

REPRESENTASI PENERIMAAN DIRI SEBAGAI KRITIK TERHADAP STANDAR KECANTIKAN MELALUI KARYA LUKIS

Nazeeya Fatina Fadhillah¹, Iqbal Prabawa Wiguna² dan Edwin Buyung Syarif³

^{1,2,3}Prodi Seni Rupa, Fakultas Industri Kreatif, Universitas Telkom, Jl. Telekomunikasi. 1, Terusan Buahbatu-Bojongsong, Telkom University, Sukapura, Kec. Dayeuhkolot, Kabupaten Bandung, Jawa Barat 40257

nazeeyafatinaf@student.telkomuniversity.ac.id

Abstrak: Standar kecantikan yang dominan dalam masyarakat sering kali bersifat diskriminatif dan tidak inklusif, terutama terhadap individu dengan warna kulit gelap. Pandangan ini tidak hanya menimbulkan ketidakadilan, tetapi juga kerap memicu perilaku bullying, yang berdampak signifikan terhadap menurunnya kepercayaan diri serta terganggunya kesehatan mental seseorang. Tugas Akhir ini mengangkat tema self-acceptance sebagai bentuk respons kritis terhadap tekanan tersebut. Melalui pendekatan seni lukis dan penggunaan teknik mix media pada medium kaca, karya ini merepresentasikan pengalaman personal penulis dalam menghadapi stigma kecantikan dan proses menemukan serta menerima jati diri secara utuh. Karya dituangkan dalam tiga seri lukisan yang masing-masing menggambarkan tahap emosional berbeda dalam perjalanan menuju penerimaan diri. Dengan visual yang bersifat simbolik dan reflektif, karya ini diharapkan mampu membangun kesadaran kolektif serta membuka ruang dialog bagi audiens terkait pentingnya mendekonstruksi standar kecantikan yang sempit.

Kata kunci: Standar kecantikan, bullying, self-acceptance, seni lukis, representasi visual.

Abstract: The dominant beauty standards in society are often discriminatory and non-inclusive, particularly toward individuals with darker skin tones. These biased views not only perpetuate inequality but also frequently trigger bullying behavior, which can significantly impact one's self-confidence and mental health. This Final Project explores the theme of self-acceptance as a critical response to such pressures. Through a painting approach combined with mixed media techniques on glass, this work represents the artist's personal experience in confronting beauty stigmas and undergoing a journey of embracing the self. The project is manifested in a series of three paintings, each reflecting a distinct emotional phase in the process of self-acceptance. With symbolic and reflective visuals, the artwork is intended not only as a personal expression but also as a space for audience reflection on how social constructs of beauty affect individuals. It aims to encourage collective awareness of the importance of embracing one's identity beyond rigid beauty norms.

Keywords: Beauty standards, bullying, self-acceptance, painting, visual representation.

PENDAHULUAN

Standar kecantikan di Indonesia yang menganggap kulit putih sebagai simbol kecantikan ideal telah mempengaruhi cara pandang banyak orang terhadap perempuan berkulit gelap. Sebuah survei yang dilakukan oleh ZAP Beauty Clinic bersama MarkPlus, Inc menunjukkan bahwa sebanyak 73,1% perempuan di Indonesia mendefinisikan kecantikan sebagai memiliki kulit yang cerah, putih bersih, dan bercahaya. Hasil survei juga menunjukkan bahwa 23,3% atau sebanyak 1.505 dari total 6.460 responden perempuan pernah mengalami body shaming karena memiliki kulit gelap (ZAP Beauty Index, 2020). Penilaian di mana kulit gelap masih dianggap kurang menarik ini diperkuat oleh sejarah kolonialisme, pengaruh sosial media, serta industri kecantikan yang gencar mempromosikan produk pemutih.

Meskipun representasi kecantikan mulai lebih beragam, seperti dalam data ZAP Beauty Index (2024) yang menunjukkan bahwa hanya 13,6% perempuan Indonesia masih menjadikan kulit putih sebagai standar (bahkan di tahun 2023 sempat turun menjadi 1,1%), dampak dari standar lama masih membekas. Luka psikologis dan perasaan tidak cukup “cantik” tidak serta-merta hilang hanya karena angka statistik berubah. Masih banyak bukti bahwa kulit putih lebih disukai dalam representasi di media sosial dan lingkungan sekitar. Hal ini menciptakan realitas di mana mereka yang berkulit lebih gelap sering kali mengalami krisis kepercayaan diri karena tidak sesuai dengan standar yang telah terbentuk sejak lama. Banyak orang dengan kulit gelap menghadapi diskriminasi, baik langsung maupun tidak langsung, serta tekanan sosial untuk mengubah atau menyembunyikan warna kulit asli mereka. Dalam upaya untuk “fit in”, tak sedikit perempuan yang akhirnya mengubah penampilan mereka, meskipun hal tersebut bisa melukai jati diri mereka sendiri.

