

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia merupakan makhluk hidup yang istimewa, dibekali kemampuan berpikir dan kemampuan bersosialisasi. Manusia merupakan satu satunya primata yang memiliki kecerdasan otak dengan sistem kerja yang sangat rumit, ada sekitar 100 miliar sel neuron di sistem saraf otak yang bertugas mengirim pesan untuk mengatur sistem kerja tubuh dan menyimpan informasi yang tak terbatas. Struktur fisik manusia terdiri dari kaki, badan, lengan, leher, dan kepala. Semuanya terbentuk dari triliunan sel yang tersusun menjadi sebuah organ. Manusia adalah makhluk yang cenderung hidup dalam struktur sosial dan saling bekerja sama, karenanya interaksi sosial antara manusia telah menciptakan berbagai nilai, norma sosial, dan bahasa.

Menurut Aryati (2018), Manusia adalah makhluk yang luar biasa yang diciptakan oleh Tuhan. Dibandingkan dengan makhluk lainnya, manusia memiliki kelebihan yang unik. Manusia memiliki nafsu, yang bisa mempengaruhi tindakan, serta kemampuan untuk taat dan berakal.

Terlepas dari kesempurnaan manusia sebagai makhluk hidup yang berakal, kemampuannya untuk bersosialisasi tak jarang menimbulkan persaingan antara individu, sehingga menimbulkan nilai yang negatif. salah satu permasalahan yang terjadi ialah munculnya standar sosial yang didasari jabatan, kekayaan, maupun bentuk fisik. Standar tersebut menimbulkan keadaan dimana seseorang selalu merasa tidak puas terhadap kehidupan yang dimiliki.

Pada dasarnya, manusia memiliki kecenderungan untuk menilai orang lain berdasarkan penampilan fisik. Hal ini juga dipengaruhi karena adanya fenomena di mana masyarakat dari segala usia dipengaruhi oleh media seperti televisi, majalah, dan internet, serta peningkatan penggunaan aplikasi seperti TikTok dan Instagram Yang membentuk stratifikasi sosial, dimana individu dianggap "menarik" secara

fisik mendapatkan posisi yang lebih tinggi, sementara individu dengan penampilan yang biasa atau kurang menarik ditempatkan di bawah mereka. (Ermanza, 2008).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Brown, Z., & Tiggemann, (2016), kehadiran dari paparan seleb yang memiliki bentuk tubuh menarik dan ideal akan berdampak pada pandangan individu terhadap dirinya berubah (Febriani & Rahmasari, 2022).

Realitasnya, setiap individu berupaya untuk mengubah penampilannya agar mendapatkan pengakuan dari orang lain atau terlihat lebih baik dibandingkan dengan yang lain. Namun, upaya tersebut sering kali menimbulkan masalah bagi pria maupun wanita, karena mereka berusaha untuk terlihat menarik di hadapan orang lain hingga menyebabkan banyak orang merasa tidak puas dengan tubuh mereka. Dengan demikian, muncul standar bahwa tubuh yang kurus atau berotot merupakan bentuk ideal bagi pria, dan jika seseorang dapat mencapai bentuk tubuh tersebut, kesuksesan dan kebahagiaan akan tercipta. Ketika seorang remaja tidak memenuhi kriteria bentuk tubuh tersebut, perasaan ketidakpuasan terhadap tubuhnya mulai timbul dan berdampak pada pemikiran dan kesehatan psikologisnya. Dalam ilmu psikologi perasaan menilai bentuk tubuh disebut *Body Image*.

Body Image adalah persepsi, penilaian, dan pandangan seseorang terhadap penampilan fisiknya sendiri. Hal ini mencakup bagaimana seseorang melihat, menilai, dan merasa terhadap bentuk tubuh, ukuran, berat badan, dan fitur fisik lainnya. *Body Image* juga mencakup perasaan individu terhadap dirinya sendiri, termasuk tingkat kepuasan, kepercayaan diri, dan citra diri yang berkaitan dengan penampilan fisik (Arthur, 2010 dalam Ifdil, Denich, & Ilyas, 2017)

Body Image merupakan interpretasi individu mengenai penampilan fisiknya. Konsep ini dapat dibagi menjadi dua, yaitu *Body Image positive* dan *Body Image Negative*.

Dalam *Body Image positive*, seseorang merasa nyaman dengan dirinya sendiri, menerima bentuk tubuhnya, dan memiliki kepercayaan diri terhadap penampilannya (Husna, 2013).

