

PENELITIAN KUALITATIF UNTUK PENCIPTAAN KARYA SENI RUPA TOPIK RENDAH DIRI

Eleonora Maria Graciela¹, Indro Moerdisuroso²

^{1,2}Program Studi Pendidikan Seni Rupa, Universitas Negeri Jakarta
eleonoraemg@gmail.com, indro@unj.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menggali dan membuktikan keberadaan rendah diri yang tak kasat mata sebagai kepedulian terhadap proses pemulihan diri, sarana refleksi dan ekspresi yang berhubungan dengan proses psikologi tiap individu dalam seni. Penelitian ini merangkum data hasil kuisioner pada sejumlah partisipan dengan ketentuan; warga negara Indonesia, pernah merasakan rendah diri, pernah atau sedang mencari media / solusi untuk mengurangi rasa rendah diri . Beberapa tahap dilakukan dari perencanaan, merangkum pertanyaan, menyeleksi pertanyaan, pengembangan, simulasi, penyebaran kuisioner, pengolahan data dan analisis data, evaluasi. Studi ini mengkaji keterkaitan rendah diri dengan penciptaan karya seni rupa. Metode Penelitian Deskriptif dengan pengumpulan data berupa kuisioner untuk menggambarkan secara aktual sesuai temuan dilapangan. Penciptaan karya seni rupa dapat membantu seseorang yang merasa rendah diri menjadi lebih terapresiasi dan lebih ekspresif dalam menunjukkan pikiran maupun perasaan dan sebagai media terapeutik untuk pemulihan diri. Adapun rendah diri mempunyai peluang dampak positif dan negatif bergantung dari proses pengelolaan diri setiap individu yang mengalami. Untuk itu proses refleksi maupun penerapan *mindfulness* sangat dibutuhkan dalam mencapai perubahan yang lebih baik. Hasil kuisioner menunjukkan pola-pola refleksi rendah diri oleh partisipan dan menunjukkan manfaat dari beraktivitas seni rupa sebagai salah satu media terapeutik untuk pemulihan diri.

Kata Kunci: Rendah diri, seni rupa, refleksi, pemulihan diri

Qualitative Research For The Creation Of Fine Arts On The Theme Of Inferiority

Abstract

This study aims to explore and prove the existence of the invisible lower self as a concern for the process of self-healing and a means of reflection and expression related to psychological processes in art. This study summarizes the data from the questionnaire results for several participants with the following provisions: Indonesian citizens who have experienced low self-esteem or who have or are currently looking for media or solutions to reduce low self-esteem. Steps From planning to development, simulation, distribution of questionnaires, data processing and analysis, and evaluation, several stages were completed. This study examines the relationship between low self-esteem and the creation of works of art. Descriptive research method with data collection in the form of a questionnaire to describe the actual findings in the field. The creation of works of art can help someone who feels inferior be more appreciated and more expressive in expressing thoughts and feelings, and it can also serve as a therapeutic medium for self-healing. Low self-esteem has opportunities for positive and negative impacts depending on the self-management process of each individual who experiences it. For this reason, the process of reflection and application of mindfulness is needed to achieve better change. The results of the questionnaire show participants' patterns of low self-esteem and show the benefits of art activities as a therapeutic medium for self-recovery.

Keywords: *Inferiority feeling, visual art, reflection, and self-healing*

PENDAHULUAN

Rasa inferior atau perasaan kurang merupakan tema yang sering disepelekan karena banyak orang menganggap tema karya seni tersebut sama saja dengan membuka aib atau bersifat terlalu pribadi untuk dibagikan kepada orang lain yang belum tentu kita kenal. Justru seharusnya, perasaan kurang atau inferior merupakan hal yang lumrah karena tidak ada satu manusia pun yang sempurna. Menurut Adler, rasa inferior yang tidak normal dapat menghalangi suatu individu untuk melengkapi pekerjaan hariannya (dalam Akdogan, 2018: 4).

Perasaan inferior dapat muncul dari kekurangan atau ketidaklengkapan fisik, status sosial yang rendah, trauma di masa lalu dan sebagainya. (Adler, dalam Damajanti, I. 2013: 82) maka rasa inferior merupakan suatu gejala yang normal dialami manusia dan inferioritas dapat kita lawan dengan mengimbangi diri kita dengan kelebihan yang dapat membuat kita merasa percaya diri. Terapi seni berdasarkan ide kreatif dari proses membuat seni sebagai penyembuhan dan peningkatan kualitas sebagai bentuk komunikasi nonverbal dari pikiran dan perasaan (American Art Therapy Association, 1996).