Standar ini tidak selalu relevan bagi semua orang karena setiap daerah memiliki persepsi berbeda tentang kecantikan. Sayangnya, bullying sering terjadi ketika seseorang dianggap tidak memenuhi standar tersebut. Standar kecantikan semakin diperkuat oleh media sosial melalui iklan, filter kamera, dan selebriti yang merepresentasikan citra

kecantikan yang seragam. Konten media sosial sering menampilkan gambar yang sudah diedit dan terlihat sempurna, memberi tekanan pada orang-orang untuk mengikuti gambaran tersebut. Perempuan yang tidak sesuai dengan standar ini berisiko menjadi target cyberbullying. Mereka dapat menerima ejekan, pelecehan, atau kritik yang tidak adil, yang berdampak negatif terhadap citra diri mereka (Nurdin et al., 2024).

Penulis sendiri memiliki pengalaman personal dengan isu ini, mengalami bullying dari teman sebaya maupun lingkungan sosial sejak duduk di bangku SD hingga SMP. Komentar negatif hanya karena kulit gelap yang dimiliki meninggalkan trauma, membuat penulis tumbuh dengan rasa tidak percaya diri dan terus mempertanyakan nilai dirinya hanya karena tidak sesuai dengan standar kecantikan yang dianggap ideal.

Namun seiring waktu, penulis menjalani proses penerimaan diri dengan dukungan lingkungan baru yang lebih positif serta keluarga yang selalu memberikan dukungan. Menurut Wood et al. (2008), individu yang menerima dukungan emosional dari lingkungan sosialnya lebih cenderung mengembangkan self-acceptance yang lebih kuat. Paparan terhadap media sosial yang lebih inklusif juga berkontribusi dalam meningkatkan penerimaan diri.

Melalui latar belakang ini, penulis ingin merepresentasikan bagaimana standar kecantikan yang dominan sebenarnya hanyalah konstruksi sosial. Penulis ingin menyampaikan pesan bahwa semua perempuan cantik tanpa harus berkulit putih atau memenuhi standar tertentu. Pada dasarnya setiap wanita harus menyadari bahwa tidak ada manusia (perempuan) yang sempurna (Winarni Wahyu, 2010).

Karya ini akan merepresentasikan pengalaman serta dampak dari standar kecantikan yang bersifat diskriminatif, tidak hanya sebagai bentuk ekspresi diri, tetapi juga sebagai kritik sosial terhadap standar kecantikan yang problematik di masyarakat. Bersamaan dengan itu, penulis mengajak masyarakat untuk lebih sadar akan dampak bullying dan diskriminasi yang dilanggengkan oleh stereotip sempit mengenai kecantikan.

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang telah disusun sebelumnya, maka rumusan masalah yang diperoleh adalah sebagai berikut:

Bagaimana seni lukis mix media sebagai representasi standar kecantikan terhadap warna kulit berdasarkan pengalaman pribadi penulis?

BATASAN MASALAH

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka batasan masalah yang diperoleh adalah sebagai berikut:

1. Terbangunnya pengkaryaan ini berfokus pada bagaimana representasi visual dalam bentuk lukisan di atas kaca dapat digunakan sebagai kritik terhadap standar kecantikan yang diskriminatif, khususnya terkait persepsi terhadap warna kulit yang lebih gelap.
2. Pembahasan akan berfokus pada pengalaman pribadi penulis sebagai perempuan berkulit gelap, tanpa mencakup aspek lain dari standar kecantikan.

TUJUAN BERKARYA

Adapun tujuan berkarya berdasarkan paparan latar belakang di atas adalah sebagai berikut:

1. Menunjukkan bahwa standar kecantikan yang ada merupakan konstruksi sosial yang tidak harus diikuti oleh semua individu.
2. Mengajak audiens untuk lebih menerima keberagaman kecantikan, khususnya kecantikan dengan warna kulit yang lebih gelap.
3. Mengembangkan karya yang tidak hanya bersifat estetis, tetapi juga kritis dan relevan dengan isu sosial, sebagai bagian dari proses akademik dan tanggung jawab sebagai mahasiswa seni.

LANDASAN TEORI

Teori Kritis

Teori Kritis merupakan pendekatan pemikiran yang berasal dari Mazhab Frankfurt, yang bertujuan untuk membongkar struktur dominasi dan ketidakadilan dalam masyarakat modern, termasuk di dalamnya konstruksi sosial yang dianggap netral, seperti standar kecantikan. Dalam konteks ini, standar kecantikan dipandang sebagai hasil dari kekuasaan budaya yang dibentuk oleh media dan sistem kapitalisme. Tokoh utama dalam Mazhab Frankfurt seperti Theodor W. Adorno dan Max Horkheimer menekankan bagaimana budaya massa menciptakan bentuk-bentuk dominasi baru yang halus melalui industri budaya. Mereka melihat bahwa media, iklan, dan budaya populer tidak sekadar menjadi hiburan, tetapi juga sarana ideologis yang memperkuat hegemoni dan membuat masyarakat tunduk pada norma-norma yang ditetapkan (Adorno & Horkheimer, 2002).