Penerimaan diri merujuk pada sikap positif individu terhadap dirinya sendiri. Dalam konteks ini, individu mampu menerima kondisi dirinya dengan baik, termasuk kelebihan dan kekurangannya. Mereka tidak merasa bersalah, rendah diri, atau malu karena keterbatasan yang dimiliki. Sebagai hasilnya, individu tersebut merasakan kebebasan dari kecemasan terkait penilaian orang lain terhadap kondisi mereka. Dalam *Body Image Positif*, individu menghargai kekuatan, keterampilan, dan karakteristik pribadi mereka di luar penampilan fisik. Mereka tidak mengaitkan nilai pribadi dan kebahagiaan hanya dengan penampilan. Sebaliknya, mereka fokus pada kesehatan, kualitas hidup, hubungan sosial yang bermakna, dan pencapaian yang tidak berkaitan dengan penampilan fisik.

Di sisi lain, dalam *Body Image Negative*, seseorang cenderung merasa tidak puas dengan penampilan fisiknya, menganggap tubuhnya tidak menarik, merasa malu, dan kurang percaya diri terhadap bentuk tubuhnya sendiri. (Prihaningtyas, 2013)

Body Image Negative adalah persepsi yang merujuk pada pandangan yang tidak memuaskan, tidak senang, atau negatif terhadap penampilan fisik seseorang. Ini melibatkan kritik yang berlebihan terhadap aspek-aspek penampilan, fokus pada kekurangan, ketidakpuasan dengan penampilan diri sendiri, dan perasaan rendah diri. Individu dengan *Body Image Negative* sering merasa tidak sejalan dengan standar kecantikan yang diberlakukan oleh masyarakat atau media, dan mereka dapat mengalami tekanan sosial yang besar untuk memenuhi gambaran tubuh yang "ideal".

Ketidakpuasan tubuh adalah perasaan negatif seseorang terhadap penampilan fisiknya yang tidak sesuai dengan citra tubuh yang diharapkan. Hal ini dipengaruhi oleh norma sosial dan standar kecantikan yang ada dalam masyarakat. (Amalia, 2007 dalam Ridha, 2012).

Jika *body image negative* tidak ditangani dan terus memburuk, dampaknya dapat sangat serius. Salah satu gangguan psikologis yang sering terkait dengan *body image negative* yang parah adalah *body dysmorphic disorder* (BDD). (BDD) adalah kondisi psikologis di mana seseorang melihat kekurangan pada penampilan fisiknya dengan sangat berlebihan. Kondisi ini membuat penderita merasa sangat tidak nyaman dan mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial, bekerja, dan beraktivitas di masyarakat. BDD biasanya dimulai pada masa remaja ketika individu mulai sangat peduli dengan penampilan fisik mereka. Berbagai jurnal ilmiah telah mengungkapkan konsekuensi yang serius akibat BDD. Salah satu bahaya utamanya adalah gangguan kesehatan mental.

Dalam beberapa kasus yang parah, BDD dapat menyebabkan perilaku merusak diri. Individu dengan BDD mungkin melakukan tindakan yang berpotensi berbahaya terhadap tubuh mereka, seperti mencabik-cabik kulit, menguliti, atau melukai diri sendiri. Hal ini disebabkan oleh keputusasaan dan keinginan untuk mengubah atau "memperbaiki" bagian tubuh yang mereka anggap cacat.

Pencegahan BDD harus dimulai saat individu mulai memiliki *body image negative*, salah satu cara untuk melakukannya adalah dengan mengubah pemikiran negatif menjadi hal yang positif. Menurut Diana (2018), berfikir positif dapat muncul ketika seorang individu pandai bersyukur atau pandangan yang berfokus pada penghargaan terhadap kehidupan. Individu yang memiliki sikap bersyukur mampu mengoptimalkan emosi positif dan lebih mampu mengelola emosi negatif seperti cemas, takut, dan gelisah.

Pada salah satu Penelitian yang dilakukan oleh FH(2022), di SMAN 14 Gowa, terpilih dua siswa, dengan inisial A dan F, sebagai subjek yang mengalami tingkat *Body Image Negative* tertinggi. Penyebab utama dari *Body Image Negative* ini adalah adanya pembandingan dan perbandingan dengan orang lain yang mengakibatkan pengkategorian negatif terhadap diri sendiri. Akibatnya, subjek-subjek ini mengalami perasaan tidak puas terhadap penampilan fisik mereka dan merasa malu serta kurang percaya diri. Hal yang membuat kondisi ini semakin buruk adalah pemikiran yang keliru tentang penilaian terhadap tubuh mereka sendiri. Untuk menghadapi situasi tersebut, diperlukan sebuah mediator yang

bertugas membantu mengubah pola pikir individu dengan cara mengajarkan mereka untuk menghadapi dan mengkritisi pikiran-pikiran negatif yang muncul. Tujuannya adalah agar pikiran negatif tersebut dapat digantikan dengan pikiran yang lebih positif.