Tujuan penelitian adalah untuk menggali dan membuktikan keberadaan rendah diri yang tak kasat mata sebagai kepedulian terhadap proses pemulihan diri, sarana refleksi dan ekspresi yang berhubungan dengan proses psikologi tiap individu dalam seni. Prosedur penelitian kualitatif yang dapat memenuhi tujuan menggali dan membuktikan keberadaan rasa rendah diri dapat dilakukan dengan

mengenal dan merinci hal yang tidak tampak karena bersumber dari fungsi kerja tubuh. Dengan demikian dapat dipahami bagaimana rendah diri dapat dialami dan seperti apa gambaran dari rendah diri sehingga fakta tentang rendah diri dapat tersampaikan dengan baik dan tepat.

Hal yang ingin digali dan dicari keterkaitan antara rendah diri, penciptaan karya seni rupa dan penelitian kualitatif dikumpulkan kemudian dirumuskan menjadi butir pertanyaan, pengelompokan pertanyaan, reduksi data. Rentang usia yang mengalami rasa rendah diri paling dominan, status penyintas rasa rendah diri, jangka waktu mengalami, rutinitas seni dengan penyintas rasa rendah diri, perbandingan kondisi setelah melakukan aktivitas seni, hal yang dapat memotivasi penyintas rendah diri.

METODE

Penelitian kualitatif dipilih karena Metode kualitatif lebih berdasarkan pada filsafat fenomenologis yang mengutamakan penghayatan (*verstehen*). Metode kualitatif berusaha memahami dan menafsirkan makna suatu peristiwa interaksi tingkah laku manusia dalam situasi tertentu menurut perspektif peneliti sendiri. (Miles dan Huberman dalam Usman, 2004)

Fenomena rendah diri yang tak kasat mata, membutuhkan penghayatan dan proses pemahaman dengan baik dan tepat. Data dari responden merupakan sumber eksternal dalam penciptaan karya seni rupa yang dilakukan oleh peneliti. Hal ini dimaksudkan agar pengangkatan topik rendah diri tidak bersifat subjektif (hanya dari pemahaman dan pengalaman) semata,

tetapi fakta-fakta dari sumber eksternal dikumpulkan dan dirangkum menjadi suatu pemahaman dan kesimpulan mengenai keberadaan rendah diri yang nyata.

Untuk pendekatan dilakukan pendekatan observasi partisipatoris yaitu partisipasi dengan cara penulis mengambil bagian peranan dalam pada kelompok sosial tertentu yang terkait dengan topik. Selain itu dilakukan studi kasus mengenai refleksi rasa rendah diri terhadap informan serta hal-hal penting yang mereka rasakan serta menggali pemahaman akan fenomena yang terjadi.

Data yang didapat dilakukan proses pengelompokan data dan penterjemahan dari angka menjadi nilai frekuensi yang dibedakan dengan warna. Warna hijau untuk nilai yang dominan (paling banyak), warna kuning-oranye untuk frekuensi tengah (jawaban rata-rata) dan warna merah untuk frekuensi paling sedikit.

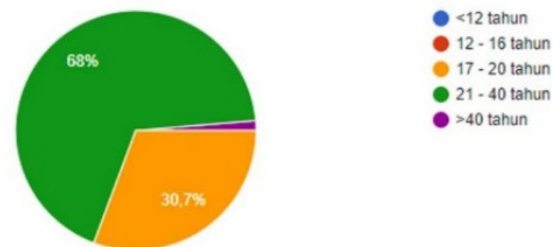
Reduksi data sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan, dan transformasi data “kasar” yang muncul dari catatan-catatan lapangan. (Miles dan Huberman dalam Usman, 2008).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil data dari partisipan sesuai kriteria: warga negara Indonesia, pernah merasakan rendah diri, pernah atau sedang mencari media / solusi untuk mengurangi rasa rendah diri. Terdapat tujuh puluh sembilan 79 data yang mewakili masyarakat Indonesia dengan berbagai latar belakang profesi, umur, sampai intensitas interaksi dengan karya seni.