Standar Kecantikan

Standar kecantikan dapat didefinisikan sebagai seperangkat karakteristik yang dianggap menarik secara fisik oleh masyarakat tertentu dalam konteks budaya dan periode waktu tertentu. Menurut Yan & Bissell (2014), standar kecantikan adalah konstruksi sosial yang berkaitan dengan penampilan fisik yang dianggap ideal dan diinginkan dalam suatu masyarakat.

Standar kecantikan bersifat dinamis dan berubah seiring waktu. Persepsi ini dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti budaya, ekonomi, sosial, dan berbagai perubahan historis. Apa yang dianggap "cantik" di satu budaya mungkin berbeda dari budaya lain, dan apa yang dianggap ideal pada satu periode waktu mungkin berubah pada periode berikutnya (Grogan, 2016).

Dominasi persepsi yang menekankan kulit putih, tubuh langsing, dan kulit mulus tanpa cacat telah menjadi fenomena global yang dipengaruhi oleh faktor historis, sosial, dan ekonomi. Menurut Li et al. (2018), preferensi terhadap kulit putih di Asia memiliki akar sejarah yang dalam, di mana kulit putih diasosiasikan dengan status sosial yang tinggi

dan kemakmuran. Studi mereka menganalisis bagaimana kolonialisme dan globalisasi telah memperkuat standar ini di berbagai budaya Asia.

Pengaruh Standar Kecantikan

1. Peran Media Sosial

Media massa dan media sosial memainkan peran besar dalam membentuk serta memperkuat persepsi tentang kecantikan. Paparan konten tubuh ideal di media sosial atau lingkungan sekitar dapat membuat remaja perempuan menerima standar kecantikan yang tidak realistis. Semakin sering seseorang terpapar media sosial, semakin besar kemungkinan mereka mengadopsi standar kecantikan yang sempit dan sulit dicapai (Fardouly et al., 2020). Platform seperti Instagram dan TikTok menjadi alat yang efektif dalam menyebarkan gambaran kecantikan yang seragam, yang pada akhirnya dapat memengaruhi kepercayaan diri dan persepsi tubuh seseorang.

2. Peran Iklan dan Industri Kecantikan

Tidak hanya di media sosial, media tradisional seperti iklan di televisi juga berkontribusi dalam membentuk standar kecantikan yang dominan. Representasi kecantikan perempuan dalam iklan telah menjadi fokus berbagai penelitian sebelumnya. Salah satunya adalah penelitian yang memiliki kulit lebih putih, tetapi juga memperkuat standar kecantikan yang diskriminatif terhadap warna kulit yang lebih gelap. Perempuan yang tampil dalam iklan umumnya telah melewati proses penyuntingan dan rekayasa visual, sehingga mereka menampilkan gambaran kecantikan yang sesuai dengan ekspektasi pembuat iklan, bukan realitas yang sebenarnya. Representasi yang sangat terbatas ini menunjukkan bagaimana industri media masih mendukung persepsi kecantikan yang tidak inklusif, membuat banyak individu merasa harus memenuhi standar tersebut agar diterima oleh masyarakat.

Dampak Standar Kecantikan

1. Tekanan Sosial

Standar kecantikan yang terlalu sempit dan tidak realistis telah menjadi sumber tekanan sosial yang signifikan, terutama bagi perempuan yang terus-menerus diekspos oleh citra kecantikan ideal melalui media sosial, iklan, film, dan industri hiburan lainnya. Tekanan ini muncul karena adanya ekspektasi sosial yang menganggap kecantikan sebagai sesuatu yang harus dicapai agar diterima dalam lingkungan sosial. Menurut Saraswati (2017), standar kecantikan yang mengutamakan kulit putih, tubuh langsing, dan rambut lurus telah tertanam dalam masyarakat Indonesia akibat pengaruh media massa dan industri kecantikan global. Akibatnya, banyak perempuan yang merasa tidak cukup cantik dan mengalami tekanan psikologis, seperti kecemasan, depresi, dan penurunan harga diri.

