feminin”. Meskipun budaya perawatan diri dan estetika tubuh semakin diterima di kalangan laki-laki, tidak semua individu merespons perubahan ini dengan sikap terbuka. Dalam banyak kasus, praktik-praktik tersebut justru memunculkan konflik nilai antara norma maskulinitas tradisional dan gaya hidup baru yang berkembang dalam budaya populer. Tubuh laki-laki menjadi medan tarik-ulur antara warisan konservatif dan ekspresi baru, antara yang dianggap “seharusnya” dengan yang “mungkin”.

Hal ini tergambar jelas dari pengalaman Ferdi (35 tahun), seorang pegawai pemerintahan dan ayah dua anak. Ia mulai menggunakan *Skincare* karena diajak anaknya, namun tetap merasa tidak nyaman membicarakan kebiasaan itu di lingkungan kerjanya. Berikut penjelasan dari informan Ferdi:

¹⁰ Nicholas Mirzoeff, *An Introduction to Visual Culture*, Routledge, London, 2009, h. 9.

“Saya sebenarnya nggak terlalu nyaman kalau dibilang cowok harus rutin pakai *Skincare*. Dulu itu kan urusan perempuan. Tapi sekarang, anak saya yang masih SMA mulai pakai. Dia ngajak saya bareng ke klinik, katanya biar bonding juga. Awalnya saya risih. Tapi setelah saya coba, kulit saya memang terasa beda. Bersih, nggak kasar. Istri saya juga bilang saya kelihatan lebih muda. Tapi tetap aja, kadang saya merasa aneh. Di lingkungan kerja, saya nggak cerita soal itu. Saya takut dikira ‘kecentilan’. Jadi, saya tetap merawat diri, tapi diam-diam.” (Ferd, 35 tahun)

Wawancara ini menunjukkan bahwa perubahan praktik tubuh tidak serta-merta diikuti perubahan nilai secara sosial. Meskipun informan bernama Ferdi mengalami manfaat praktis dan emosional dari perawatan diri, ia tetap merasa perlu menyembunyikan hal itu karena tekanan sosial maskulinitas yang kuat di lingkungan profesional. Dalam hal ini, tubuh menjadi ruang yang penuh sensor dari apa yang boleh dan tidak boleh ditunjukkan sebagai laki-laki.

Dalam studi maskulinitas, ini mencerminkan adanya ketegangan antara maskulinitas hegemonik (yang mengedepankan sikap keras, cuek, dan tidak memperhatikan penampilan) dan maskulinitas subordinat atau baru yang menekankan ekspresi diri, perawatan, dan visualitas. Ferdi berada dalam posisi liminal, yakni terperangkap antara dua sistem nilai, dan harus melakukan strategi adaptasi agar tidak terasingkan dari keduanya.

Fenomena serupa diungkapkan oleh Zulkifli (28 tahun), seorang guru olahraga. Ia rutin menggunakan *sunscreen* karena pekerjaannya mengharuskannya berada di luar ruangan, namun tidak berani terbuka tentang kebiasaan itu kepada teman-temannya.

“Di lingkungan saya, laki-laki itu ya harus kuat, tangguh, nggak manja. Saya sering lihat teman saya yang pakai pelembab atau ke salon, terus jadi bahan omongan. Tapi saya juga nggak bisa bohong. Di balik itu, banyak juga yang sebenarnya tertarik. Cuma nggak berani terbuka. Saya sendiri mulai pakai *sunscreen* karena sering di luar ruangan. Kulit saya dulu gosong banget. Tapi saya nggak ngomongin itu ke teman-teman, karena saya tahu bakal dikatain. Saya pikir, banyak laki-laki yang hidup di tengah-tengah: satu sisi ingin menjaga tubuh, tapi di sisi lain masih takut kehilangan ‘kelaki-lakian’.” (Zulkifli, 28 tahun)

Pernyataan ini menggambarkan bahwa maskulinitas tradisional masih menjadi sumber pengawasan sosial, bahkan di kalangan laki-laki sendiri. Praktik perawatan tubuh tetap dilihat dengan kecurigaan, dan siapa pun yang menyimpang dari norma dianggap “kurang jantan.” Situasi ini menghasilkan semacam disonansi identitas, di mana laki-laki ingin berubah tetapi terhambat oleh tekanan kolektif untuk tetap tampil seperti ‘laki-laki seharusnya’.