Menurut Hartanti (2005), dalam bukunya "Menggapai Sehat Dan Bahagia Diusia Lanjut", salah satu cara untuk memunculkan pemikiran positif adalah dengan belajar dari hal-hal kecil yang memberikan kebahagiaan. Dengan melakukannya, pikiran individu akan terlatih untuk selalu berfikir positif dalam setiap aspek kehidupan.

Sebagai seorang mahasiswa seni rupa yang memiliki minat pada fotografi, penulis berupaya untuk memunculkan pemikiran positif melalui karya seni rupa fotografi *cutting art*. Karya seni dapat menjadi penghubung yang efektif dalam mengatasi *Body Image Negative* dan menghasilkan pemikiran yang positif. Melalui karya seni individu dapat melihat dan mengapresiasi keindahan serta keunikan berbagai bentuk tubuh. Hal ini dapat membantu untuk menerima dan menghargai keragaman tubuh. Dengan melihat karya seni yang menggambarkan keunikan ini, individu akan terinspirasi untuk menerima diri sendiri dan membentuk pandangan yang positif terhadap tubuh.

Dalam usahanya, penulis melakukan kajian terhadap potret wajah diri sendiri dengan tujuan menemukan hal-hal kecil yang dapat disyukuri dalam foto-foto tersebut. Motivasinya adalah untuk meningkatkan rasa syukur pribadi, karena penulis memiliki persepsi negatif terhadap wajahnya sendiri. Lingkungan sosial yang sering menetapkan standar penampilan baru membuat penulis merasa kurang percaya diri dan tidak menyukai bentuk tubuh yang dimiliki. Jika masalah ini dibiarkan, dapat berpotensi menyebabkan gangguan psikologis yang serius yang sulit untuk ditangani setelah mempengaruhi pikiran. Karya seni yang dibuat penulis memiliki tujuan untuk memunculkan pemikiran positif dengan melatih munculnya perasaan syukur melalui apresiasi terhadap hal-hal kecil, sehingga dapat menghindari terjadinya masalah psikologis yang serius di kemudian hari.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana *Body Image Negative* dan *Body Dysmorphic Disorder* direpresentasikan dalam karya fotografi *cutting art*?
2. Bagaimana visualisasi pencegahan *Body Dysmorphic Disorder* dalam sebuah karya seni rupa fotografi *cutting art*?

C. Batasan Masalah

1. Pembahasan konsep *Body Image Negative* dalam karya seni fotografi *cutting art*.
2. Pembahasan konsep *Body Dysmorphic Disorder* dalam fotografi *cutting art*.
3. Pembahasan visualisasi pencegahan *Body Dysmorphic Disorder* dalam fotografi *cutting art*.
4. Pembuatan karya seni rupa fotografi *cutting art*.

D. Tujuan Berkarya

1. Merepresentasikan *Body Image Negative* dan *Body Dysmorphic Disorder* dalam karya fotografi *cutting art*.
2. Memvisualisasikan pencegahan *Body Dysmorphic Disorder* dalam karya seni fotografi *cutting art*.

E. Sistematika Penulisan

Pada sistematika penulisan dalam Tugas Akhir ini, disusun sebagai berikut:

1. BAB I PENDAHULUAN

Bab pertama membahas mengenai Latar Belakang, Rumusan masalah, Batasan masalah, Tujuan Tugas Akhir, Manfaat Tugas Akhir, Metode Berkarya, Sistematika Penulisan, dan Kerangka Berpikir

2. BAB II LANDASAN TEORI

Pada BAB II akan dipaparkan studi pustaka yang dimana akan menjelaskan mengenai teori-teori yang menjadi penunjang dalam berkarya. Teori yang dipakai terdapat dua teori yaitu; (1) teori umum : memuat kajian teori yang dipakai sesuai dengan konsep karya yang dibuat; (2) teori seni : memuat teori seni yang sesuai dengan penciptaan karya; (3) referensi seniman : teori sebagai patokan yang memuat seniman yang dipilih sebagai referensi berkarya agar menghasilkan karya yang baik secara konsep karya seniman yang dipilih.