2. Bullying

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kata “bullying” berasal dari istilah “bully” yang merujuk pada tindakan perundungan. Romadhoni et al. (2023) menjelaskan bahwa bullying merupakan perilaku merugikan dan menyimpang yang dapat berdampak serius pada perkembangan mental seseorang, baik anak-anak maupun remaja. Selain itu, Najwa et al. (2023) menyatakan bahwa “bullying” diartikan sebagai perilaku seseorang yang mengertak atau mengganggu individu yang lebih rentan atau lemah. Bullying ini bisa sangat merusak kepercayaan diri korban, dan seringkali menimbulkan dampak psikologis yang mendalam seperti kecemasan atau gangguan citra tubuh, depresi, stres, dan gangguan kesehatan mental lainnya.

Studi dari Sukmawati et al. (2021) mencakup berbagai bentuk bullying dan menegaskan bahwa perundungan dapat muncul dalam berbagai bentuk serta berdampak besar pada kesehatan psikologis dan emosional korban.

3. Diskriminasi

Secara umum, diskriminasi terjadi ketika kelompok dibedakan berdasarkan karakteristik seperti kelas sosial, ras, agama, atau suku bangsa. Istilah ini

menggambarkan kecenderungan kelompok mayoritas yang lebih kuat untuk memperlakukan kelompok minoritas yang lebih kecil dan lemah dengan cara yang tidak adil.

Diskriminasi kecantikan terhadap perempuan muncul akibat mitos kecantikan yang dibentuk oleh ideologi patriarki melalui media massa. Hal ini menciptakan standar kecantikan tertentu yang kemudian menimbulkan kesenjangan sosial terkait penilaian kecantikan perempuan (Maya Puspa Hapsari & Sunarto, 2022).

Penerimaan Diri (Self-Acceptance)

Menurut Kamus Lengkap Psikologi, Chaplin (2005) Penerimaan Diri (Self-Acceptance) adalah sikap puas terhadap diri sendiri, termasuk kualitas dan bakat yang dimiliki, serta kesadaran akan keterbatasan diri. Menurut Gayatri & Rahmasari (2022), penerimaan diri berarti seseorang menerima dirinya apa adanya, dengan segala kelebihan dan kekurangan. Proses ini membantu seseorang menjadi lebih terbuka terhadap pengalaman orang lain tanpa menghakimi. Selain itu, penerimaan diri juga berdampak signifikan pada kesehatan mental seseorang.

Neff dan Germer (2018) menguraikan serangkaian tahap dalam proses penerimaan diri yang ditempuh individu. Pada tahap pertama, yang disebut “resisting” individu berupaya menolak atau melawan perasaan yang muncul sebagai respons terhadap tekanan atau ketidaknyamanan. Selanjutnya, pada tahap “exploring” individu mulai merasakan ketidaknyamanan tersebut disertai rasa ingin tahu terhadap apa yang sebenarnya dirasakan.

Kemudian, pada tahap “tolerating” individu berusaha menahan dan mentolerir perasaan itu sambil terus bertahan dalam prosesnya. Pada tahap “allowing” perasaan-perasaan tersebut mulai diizinkan mengalir, dengan kesadaran bahwa semua perasaan bersifat sementara. Akhirnya, pada tahap “befriending” individu belajar mengambil pelajaran dari pengalaman emosional yang telah dialami, yang pada akhirnya mendukung pertumbuhan dan penerimaan diri secara menyeluruh.

Seni Lukis

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), seni didefinisikan sebagai kemampuan menciptakan karya yang bernilai tinggi, khususnya dilihat dari aspek estetika, kehalusan, dan kualitas lainnya. Menurut Soedarso Sp. (2002), seni lukis dapat diartikan sebagai ekspresi pengalaman artistik yang dituangkan ke dalam bidang dua dimensi melalui penggunaan garis dan warna. Sementara itu, menurut Wiratno (2018), seni lukis adalah aktivitas melukis di atas kanvas sebagai wujud ekspresi seorang seniman dalam menyampaikan ide dan perasaannya. Melukis bukan hanya sekadar menorehkan warna pada bidang datar menggunakan kuas, pisau palet, jari, atau alat semprot. Proses ini lebih dari sekadar aktivitas fisik; melukis adalah cara untuk menghadirkan kembali gagasan dan emosi sang pelukis melalui penggunaan teknik tertentu dengan bahan seperti cat atau pigmen pada permukaan datar.

Seni Kontemporer

Istilah kontemporer berarti “sewaktu; semasa; pada masa yang sama; pada masa kini” (Poerwadarminta, 2002). Sumartono (2000) menjelaskan bahwa “seni rupa kontemporer” di Indonesia memiliki dua makna utama, yaitu sebagai perpanjangan dari seni modern sekaligus sebagai bentuk sikap yang menolak modernisme. Istilah kontemporer lebih mengacu pada seni rupa yang menolak modernisme. Instalasi, performance art, dan karya-karya lain yang penuh dengan sindiran, kritik sosial, atau ekspresi keprihatinan, dipandang sebagai bentuk terkini dari evolusi seni rupa.