Dalam perspektif antropologi tubuh, tubuh laki-laki di sini bukan hanya entitas biologis, tetapi medium representasi nilai kolektif. Ia menjadi arena di mana berbagai konstruksi budaya tentang gender, usia, kelas, dan status sosial saling bertabrakan. Informan Ferdi dan Zulkifli mewakili kelompok laki-laki yang terjebak dalam dua kutub: antara ingin mengikuti perubahan zaman dan tetap diterima dalam komunitas maskulin tradisional. Ketegangan ini menegaskan bahwa transformasi tubuh maskulin dalam masyarakat tidak berlangsung secara merata. Ada perbedaan berdasarkan usia, profesi, lingkungan sosial, dan juga kelas sosial. Di satu sisi, laki-laki muda kelas menengah mungkin lebih bebas mengekspresikan diri lewat tubuh. Di sisi lain, laki-laki dari lingkungan kerja formal atau masyarakat konservatif cenderung menghadapi tekanan lebih besar untuk menjaga citra maskulin klasik.

Namun, penting dicatat bahwa dalam kondisi seperti ini, banyak laki-laki urban kota Makassar justru menunjukkan strategi adaptasi yang kreatif. Mereka tidak menolak perubahan, tetapi mencari cara agar tetap merasa otentik dengan identitas maskulin mereka, meskipun itu berarti merawat diri secara diam-diam, atau hanya berbagi praktik itu di lingkungan terbatas. Tubuh menjadi tempat perlawanan yang halus terhadap norma hegemonik. Dengan demikian, bagian ini memperlihatkan bahwa tubuh laki-laki dalam budaya kontemporer adalah ruang konflik dan negosiasi nilai. Ia bukan hanya tempat memperindah citra, tetapi juga tempat mempertanyakan batasan-batasan lama, dan merintis kemungkinan baru tentang bagaimana menjadi laki-laki di tengah perkembangan dan perubahan masyarakat kita hari ini.

KESIMPULAN

Secara umum, kajian ini bertujuan untuk memahami bagaimana laki-laki membentuk citra tubuh mereka melalui praktik *gym* dan *skincare*, serta bagaimana praktik tersebut merefleksikan dan membentuk identitas maskulin dalam konteks budaya konsumsi kontemporer. Dengan menggunakan pendekatan antropologi tubuh dan kerangka teori maskulinitas hegemonik, studi ini menyoroti kompleksitas representasi tubuh laki-laki dalam masyarakat urban yang dipengaruhi oleh perubahan nilai, ekspansi industri gaya hidup, dan tekanan visual dari media sosial.

Kajian ini kemudian menunjukkan bahwa tubuh laki-laki menjadi medan artikulasi dan negosiasi identitas di tengah perubahan nilai budaya. *Gym* dan *skincare* bukan sekadar praktik keseharian, tetapi juga menjadi bagian dari konstruksi maskulinitas yang kompleks. Estetika tubuh laki-laki di era kontemporer tidak bisa dilepaskan dari dinamika kapitalisme, media sosial, dan transformasi norma gender. Dengan demikian, tubuh maskulin masa kini bukan lagi tubuh pekerja keras atau pejuang semata, melainkan tubuh yang dirawat, dipertontonkan, dan dikurasi. Ia menjadi proyek kultural yang terus dibentuk ulang dalam pusaran konsumsi dan simbolisasi modern.