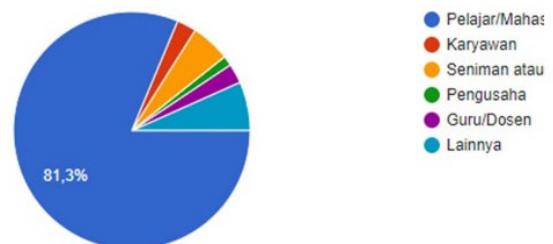
Rentang usia penyintas rendah diri didominasi oleh kelompok umur 21-40

tahun (usia dewasa), disusul dengan kelompok usia 17-20 tahun (dewasa awal) dan terakhir di atas 40 tahun (lansia). Hal ini menunjukkan saat berada pada usia produktif, masa dengan tingkat persaingan yang tinggi dapat memicu rasa rendah diri.



Gambar 1. Hasil Rentang Usia Responden

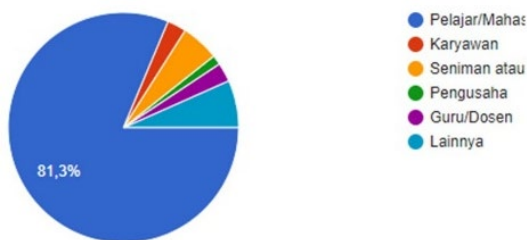
Status responden didominasi oleh pelajar atau mahasiswa, disusul dengan lainnya, seniman atau pekerja kreatif, guru atau dosen serta karyawan.



Gambar 2. Hasil Status Responden

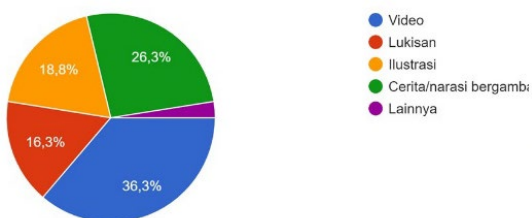
Masa mengalami rendah diri didominasi dengan masa SMP, disusul dengan sejak kecil, satu tahun, sejak SMA, tiga tahun, sejak kuliah, kemudian sejak SD, baru-baru ini dan ketika dihadapkan dengan keadaan harus melakukan sesuatu.

Pengenalan terhadap kata ‘rendah diri’ menunjukkan data dikenali yang paling mendominasi. Penemuan kata yang mirip dengan ‘rendah diri’ didominasi oleh pernah menemukan. Pegetahuan mengenai seni kontemporr diperoleh data dominasi ‘pernah mendengar’, dilanjutkan oleh mengetahui dan terakhir pernah mendengar.



Gambar 3. Penemuan Kata Yang Mirip “Rendah Diri”

Saat menggali pendapat tentang media yang tepat untuk menjelaskan konsep rendah diri didominasi oleh jawaban video, disusul dengan cerita atau narasi bergambar, ilustrasi dan lukisan.



Gambar 4. Hasil Media Tepat Untuk Karya Topik Rendah Diri

Pada pertanyaan interaksi dengan karya didapati data pernah melakukan aktivitas seni dengan nilai dominan disusul dengan kadang dan sering. Dapat dilihat bahwa setidaknya masyarakat Indonesia pernah mencoba aktivitas berkesenian. Pada sesi kuisioner dalam bentuk esai tentang efek setelah melakukan proses berkesenian didominasi oleh ulasan yang positif. Delapan diantaranya merasa senang dan tenang, tiga diantaranya merasa lega dan satu diantaranya merasa rileks dan fokus.

KESIMPULAN

Dari hasil analisis awal dan hasil kuisioner dapat disimpulkan bahwa tingginya tingkat rendah diri di kalangan usia produktif (17 – 40 tahun). Responden mengetahui dan menemukan kata yang mirip dengan rendah diri sebagai suatu hal yang dikenal dalam ingatannya. Setidaknya masyarakat Indonesia pernah melakukan aktivitas berkesenian. Banyak manfaat dirasakan dan dirasa melalui penciptaan karya seni rupa dapat memiliki dampak positif dalam pemulihan dari rasa rendah diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Adler, Alfred. (1925). *The Practice And Theory Of Individual Psychology*. London: KEGAN PAUL, TRENCH, TRUBNER & CO., LTD.
- Akdogan, R., Aydın, M., & Eken, H. (2018). Understanding the contribution of abnormal inferiority feelings on insecure attachment through gender and culture: A study of university students seeking psychological support. *The Journal of Individual Psychology*, 74(1), 96-116.
- Damajanti, I. (2006). *Psikologi seni: Sebuah pengantar*. Kiblat Buku Utama.
- Jasper, M. (2011). *Professional development, reflection and decision-making for nurses* (Vol. 17). John Wiley & Sons.
- Usman, H., & Akbar, P. S. (2008). *Metodologi Penelitian Sosial* (Edisi 2). Jakarta. PT. Bumi Aksara.