Dalam menciptakan karya seni rupa kontemporer, seniman memanfaatkan beragam media, teknik, dan elemen visual. Aliran dalam seni kontemporer cenderung lebih bebas, lintas disiplin, dan sering kali bersifat kritis terhadap isu-isu sosial, politik, budaya, bahkan institusi seni itu sendiri. Seringkali, hasil akhir dari karya justru berbeda dari gagasan awal, sehingga proses penciptaan menjadi aspek yang utama dalam karya kontemporer.

Mix Media

Mix media dalam seni rupa merujuk pada penggunaan berbagai material dan teknik dalam satu karya seni untuk menciptakan efek visual yang lebih kompleks dan

beragam. Menurut Gamble dan Hope (2010), mix media memungkinkan seniman untuk menggabungkan elemen-elemen yang berbeda, seperti cat, kertas, kain, kayu, atau bahkan objek tiga dimensi, guna memperkaya makna dan estetika karya.

Fenomenologi Tubuh dalam Seni

Fenomenologi adalah cabang filsafat yang mempelajari pengalaman subyektif manusia dan bagaimana dunia hadir dalam kesadaran kita. Salah satu tokoh penting dalam fenomenologi adalah Maurice Merleau-Ponty, yang menekankan peran tubuh sebagai pusat pengalaman manusia. Tubuh bukan hanya objek biologis, melainkan "tubuh yang hidup" (*le corps propre*), yaitu tubuh yang merasakan, mengalami, dan menjadi jembatan antara dunia luar dan dunia batin seseorang (Merleau-Ponty, 1945).

Dalam konteks seni, pendekatan fenomenologi terhadap tubuh memungkinkan seniman mengekspresikan pengalaman batin secara langsung melalui representasi tubuh. Tubuh bukan sekadar bentuk fisik, tetapi medan makna yang menyimpan luka, kenangan, trauma, dan penerimaan. Ketika tubuh divisualisasikan secara tidak utuh, hal itu bukan menunjukkan kehilangan, melainkan justru cara lain untuk menunjukkan kehadiran: kehadiran yang tidak kasatmata tapi terasa. Tubuh dalam seni kontemporer menjadi medan negosiasi makna, identitas, dan kekuasaan, di mana representasi tubuh yang tidak lengkap atau hanya berupa siluet dapat dibaca sebagai cara seniman mengungkapkan pengalaman personal yang kompleks (Jones, 1998).

KONSEP KARYA

Gagasan yang diambil pada karya ini berangkat dari pengalaman pribadi penulis sebagai seorang perempuan dengan kulit gelap yang tumbuh dalam masyarakat yang masih memegang kuat standar kecantikan tertentu. Pengalaman tersebut melahirkan rasa tidak percaya diri dan perasaan tidak diterima, yang kemudian berkembang menjadi pencarian makna mengenai penerimaan diri.

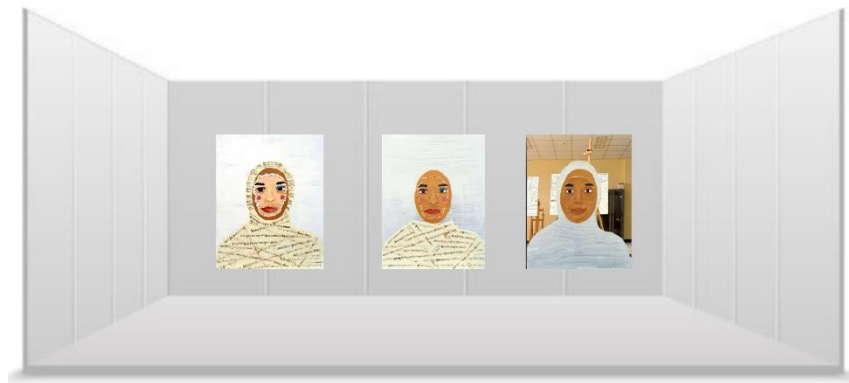
Untuk merepresentasikan proses tersebut, penulis memilih menggunakan medium kaca sebagai media utama. Kaca dipilih karena memiliki sifat transparan dan reflektif, yang secara simbolis menggambarkan bagaimana individu melihat dirinya sendiri dan bagaimana ia dipantulkan oleh pandangan sosial di sekitarnya. Selain itu, pemilihan kaca juga bertujuan agar audiens yang melihat karya dapat menangkap refleksi diri mereka sendiri melalui permukaan kaca. Dengan begitu, karya ini tidak hanya menjadi representasi personal penulis, tetapi juga mengundang audiens untuk berkaca dan menerima diri mereka sendiri sebagaimana adanya. Gagasan ini dituangkan dalam pesan utama karya: "Definisi kecantikan adalah dirimu sendiri, sebagaimana yang terlihat di permukaan kaca ini."

