

BAB 1

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Setiap orang tidak terlepas dari pengalaman emosional yang kompleks, seperti rasa kehilangan, kesepian, atau perpisahan, dalam kehidupan sehari-hari. Berbagai alasan membuat sulit untuk mengungkapkan emosi secara langsung, seperti tekanan sosial, ketidakmampuan untuk mengungkapkan emosi, atau ketakutan untuk membuka diri. Ketika emosi ini dipendam terus-menerus, itu dapat berdampak pada kesehatan psikologis dan keseharian seseorang, seperti munculnya rasa gelisah, kelelahan emosional, atau hilangnya motivasi.

Penulis percaya bahwa pengalaman emosional yang mendalam seringkali tidak mudah diungkapkan melalui kata-kata. Dalam situasi seperti ini, seni berfungsi sebagai ruang alternatif untuk menyampaikan perasaan yang tidak dapat disampaikan. Supriadi, Wiguna, dan Yuningsih, C. R. (2023), dengan mengacu pada teori dasar emosi Paul Ekman, seni rupa adalah alat yang berguna untuk merekam suasana emosional seseorang melalui pendekatan visual. Untuk menjaga kesehatan mental dan menghindari akumulasi tekanan psikologis, emosi yang tidak terungkap secara verbal dapat diekspresikan melalui visual.

Penulis memulai karya ini dari pengalaman pribadi mereka saat meninggalkan pasangan mereka. Penulis benar-benar kehilangan identitasnya setelah peristiwa tersebut berdampak emosional. Dalam situasi seperti itu, seni berfungsi sebagai alat pelarian dan pemulihan, tempat di mana orang dapat mengungkapkan perasaan yang selama ini terpendam. Sejak awal menjadi mahasiswa di program seni rupa, proses menggambar telah menjadi bagian dari perjalanan penulis. Ini menjadi alat reflektif yang membantu mengurai perasaan dan merenungkan lebih dalam tentang pengalaman kehilangan.

Penulis kemudian menemukan bahwa ada hubungan antara konsep *shadow work* sebuah pendekatan psikologis yang berfokus pada mengidentifikasi dan menerima sisi gelap seseorang sebagai bagian dari proses penyembuhan diri. C. G. Jung, seorang psikiater asal Swiss, pertama kali menggunakan gagasan ini. Jung menggambarkan *shadow self* sebagai aspek kepribadian yang tidak disadari dan

seringkali direpresi karena dianggap tidak sesuai dengan citra diri yang ideal atau norma sosial. Jung mengatakan bahwa penting untuk mencapai keutuhan diri dan individuasi dengan mengintegrasikan aspek-aspek ini melalui *shadow work*.

Berdasarkan pemahaman ini, karya seni berfungsi sebagai tempat aktualisasi emosi. Ini memungkinkan audiens untuk mengalami dan memahami emosi yang serupa dengan seniman selain merefleksikan keadaan pribadi mereka. Pendekatan terhadap emosi dasar menjadi fondasi penting untuk menampilkan secara artistik kehilangan, perpisahan, dan proses pemulihan diri.

Penulis telah menggunakan proses berkarya sebagai cara untuk mengolah perasaan mereka sendiri sejak awal terjun ke dunia seni rupa. Bentuk, warna, dan simbol berfungsi sebagai alat untuk menyampaikan suara batin dan membantu merenungkan berbagai perasaan yang datang dan pergi. Penulis sering menggunakan seni rupa sebagai tempat untuk introspeksi pribadi. Hubungan antara prinsip-prinsip tradisi dan modernitas terus berkembang dalam seni rupa modern. Menurut Gumilar, G. (2022) dalam jurnalnya *Individual Liaison: Gregorius Sidharta, Tradition, and Modernity*, karya-karya Gregorius Sidharta menunjukkan bagaimana sikap reflektif dan keterbukaan terhadap pengalaman pribadi dapat membantu mengatasi perbedaan antara tradisi dan modernitas. Dalam menangani masalah budaya dan eksistensi diri, Siddharta menggunakan proses kontemplatif dan idiosinkrasi. Metode ini melibatkan penciptaan karya yang memiliki makna yang luas meskipun bersifat individual.

Setiap kali penulis membuat gambar, mereka menciptakan bentuk visual dan menyampaikan perasaan yang sulit diungkapkan secara lisan. Seni, terutama menggambar, menjadi cara untuk menyampaikan perasaan, kenangan, atau emosi yang tersembunyi. Dengan menggunakan simbol, garis, dan warna, penulis merasa lebih bebas untuk mengatakan apa yang mereka rasakan, bahkan ketika kata-kata tidak cukup untuk menjelaskan. Selain itu, melalui proses visual yang reflektif dan intuitif, karya seni yang dibuat berfungsi sebagai semacam representasi dari perasaan individu yang rumit.

