BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

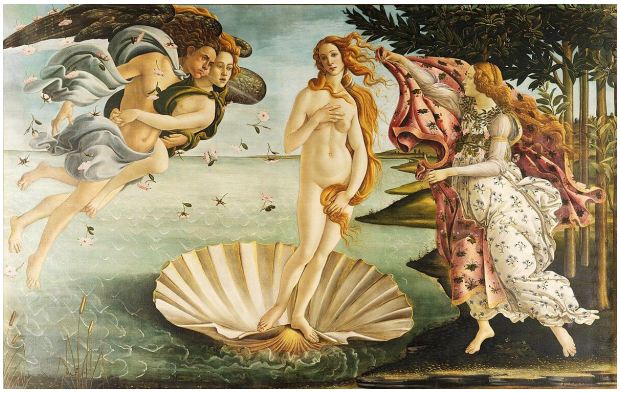
Membandingkan diri dengan orang lain adalah bagian alami dari perilaku manusia untuk memahami, mengevaluasi, dan menilai dirinya dalam konteks sosial. Festinger (1954) mengemukakan konsep ini sebagai Teori Perbandingan Sosial (*Social Comparison Theory*), ia menjelaskan bahwa ketika seseorang tidak memiliki tolok ukur objektif untuk menilai dirinya sendiri, mereka secara naluriah akan membandingkan dirinya dengan orang lain. Perbandingan ini bisa bersifat *upward comparison*, yakni membandingkan diri dengan mereka yang dianggap lebih unggul, atau *downward comparison*, membandingkan diri dengan mereka yang dianggap berada di bawahnya untuk meningkatkan rasa percaya diri. Meskipun pada dasarnya adalah proses yang manusiawi, *upward comparison* sering kali berdampak negatif, terutama terhadap citra diri perempuan.

Fenomena ini bukan hanya sekadar teori atau gejala sosial bagi penulis, melainkan sesuatu yang benar-benar dirasakan dalam kehidupan pribadi. Selama menjalani studi internasional di Thailand, penulis pertama kali mengenal Teori Perbandingan Sosial melalui mata kuliah *Psychology and Entrepreneurial Spirit*. Materi ini menjadi titik balik yang membuat penulis memahami pola pikir yang selama ini tidak sepenuhnya disadari. Konsep bagaimana seseorang memilih golongan yang dianggap lebih unggul sebagai tolok ukur untuk berkembang, namun secara tidak sadar berujung pada tekanan dan ketidakpuasan diri, terasa sangat dekat dengan pergulatan batin yang dialami penulis sendiri. Proses refleksi inilah yang kemudian membuka kesadaran bahwa keresahan terhadap citra tubuh tidak berdiri sendiri, melainkan merupakan bagian dari mekanisme sosial yang terus direproduksi.

Hal ini semakin kompleks di era digital. Media sosial menjadi ruang yang memperkuat kecenderungan melakukan perbandingan sosial secara konstan. Tidak seperti media tradisional yang bersifat satu arah, media sosial bersifat partisipatif dan selektif, dimana pengguna membangun citra dirinya berdasarkan versi terbaik yang ingin ditampilkan (Rosenberg & Egbert, 2011). Hal ini menjadikan media sosial sebagai ladang subur bagi terciptanya standar-standar kecantikan baru yang semakin tidak realistis. Penelitian oleh Meier & Gray (2014) menunjukkan bahwa melihat foto teman di media sosial yang tampil menarik justru berdampak lebih besar terhadap penurunan kepuasan tubuh dibandingkan dengan melihat gambar selebriti. Studi lain juga menegaskan bahwa media sosial memperkuat internalisasi standar kecantikan dan mendorong ketidakpuasan terhadap tubuh, terutama pada perempuan (Perloff, 2014; Saiphoo et al., 2020).