Jumlah karya yang ditampilkan berjumlah tiga sebagai representasi dari proses bertahap dalam perjalanan penulis menuju penerimaan diri. Angka tiga dipilih karena memiliki struktur naratif yang kuat, yaitu awal, tengah, dan akhir. Dalam konteks ini, karya pertama merepresentasikan kondisi ketidakpercayaan diri, karya kedua menggambarkan proses perjuangan untuk menerima diri, dan karya ketiga menunjukkan pencapaian terhadap penerimaan diri secara utuh. Tiga tahap ini juga selaras dengan pendekatan reflektif yang bertujuan mengajak audiens memahami bahwa perubahan dalam diri bukanlah proses yang instan, melainkan perjalanan emosional dan psikologis yang kompleks.

HASIL KARYA

Pengkaryaan Tugas Akhir ini menghasilkan tiga karya yang saling terhubung secara konsep maupun visual. Ketiganya merepresentasikan tahapan dalam proses penerimaan diri sebagai perempuan berkulit gelap. Setiap karya menggunakan medium utama kaca dengan tambahan elemen seperti tape, bayangan tubuh, bekas luka, dan riasan minor yang disusun secara simbolik berdasarkan pengalaman pribadi dan pencermatan terhadap tekanan sosial. Proses kreatif dalam pembuatan karya ini dilakukan dengan cara

menggali pengalaman pribadi dan perasaan yang pernah penulis alami. Semua itu kemudian dituangkan ke dalam simbol-simbol visual yang muncul dalam karya. Ketiga karya ditata sebagai satu kesatuan narasi, yang tidak hanya merefleksikan proses internal penulis, tetapi juga mengundang audiens untuk ikut berkaca pada diri mereka sendiri. Berikut adalah tampilan display karya akhir beserta penjelasan mengenai makna dan konsep dari masing-masing karya.



Gambar 1 Display ketiga karya
Sumber: Dokumentasi penulis (2025)

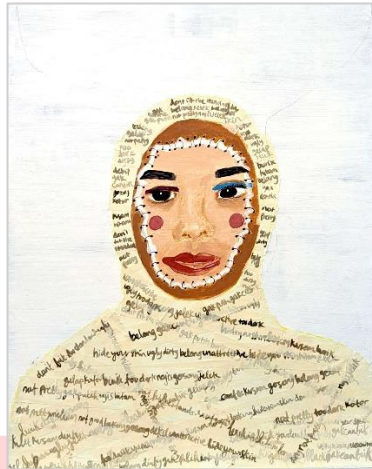
a. Karya 1

Judul: In The Skin I Live In: Where I Used To Be Dissapear

Tahun: 2025

Medium: Acrylic on Mirror

Ukuran: 70 x 90 cm



Gambar 2 Karya 1

Sumber: Dokumentasi pribadi (2025)

Karya ini merepresentasikan fase paling awal dalam perjalanan menuju penerimaan diri—tahap yang sering dipenuhi kebingungan, ketidaknyamanan, dan penolakan terhadap tubuh sendiri. Terinspirasi dari pengalaman pribadi penulis sebagai perempuan berkulit gelap yang tumbuh dalam lingkungan yang menjunjung tinggi kulit putih sebagai standar kecantikan, karya ini menggambarkan sosok individu yang merasa asing terhadap warna kulitnya sendiri. Tubuhnya dianggap tidak cukup, tidak sesuai, dan harus diubah demi diterima oleh lingkungan sosial.

Wajah dalam lukisan ini dijahit kulit putih, sebagai simbol dari upaya menyakitkan untuk “fit in” dengan standar kecantikan dominan. Jahitan itu bukan hasil pilihan, melainkan bentuk tekanan sosial dan rasa ingin diterima yang begitu kuat hingga membuat individu merasa perlu mengubah identitas fisiknya. Tape yang menutupi bagian kepala hingga setengah tubuh memuat komentar diskriminatif seperti “terlalu hitam”, “nggak cantik”, “don’t fit the standard”, dan “kotor”, pernyataan yang tampak sepele bagi pelontarnya, tetapi menyisakan luka mendalam bagi penerimanya.

Di bagian wajah, makeup seperti eyeshadow dan lipstik menor digunakan secara berlebihan. Riasan ini menjadi simbol keterpaksaan untuk menutupi jati diri agar tampak “layak”. Ia menjadi topeng yang dipakai agar diterima, meski di baliknya tersimpan

kelelahan dan luka yang tidak tampak. Ini mencerminkan konflik antara keinginan untuk terlihat cukup dan keinginan untuk jujur pada diri sendiri.

