

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Kesepian telah lama dianggap sebagai kondisi yang pernah dialami oleh semua orang. Kesepian merupakan sebuah kondisi emosional dimana seseorang merasa tidak memiliki hubungan sosial atau kedekatan dengan orang lain. Dalam kesehatan mental, kesepian merupakan masalah yang serius karena dapat mempengaruhi kesehatan mental dan fisik seseorang. Dari sudut pandang ini, kesepian merupakan hal yang tidak bisa dianggap remeh meskipun bukan termasuk ke dalam gangguan mental, karena kesepian jika tidak ditanggapi serius tidak menutup kemungkinan akan berujung pada masalah kesehatan mental. Sejumlah penelitian telah menunjukkan bahwa kesepian dan kesehatan mental memiliki hubungan sebab akibat. Menurut *American Psychological Association* kesepian dapat diartikan sebagai ketidaknyamanan yang disebabkan oleh kondisi atau persepsi individu pada tingkat afektif dan kognitif. Kesepian juga berkaitan dengan persepsi seseorang tentang hubungan yang dimiliki. Hal ini menjelaskan fenomena yang mana seseorang masih bisa merasakan kesepian meskipun memiliki banyak teman di sekitarnya.

Segala macam situasi dan peristiwa dapat menyebabkan kesepian, terutama dalam kombinasi dengan ciri-ciri kepribadian tertentu untuk individu yang rentan. Misalnya, orang ekstrovert yang sangat sosial lebih cenderung merasa kesepian jika individu tinggal di suatu tempat dengan kepadatan populasi yang rendah, dengan lebih sedikit orang untuk individu ajak berinteraksi. Kesepian kadang-kadang bahkan dapat disebabkan oleh peristiwa yang biasanya diharapkan untuk meringankannya: misalnya kelahiran seorang anak (jika ada depresi pascapersalinan yang signifikan) atau setelah menikah. Selain dipengaruhi oleh peristiwa eksternal, kesepian dapat diperburuk oleh kondisi kesehatan mental yang sudah ada sebelumnya seperti depresi kronis dan kecemasan.

Kesepian jangka panjang dapat menyebabkan berbagai jenis kognisi sosial maladaptif, seperti *hypervigilance* dan kecanggungan sosial, yang dapat mempersulit individu untuk mempertahankan hubungan yang ada, atau membangun yang baru. Berbagai penelitian telah menemukan bahwa terapi yang ditargetkan untuk mengatasi kognisi maladaptif ini adalah satu-satunya cara paling efektif untuk campur tangan untuk mengurangi kesepian, meskipun tidak selalu berhasil untuk semua orang.

Pada tahun 2020, Dr. Soni Sandono menjelaskan didalam bukunya Kebudayaan Nusantara bahwasanya kebudayaan terbentuk dari beberapa aspek sosial seperti kepercayaan, pengetahuan, kesenian, norma, hukum, adat istiadat, serta kemampuan dan kebiasaan yang didapatkan manusia dalam kehidupan bersosialnya. Dengan perkembangan zaman, aspek psikososial juga berperan dalam membentuk kebudayaan dan interaksi sosial. Satu teori yang relevan dalam konteks ini adalah teori Psikologi Sosial. Teori ini mengkaji bagaimana individu dipengaruhi oleh faktor sosial dan bagaimana interaksi sosial membentuk perilaku dan identitas manusia.

Dalam penyebaran kesepian, ada beberapa teori psikososial yang dapat menjelaskan fenomena tersebut. Salah satunya adalah teori Keterasingan Sosial oleh Robert S. Weiss, yang mengemukakan bahwa kesepian adalah perasaan ketidakseimbangan antara kebutuhan sosial individu dengan tingkat interaksi sosial yang dimiliki. Perubahan sosial, seperti urbanisasi, perubahan nilai-nilai masyarakat, atau teknologi yang mengubah cara berinteraksi, dapat mempengaruhi tingkat kesepian seseorang. Selain itu, teori pertukaran sosial juga dapat digunakan untuk memahami fenomena ini. Teori ini menekankan bahwa individu terlibat dalam pertukaran sosial dengan orang lain, di mana individu memberikan dan menerima dukungan sosial. Jika seseorang tidak mendapatkan dukungan sosial yang memadai, hal itu dapat menyebabkan kesepian dan dampak negatif pada kesejahteraan psikologis individu.