Pada dasarnya, setiap karya seni adalah cara untuk berkomunikasi yang sarat makna. Salah satu cara bagi seniman untuk mengungkapkan perasaan, pengalaman, dan refleksi pribadi mereka adalah melalui karya mereka. “Karya seni

mengandung pesan; kalau karya seni itu tidak bisa dimengerti, maka pesan seni bakal macet. Seni yang macet adalah seni yang tidak bisa berbicara,” kata Alex Sobur dalam jurnal Karya Seni sebagai Media (2013). Menurut ungkapan ini, seni bukan hanya alat estetika tetapi juga alat untuk menyampaikan pikiran dan perasaan seseorang.

Dalam konteks ini, penulis melihat seni sebagai alat untuk menyampaikan pengalaman pribadi tentang perpisahan dan kehilangan, serta sebagai cara untuk memvalidasi dan merefleksikan emosi yang sulit diungkapkan secara verbal. Akibatnya, karya seni menjadi wadah yang tepat untuk menyampaikan perasaan yang rumit dan mendalam, serta memberikan kesempatan untuk berbicara secara emosional dengan audiens yang mungkin mengalami situasi yang sama.

Beberapa seniman kontemporer, seperti David Shrigley, yang berhasil menyampaikan kondisi batin melalui medium yang sederhana namun bermakna, juga menjadi inspirasi bagi penulis. Karya ini tidak hanya merekam perasaan pribadi tetapi juga berusaha membangun ruang refleksi bagi mereka yang pernah mengalami perubahan perasaan yang sulit dijelaskan. Ini dilakukan melalui pendekatan visual yang simbolik dan puitis.



Gambar 1. 1 Everything That is Bad About Art

Gambar 1.1 Everything That is Bad About Art | Artist David Shrigley
Sumber: <https://www.youtube.com/watch?v=24rovlfXqo4>

Terinspirasi oleh David Shrigley, penulis ingin menggunakan pendekatan tulis tangan yang sarkastik, ironis, dan jenaka untuk menyampaikan pengalaman emosional pribadi melalui seni lukis sebagai cara yang jujur untuk ekspresi diri. Kalimat-kalimat ini sering menunjukkan humor gelap atau kegelisahan eksistensial.

Sekaligus berfungsi sebagai tempat untuk menanggapi perasaan yang sulit diungkapkan. Ketakutan, ketakutan, dan ketidakpastian yang mendalam seringkali disebabkan oleh pengalaman berpisah dan perasaan tidak stabil dalam hubungan. Dengan menggambarkan pengalaman tersebut secara visual, penulis berharap karya ini dapat menjadi alat untuk menyalurkan emosi yang tersembunyi dan mendorong penonton untuk turut merasakan dan memahami dinamika perasaan yang mungkin juga mereka alami.

David Shrigley adalah seniman Inggris kontemporer yang terkenal dengan karya-karyanya yang sederhana, ironis, dan menyentuh sisi absurd kehidupan. Ia sering memadukan gambar dan teks dengan gaya menggambar yang tampak "naif" dan kasar, tetapi justru berhasil menggambarkan emosi kehidupan sehari-hari seperti kesepian, kecemasan, dan ketidakpastian. Penulis, didorong oleh pendekatan visual Shrigley, menggunakan simbol dan bentuk sederhana dalam karya mereka sebagai cara untuk menyampaikan emosi tanpa menjelaskan secara eksplisit.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan penjelasan pada latar belakang maka rumusan masalah dari topik Tugas Akhir Pengkaryaan ini adalah:

Bagaimana pengalaman kehilangan jati diri akibat perpisahan dapat dieksplorasi melalui proses refleksi batin dan diungkapkan ke dalam bentuk karya seni objek 3D?

C. BATASAN MASALAH

Berikut ini adalah batasan masalah dari pengkaryaan yang dibuat:

Karya ini berfokus pada visualisasi emosi personal yang timbul akibat pengalaman perpisahan dan kehilangan, serta tidak membahas aspek sosial, psikologis klinis, atau hubungan interpersonal secara luas.

D. TUJUAN BERKARYA

Karya ini dibuat dengan tujuan untuk mengangkat pengalaman pribadi tentang kehilangan akibat perpisahan. Adapun tujuan spesifiknya sebagai berikut:

1. Mewujudkan konsep *shadow work* sebagai pendekatan reflektif untuk memahami sisi gelap diri yang muncul dari kehilangan akibat dari perpisahan
2. Menyampaikan pengalaman personal tentang kehilangan dan mengolahnya melalui pendekatan *shadow work* sebagai bentuk refleksi diri. Melalui simbol, warna, bentuk, dan cahaya
3. Karya ini diharapkan menjadi ruang ekspresi pribadi sekaligus mampu menyentuh penonton secara emosional, karena tema kehilangan adalah pengalaman yang bersifat universal dan bisa dialami siapa saja.