Citra tubuh (*body image*) sendiri merupakan representasi mental seseorang terhadap tubuhnya, baik secara fisik maupun persepsi personal (Denich & Ifdil, 2015). Ketika citra tubuh dipengaruhi oleh standar yang tidak realistis, akan muncul kondisi yang disebut sebagai *body dissatisfaction* atau ketidakpuasan terhadap tubuh sendiri. Grabe et al. (2008) menemukan bahwa paparan terhadap media yang menampilkan citra tubuh ideal berkorelasi langsung dengan meningkatnya ketidakpuasan tubuh, rendahnya harga diri, serta perilaku ekstrem untuk mengubah penampilan, seperti diet berlebihan dan gangguan makan.

Tekanan terhadap citra tubuh perempuan sebenarnya bukanlah fenomena baru. Sepanjang sejarah, tubuh perempuan selalu menjadi objek konstruksi sosial yang dibentuk dan dibatasi oleh standar kecantikan pada zamannya. Pada era Renaissance, standar kecantikan perempuan dikaitkan dengan proporsi tubuh yang harmonis, bentuk tubuh yang lembut namun ramping, serta wajah yang ideal. Karya seperti *The Birth of Venus* oleh Sandro Botticelli menjadi cerminan bagaimana tubuh perempuan dikonstruksi sebagai simbol kesempurnaan estetika pada masa itu. Tubuh perempuan digambarkan anggun, simetris, dan mengikuti norma kecantikan yang diwariskan dari nilai-nilai klasik Yunani-Romawi.



Gambar 1. 1 *The Birth of Venus*
(Sumber: id.wikipedia.org)

Memasuki era Romantisisme, pandangan terhadap tubuh mulai bergeser, namun tetap tidak lepas dari tekanan representasi. Karya seperti *La maja desnuda* oleh Francisco Goya menampilkan tubuh perempuan yang lebih natural dan ekspresif, tetapi pada saat yang sama, tetap tidak lepas dari objektifikasi serta persepsi estetika yang berlaku. Tubuh perempuan mulai dilihat tidak hanya sebagai objek kecantikan, tetapi juga sebagai refleksi dari status sosial, moralitas, bahkan hasrat.

Gambar 1. 2 *La maja desnuda*
(Sumber: id.wikipedia.org)

Pada abad ke-20, khususnya di era *Pop Art*, tekanan terhadap tubuh perempuan semakin dipertajam oleh budaya konsumerisme dan media massa. Andy Warhol dalam karyanya *Marilyn Diptych* menyoroti bagaimana media membentuk figur selebriti sebagai standar kecantikan modern. Figur seperti Marilyn Monroe diproduksi dan direplikasi secara masif, menjadi simbol dari kecantikan yang seragam, mudah dikonsumsi, namun pada dasarnya artifisial. Standar kecantikan pada masa ini tidak lagi hanya dibentuk oleh seni atau budaya tradisional, tetapi juga oleh industri, iklan, dan budaya populer yang memperlakukan tubuh perempuan sebagai komoditas visual.

Gambar 1. 3 *Marlyn Diptych*
(Sumber: marthistory.org)

Fakta ini menunjukkan bahwa meskipun bentuk standar kecantikan terus bergeser sesuai dengan waktu dan budaya, tekanan terhadap tubuh perempuan bersifat konstan dan sistemik. Standar kecantikan adalah sesuatu yang berubah-ubah, tetapi keberadaan standar itu sendiri bersifat kuno dan terus diwariskan lintas generasi. Seperti yang ditegaskan oleh Cash dan Smolak (2011) dalam buku *Body Image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention*, ekspektasi terhadap tubuh perempuan merupakan warisan budaya yang terus bertahan lintas waktu, menciptakan siklus ketidakpuasan yang berulang dan sulit diputus.

Kondisi ini menjadi semakin rumit dengan adanya media sosial yang tidak hanya mempublikasikan standar kecantikan, tetapi juga mempersonalisasikannya. Individu tidak hanya menjadi konsumen standar, tetapi juga sekaligus menjadi produsen dari representasi kecantikan itu sendiri. Inilah yang memicu perbandingan sosial yang lebih intens, lebih personal, dan lebih merusak, terutama bagi perempuan.