Latar putih yang mengelilingi kaca tidak menggambarkan ketenangan, melainkan keterasingan. Ia menciptakan ruang kosong yang sunyi, tanpa identitas, di mana refleksi diri belum terlihat. Pada tahap ini, individu masih dalam fase resisting dan exploring, belum mampu mengenali dirinya sendiri secara fisik maupun emosional. Melalui karya ini, penulis ingin menggambarkan individu yang belum mampu berdamai dengan dirinya. Ia masih terjebak dalam tekanan sosial dan keinginan untuk menjadi seperti yang dianggap ideal, meski dalam prosesnya, ia perlahan mulai menyadari betapa menyakitkannya menolak diri sendiri.

b. Karya 2

Judul: In The Skin I Live In: Where I Begin To Stay

Tahun: 2025

Medium: Acrylic on Mirror

Ukuran: 70 x 90 cm



Gambar 3 Karya 2

Sumber: Dokumentasi pribadi (2025)

Karya kedua merepresentasikan fase transisi dalam perjalanan menuju penerimaan diri—saat individu mulai berhenti melawan dan perlahan belajar untuk tinggal dalam tubuhnya sendiri, meski luka masih ada. Dalam karya ini, tape yang

menutupi bagian kepala mulai mengelupas, menandakan bahwa suara dan identitas diri mulai muncul ke permukaan. Namun, dari pundak ke bawah, tape berisi komentar negatif masih melekat, mencerminkan bahwa pengaruh standar kecantikan eksternal belum sepenuhnya hilang.

Bekas jahitan putih di wajah kini mulai terlepas, tetapi jejaknya masih tertinggal. Luka dari usaha menyatu dengan standar dominan itu tidak serta-merta hilang, melainkan tetap membekas sebagai bagian dari pengalaman. Riasan makeup masih digunakan, menunjukkan bahwa kebutuhan untuk “menutupi” diri belum sepenuhnya hilang. Namun kali ini, makeup tersebut hadir dengan kesadaran yang lebih besar—bukan lagi semata untuk menyenangkan orang lain, melainkan sebagai bagian dari proses bertahan dan perlahan menerima.

Kaca dalam karya ini juga berubah. Warna putih yang sebelumnya mendominasi kini mulai memudar dan tampak seperti kabut tipis. Ia masih ada, namun tidak lagi membungkus sepenuhnya. Bayangan ini menjadi simbol bahwa trauma belum hilang, tetapi ruang untuk melihat dan mengenali diri perlahan mulai terbuka.

Melalui karya ini, penulis ingin menggambarkan fase tolerating dan allowing, yaitu ketika seseorang mulai memberi ruang bagi emosinya sendiri. Ia mulai membiarkan dirinya merasa, mengakui kelelahan yang ada, dan perlahan berdamai dengan tubuh yang dulu ia anggap sebagai beban. Penerimaan tidak datang seketika, namun tumbuh perlahan di antara sisa-sisa luka yang masih terasa.

c. Karya 3

Judul: In The Skin I Live In: Where I Finally Arrived

Tahun: 2025

Medium: Acrylic on Mirror

Ukuran: 70 x 90 cm



Gambar 4 Karya 3

Sumber: Dokumentasi pribadi (2025)

Karya ketiga menandai fase akhir dalam perjalanan menuju penerimaan diri, saat individu tidak lagi menyembunyikan, tidak lagi menyesuaikan diri secara paksa, dan mulai menerima dirinya apa adanya. Tidak ada lagi tape, komentar negatif, atau makeup tebal yang menjadi topeng. Wajah kini tampil polos, tidak untuk membuktikan apa pun, tetapi sebagai bentuk kejujuran terhadap diri sendiri. Bekas luka jahitan putih masih terlihat samar, namun mulai memudar, menunjukkan bahwa luka masa lalu tidak disangkal keberadaannya, melainkan mulai diterima sebagai bagian dari perjalanan hidup.

Kaca dalam karya ini juga berubah. Ia tampak bersih dan jernih, menciptakan ruang yang tenang dan terbuka. Warna putih yang sebelumnya mendominasi kini menghilang, namun masih menyisakan bayangan samar berbentuk siluet tubuh. Bayangan ini menjadi pengingat bahwa pengalaman dan luka masa lalu tidak sepenuhnya hilang, tetapi kini hadir tanpa membebani. Kaca tetap mempertahankan sifat reflektifnya, memungkinkan penonton melihat bayangan dirinya sendiri dengan jelas. Pantulan ini menjadi ajakan untuk melihat dan menerima diri, seolah menyampaikan bahwa definisi cantik adalah sosok yang sedang berdiri di hadapan cermin itu.