E. SISTEMATIKA PENULISAN

Sistematika penulisan pengantar tugas akhir ini disusun sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

Pada Bab ini, berisi latar belakang gagasan dan masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan berkarya, sistematika penulisan, kerangka berpikir.

BAB II REFERENSI DAN LANDASAN TEORI

Dalam Bab ini, berisi referensi seniman, teori umum dan teori seni yang berkaitan dengan perencanaan Tugas Akhir.

BAB III PENGKARYAAN

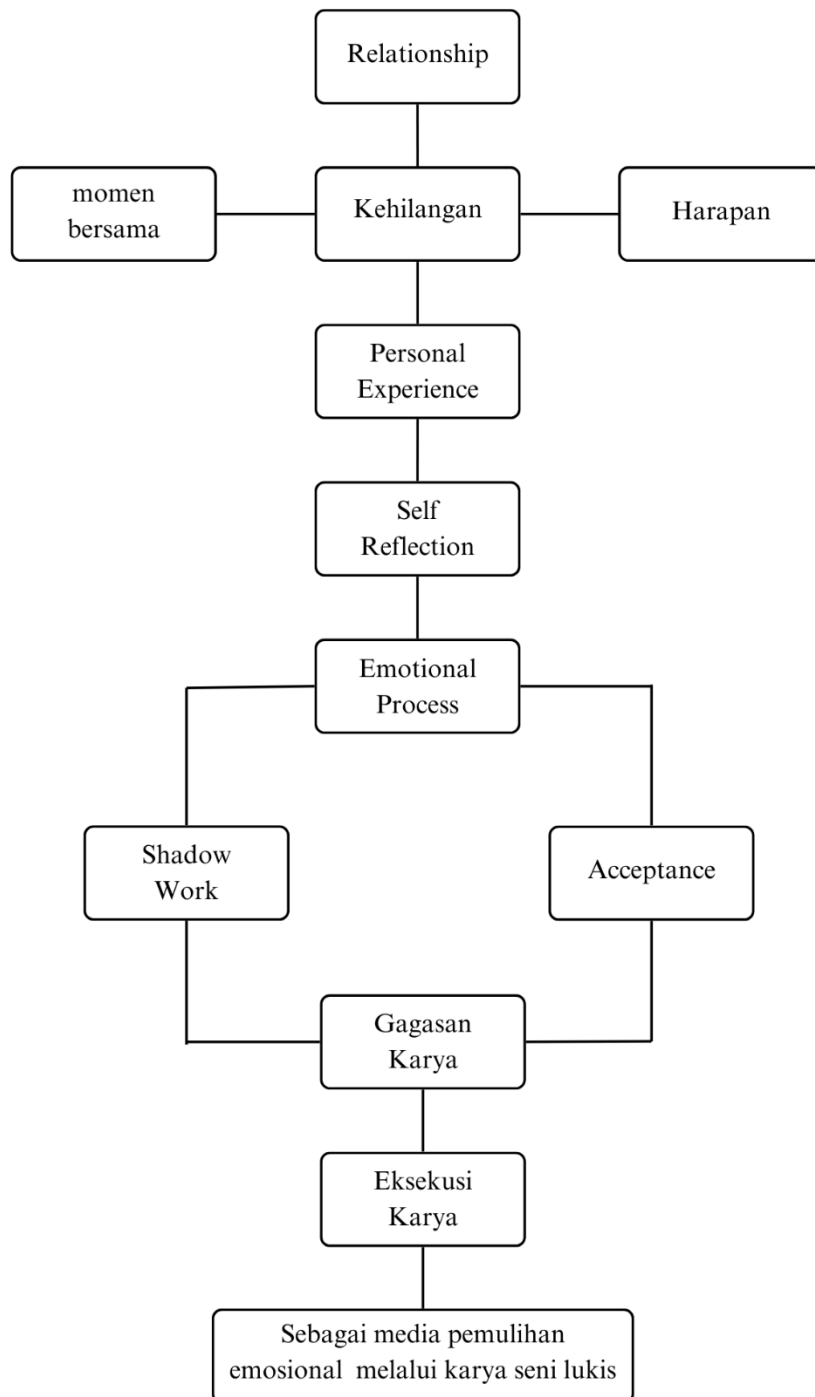
Bab ini berisi konsep berkarya dan aktivitas pada proses berkarya serta hasil Akhir karya.

BAB IV PENUTUP

Untuk Bab ini berisi kesimpulan dan saran terkait perancangan karya Tugas Akhir.

DAFTAR PUSTAKA

F. KERANGKA BERPIKIR



Tabel 1. 1 Kerangka Berpikir