Berdasarkan realitas ini, penulis terdorong untuk menuangkan keresahan pribadi dalam bentuk karya seni. Terinspirasi dari pengalaman ketika usaha untuk berdandan dan tampil semenarik mungkin justru mempertegas rasa tidak layak dan tidak cukup. Ungkapan "*lipstick on a pig"* menjadi metafora utama dalam karya ini, yang menggambarkan ironi di balik upaya mempercantik diri dalam menghadapi standar kecantikan yang tidak realistis. Pesan yang ingin disampaikan mencakup seluruh narasi tentang tubuh, penampilan, dan relasi perempuan dengan standar kecantikan yang terus-menerus dibebankan oleh masyarakat.

B. Rumusan Masalah

Mengacu pada latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, rumusan masalah yang akan dibahas adalah:

1. Bagaimana visualisasi ketidakpuasan pada citra tubuh wanita melalui karya lukisan digital dengan *mixed media*?

C. Batasan Masalah

Berdasarkan masalah yang telah dirumuskan sebelumnya, batasan masalah yang telah diperoleh adalah:

1. Mengeksplorasi proses perbandingan sosial yang memicu ketidakpuasan pada citra tubuh wanita.
2. Memvisualisasikan tema citra tubuh wanita akibat perbandingan sosial dalam karya lukisan digital dengan *mixed media.*

D. Tujuan Berkarya

Penciptaan karya ini bertujuan untuk merefleksikan keresahan penulis terhadap standar kecantikan yang tidak realistis yang terus diwariskan melalui media dan konstruksi sosial. Karya ini diharapkan menjadi ruang kontemplatif bagi audiens untuk mempertanyakan bagaimana persepsi terhadap tubuh dibentuk, dipaksakan, dan akhirnya memengaruhi cara individu melihat dirinya sendiri. Alih-alih menawarkan solusi atau definisi baru atas tubuh ideal, karya ini justru berusaha mengungkap absurditas serta tekanan emosional yang muncul dari proses tiada henti untuk memenuhi ekspektasi tersebut. Melalui bahasa visual yang simbolis dan pendekatan *mixed media*, karya ini diharapkan tidak hanya dapat dilihat, tetapi juga dirasakan secara emosional oleh audiens. Bagi penulis sendiri, proses mewujudkan Tugas Akhir ini menjadi cara untuk berdamai dengan ketidakpuasan terhadap

tubuh, sekaligus bentuk penerimaan diri yang jujur dan reflektif melalui ekspresi artistik.

E. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan pengantar Tugas Akhir ini disusun sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini terdiri dari latar belakang, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan berkarya, sistematika penulisan, dan kerangka berpikir, untuk memberikan penjelasan awal terhadap masalah yang ingin dipecahkan dan penjelasan dari pengkaryaan dilakukan.

BAB II REFERENSI & KAJIAN LITERATUR

Bab ini berisi referensi seniman dan kajian literatur yang terdiri dari teori umum dan teori seni, untuk membahas seniman dan karyanya yang relevan terhadap pengkaryaan dan mendalami teori yang mendasari pengkaryaan.