Berdasarkan temuan dan analisis yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan beberapa hal utama, yakni praktik *gym* tidak hanya dipahami sebagai upaya menjaga kesehatan atau kekuatan fisik, tetapi telah menjadi bentuk investasi simbolik dalam membentuk citra maskulin. Tubuh berotot dan proporsional dianggap sebagai lambang kedisiplinan, profesionalisme, dan kendali diri, serta atribut yang melekat kuat pada konstruksi maskulinitas ideal. *Gym* menjadi ruang produksi maskulinitas baru yang berorientasi pada estetika dan performa sosial.

Penggunaan *skincare* oleh laki-laki merepresentasikan negosiasi terhadap norma-norma gender yang selama ini membatasi ruang ekspresi tubuh laki-laki. Meskipun praktik ini masih kerap dikaitkan dengan stereotip feminin, sebagian laki-laki mulai mengartikulasikannya sebagai bagian dari *self-care* dan ekspresi diri yang sah. Praktik ini menunjukkan terjadinya pelebaran makna maskulinitas dari yang semula rigid menjadi lebih reflektif dan cair.

Tubuh laki-laki kini bukan hanya dipraktikkan, tetapi juga dipertontonkan melalui media sosial. Platform seperti TikTok dan Instagram menjadi ruang di mana tubuh dikonstruksi sebagai citra, diproduksi secara visual, dan dikapitalisasi sebagai simbol status dan identitas. Dalam konteks ini, maskulinitas bukan lagi entitas yang bersifat privat, melainkan performatif dan publik, terikat pada logika algoritma dan ekspektasi audiens digital. Tidak semua laki-laki menerima transformasi nilai maskulinitas secara terbuka. Banyak yang mengalami ketegangan antara tuntutan sosial untuk tetap tampil “jantan” dalam pengertian tradisional, dan keinginan pribadi untuk merawat diri, tampil menarik, dan menjaga citra tubuh. Ketegangan ini menciptakan ruang negosiasi, resistensi, bahkan strategi adaptasi yang halus, seperti merawat tubuh secara diam-diam atau hanya berbagi pengalaman dengan orang-orang tertentu. Di sinilah tubuh menjadi ruang perbatasan antara norma dan perubahan.

Keseluruhan temuan dalam kajian ini memperlihatkan bahwa tubuh laki-laki, khususnya laki-laki urban kota Makassar bukan sekadar entitas biologis, melainkan arena produksi dan reproduksi makna sosial yang dipengaruhi oleh budaya, ekonomi, teknologi, dan relasi kekuasaan. Tubuh menjadi semacam teks sosial tempat nilai-nilai maskulinitas dikonstruksi, dinegosiasikan, dan dipertarungkan. Ia menjadi tempat laki-laki membangun citra, membentuk kepercayaan diri, dan merespons ekspektasi sosial yang terus berubah.

DAFTAR PUSTAKA

- Butler, J. (2011). *Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity*. New York: Routledge.
- . (1993). *Bodies That Matter: On the Discursive Limits of “Sex”*. New York: Routledge.

- Bourdieu, Pierre. (2010). *Distinction: A Social Critique of the Judgement of Taste*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Connell, R. W. (2005). *Masculinities*. Berkeley: University of California Press.
- Connell, R. W., & Messerschmidt, J. W. (2005). *Hegemonic Masculinity: Rethinking the Concept*. *Gender & Society*, 19(6), 829–859.
- Csordas, Thomas J., ed. (1994). *Embodiment and Experience: The Existential Ground of Culture and Self*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Mirzoeff, N. (1999). *An Introduction to Visual Culture*. London: Routledge.
- Riawanti, Selly, (2017). *Teori Tentang Praktik: Saduran Outline of a Theory of Practice Karya Pierre Bourdieu*. Bandung: Penerbit Ultimus.
- Turner, Bryan. S. (2008). *The Body and Society: Explorations in Social Theory*. London: Sage.
- . (2002). *Regulating Bodies: Essays in Medical Sociology*. London: Routledge.