Dalam era digital dan media sosial, juga muncul fenomena "kesepian digital" atau "kesepian yang terhubung". Meskipun teknologi memungkinkan kita untuk terhubung dengan orang lain secara virtual, terkadang keintiman dan dukungan sosial yang diperoleh melalui interaksi langsung tidak sepenuhnya dapat tergantikan. Ini dapat menyebabkan individu merasa kesepian meskipun terhubung secara online. Kelompok sosial dapat menyebarkan kesepian seperti penyakit. Mekanisme untuk ini melibatkan kognisi maladaptif yang sering dihasilkan dari kesepian kronis. Jika seorang pria kehilangan seorang teman karena alasan apa pun, ini dapat meningkatkan kesepiannya, yang mengakibatkan dia mengembangkan kognisi maladaptif seperti kebutuhan yang berlebihan atau kecurigaan terhadap teman-teman lain. Oleh karena itu menyebabkan hilangnya hubungan manusia lebih lanjut jika dia kemudian berpisah dengan teman-temannya yang tersisa. Kesepian yang berlebihan juga dapat memiliki dampak negatif pada kesejahteraan fisik dan mental individu. Oleh karena itu, penting untuk memahami dan mengatasi masalah kesepian dengan membangun dan memperkuat ikatan sosial, baik secara fisik maupun secara virtual, serta mencari dukungan dan interaksi sosial yang positif.

B. RUMUSAN MASALAH

Dari penjelasan latar belakang diatas, maka fokus rumusan masalah dalam penciptaan karya ini adalah sebagai berikut.

1. Bagaimana visualisasi kesepian dapat diwujudkan melalui media karya instalasi?
2. Bagaimana proses penciptaan karya dalam memvisualisasikan kesepian?

C. BATASAN MASALAH

Pada pembuatan karya ini penulis membatasi topik bahasan yang berfokus pada kesepian pribadi penulis yang mana pada masa tersebut merupakan puncak dari kondisi dimana penulis penuh dengan dinamika kehidupan yang naik turun.

D. TUJUAN BERKARYA

Sebuah karya haruslah memiliki tujuan dengan harapan dimana tujuan yang ditargetkan bisa tercapai dan terlaksana. Pada pengkaryaan ini, berikut tujuan dari terciptanya pengkaryaan kali ini.

1. *Audience* dapat menikmati estetika/keindahan pada karya fotografi dengan media karya instalasi.
2. Membagikan pengalaman dan pengetahuan dalam proses pembuatan karya fotografi dengan media karya instalasi kesepian.

E. SISTEMATIKA PENULISAN

Dalam pembuatan laporan tugas akhir ini tentu penulis ingin memberikan informasi dan data dengan baik, benar, jelas dan juga mudah. Maka dari itu, untuk mempermudah dalam memahami dan mengetahui pembahasan yang ada pada laporan tugas akhir ini secara menyeluruh, maka penulis kemukakan sistematika penulisan sebagai berikut:

1. Bagian Awal

Pada bagian awal laporan tugas akhir ini berisikan Sampul luar, sampul dalam, lembar pengesahan tugas akhir, halaman pernyataan, halaman kata pengantar, abstrak, halaman daftar isi, halaman daftar gambar dan halaman daftar tabel.

2. Bagian Utama

Pada bagian utama atau bagian tengah ini dibagi menjadi beberapa subbab yang dijelaskan sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

Pada bab ini berisikan latar belakang masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan berkarya, sistematika penulisan dan terakhir kerangka berpikir.

BAB II LANDASAN TEORI

Pada bab ini berisikan teori-teori yang berfungsi untuk memperkuat data mengenai topik yang sedang dibahas yang dibagi menjadi 3 cabang yaitu teori umum, teori seni dan juga referensi seniman.