BAB III PENGKARYAAN

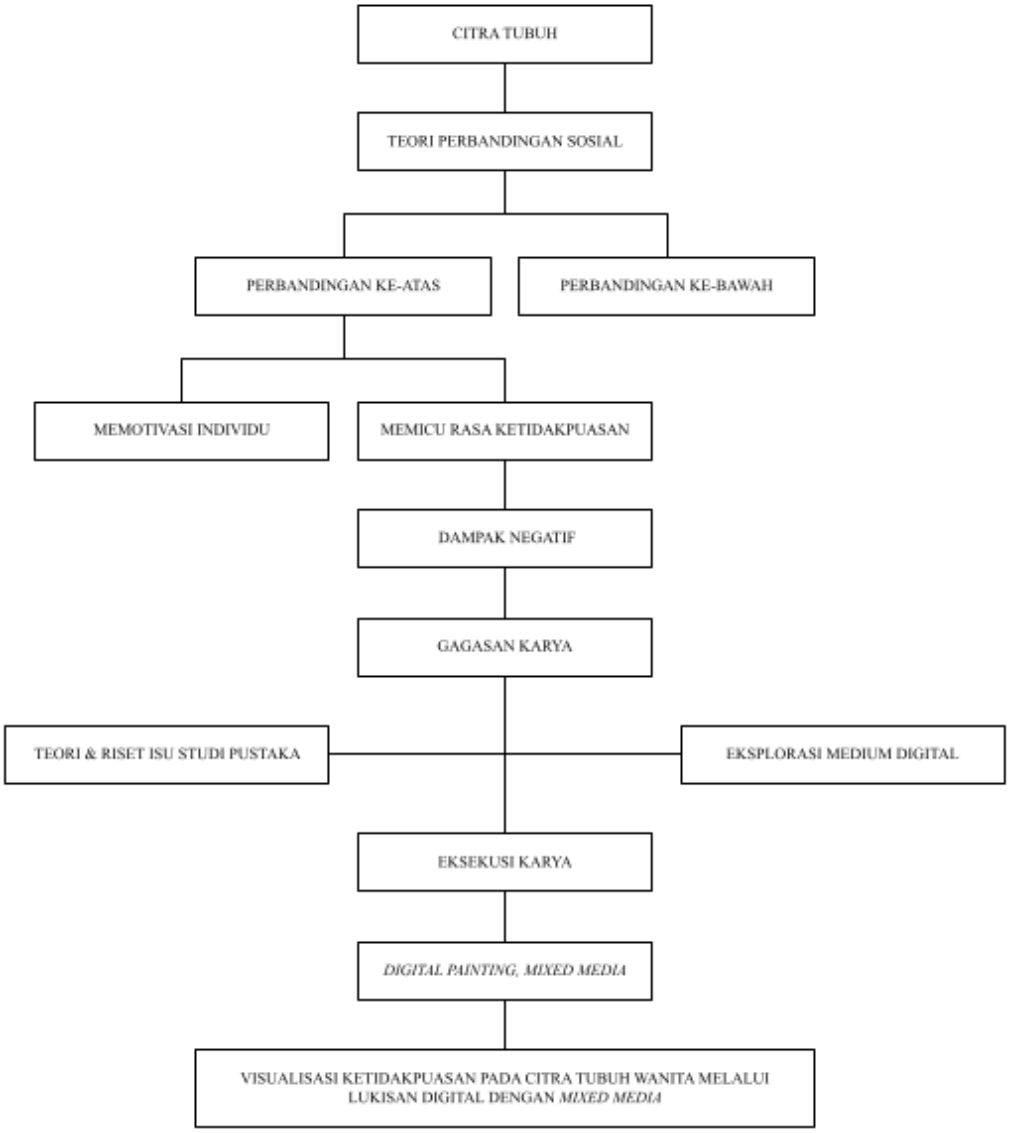
Bab ini terdiri dari konsep karya dan proses berkarya, yang berisi penjelasan konsep pengkaryaan yang dikembangkan dari landasan teori, referensi seniman dan pengalaman pribadi, dan juga penjelasan langkah-langkah yang dilakukan dalam proses pengkaryaan.

BAB IV PENUTUP

Bab ini terdiri dari kesimpulan dan saran yang berisi ringkasan dari keseluruhan hasil pengkaryaan, evaluasi terhadap proses dijalani dan pencapaian yang diperoleh.

DAFTAR PUSTAKA

F. Kerangka Berpikir



Tabel 1. 1 Kerangka Berpikir