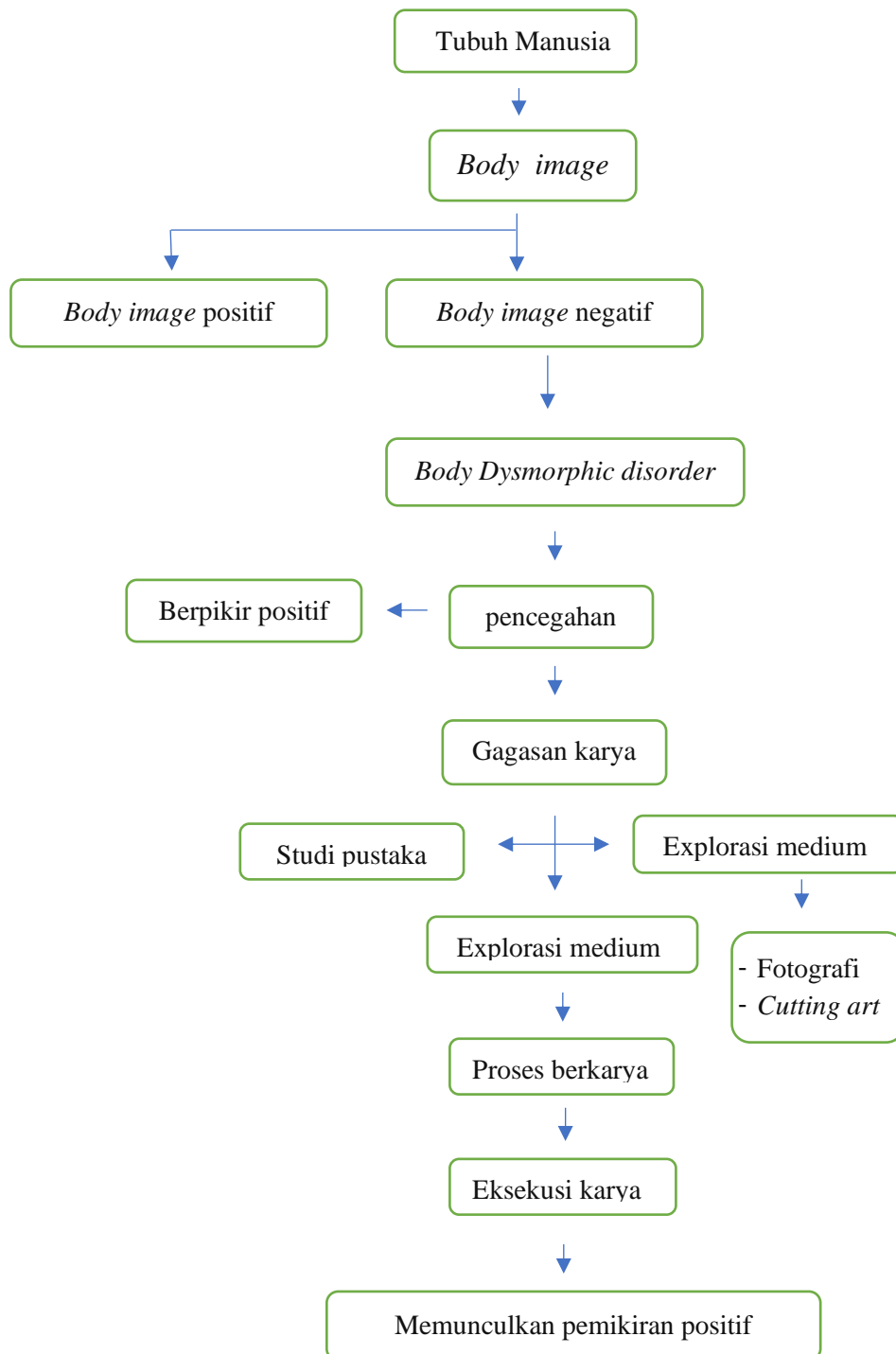
3. BAB III KONSEP KARYA DAN PROSES BERKARYA

Pada BAB III akan dipaparkan lebih lanjut mengenai konsep karya serta pada proses pembuatan karya dan karya akhir. Dengan penjabaran sebagai berikut : (1) konsep karya : menjabarkan konsep pengkaryaan, dengan menguraikan konsep dan teori yang dijadikan referensi karya; (2) proses penciptaan karya : memaparkan setiap proses penciptaan karya dimulai dari persiapan, sketsa, alat dan bahan, progress pengerjaan hingga karya jadi.

4. BAB IV PENUTUP

Bab ini berisi pernyataan kesimpulan dari pengkaryaan berupa uraian dan jawaban dari permasalahan pada pendahuluan dan juga saran yang ditujukan untuk pembaca.

F. Kerangka Berpikir



Gambar 1.1. Kerangka Berpikir
(sumber: Dokumentasi pribadi)