BAB III KONSEP KARYA DAN PROSES BERKARYA

Pada bab ini berisikan mengenai penjelasan konsep karya dari awal pembuatan hingga penjelasan mengenai proses penciptaan karya secara detail sampai menjadi sebuah karya seni final.

BAB IV PENUTUP

Pada bab ini ini berisikan daftar pustaka dan juga daftar lampiran yang ada dan tercantum pada laporan tugas akhir.

a. Bagian Kesimpulan

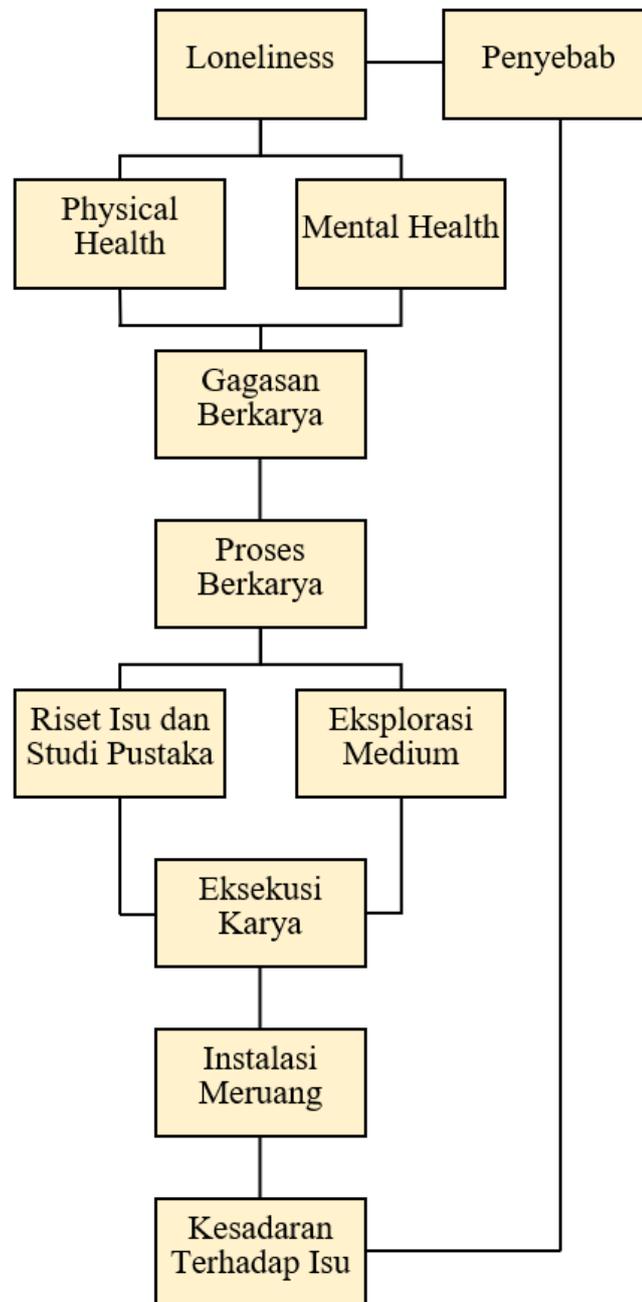
Pada bagian ini berisikan mengenai kesimpulan pengkaryaan yang telah dibuat dan dilakukan oleh penulis dengan memaparkan hasil selama berkarya.

b. Bagian Saran

Pada bagian ini berisikan mengenai saran pengkaryaan yang telah dibuat dan dilakukan oleh penulis serta dapat mengembangkan permasalahan yang telah terjadi pada proses berkarya.

F. KERANGKA BERPIKIR

Setelah melalui proses pembuatan latar belakang, ide dan konsep maka penulis membuat sebuah skema atau alur berpikir berdasarkan hal-hal berikut yang tersusun dibawah ini.



Gambar 1. Bagan Kerangka Pikir.
(Sumber: Arsip Penulis, 2022)