Melalui karya ini, penulis ingin menggambarkan fase befriending dalam proses penerimaan diri, saat tubuh tidak lagi dianggap sebagai musuh, melainkan sebagai teman yang tumbuh bersama dengan luka, pengalaman, dan ketidaksempurnaan. Ini bukan

tentang menghapus masa lalu, tetapi tentang menerima dan melanjutkan hidup bersamanya. Karya ini tidak hanya menjadi ekspresi personal, tetapi juga mengajak setiap orang yang melihatnya untuk berkaca, secara fisik dan emosional. Untuk melihat diri dengan lebih jujur dan perlahan belajar bahwa menjadi diri sendiri, dengan segala perjalanan dan luka yang ada, adalah bentuk kecantikan yang sesungguhnya.

KESIMPULAN

Melalui Tugas Akhir ini, penulis merefleksikan perjalanan emosional dalam menghadapi tekanan sosial yang berkaitan dengan standar kecantikan, khususnya yang menjadikan warna kulit sebagai tolok ukur estetika. Tiga karya lukis yang dihasilkan merepresentasikan tahapan yang dilalui penulis dalam proses menuju penerimaan diri, dimulai dari perasaan rendah diri dan konflik batin, hingga akhirnya mampu menerima dan berdamai dengan diri sendiri.

Kaca dipilih sebagai media utama tidak hanya karena sifat visualnya yang unik, tetapi juga karena makna simboliknya. Sifat reflektif dan transparan kaca mencerminkan bagaimana individu memandang dirinya sendiri dan bagaimana masyarakat menilai penampilan seseorang. Simbol-simbol seperti potongan kulit putih, kata-kata ejekan, dan tubuh yang tidak utuh digunakan untuk menggambarkan dampak psikologis dari standar kecantikan yang diskriminatif, standar yang menekan keberagaman dan mendorong individu untuk mengubah diri demi diterima secara sosial.

Pengkaryaannya ini tidak hanya berfungsi sebagai ekspresi pribadi, tetapi juga sebagai bentuk kritik sosial terhadap konstruksi kecantikan yang tidak inklusif. Diharapkan karya ini dapat menjadi ruang reflektif bagi audiens, untuk mempertanyakan kembali sistem nilai yang berlaku, serta membangun pemahaman dan penerimaan terhadap keberagaman bentuk tubuh dan warna kulit sebagai realitas yang layak dihargai.

DAFTAR PUSTAKA (Capital, Bold, 12pt, single spacing)**Buku:**

Ades, D. (1990). Dali. Thames and Hudson.

Adorno, T. W., & Horkheimer, M. (2002). *Dialectic of Enlightenment: Philosophical Fragments* (E. Jephcott, Trans.). Stanford University Press. (Original work published 1947)

Grogan, S. (2016). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children* (3rd ed.). Routledge.

Poerwadarminta, W. J. S. (2002). *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Pusat Bahasa, Departemen Pendidikan Nasional, Balai Pustaka.

Saraswati, L. A. (2017). *Putih: Warna kulit, ras, dan kecantikan di Indonesia transnasional*. Marjin Kiri.

Soedarso Sp. (1990). *Seni Lukis: Sebuah Pengantar*. Jakarta: PT Gramedia.

Sumatono, (2000). *Peran Kekuasaan Dalam Seni Rupa Kontemporer Yogyakarta*. Dalam *Outlet: Yogya Dalam Peta Seni Rupa Kontemporer Indonesia*. Yayasan Seni Cemeti.

Jurnal:

Anjani, N., Alejendra, A., Alvaro, A. R., Mahardika, A., & Prasetyo, H. (2024). Pengaruh negatif standar kecantikan dalam media sosial terhadap citra diri remaja perempuan. *Kultura: Jurnal Ilmu Hukum, Sosial, dan Humaniora*, 2(7), 366–372. Retrieved from <https://jurnal.kolibi.org/index.php/kultura/article/view/1908>

Asnawi, M. H. (2019). Pengaruh Perundungan Terhadap Perilaku Mahasiswa. *Jurnal Sinestesia*, 9(1), 33–39. <https://sinestesia.pustaka.my.id/journal/article/view/46>

Fardouly, J., Magson, N. R., Johnco, C. J., Oar, E. L., & Rapee, R. M. (2018). Parental control of the time preadolescents spend on social media: Links with preadolescents' social media appearance comparisons and mental health. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(7), 1456–1468. <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0870-1>

Li, E. P., Min, H. J., Belk, R. W., Kimura, J., & Bahl, S. (2008). Skin lightening and beauty in four Asian cultures. In A. Y. Lee & D. Soman (Eds.), *NA—Advances in Consumer Research* (Vol. 35, pp. 444-449). Association for Consumer Research. Retrieved from <http://www.acrwebsite.org/volumes/13415/volumes/v35/NA-35>

Saraswati, L. A. (2010). Cosmopolitan whiteness: The effects and affects of skin-whitening advertisements in a transnational women's magazine in Indonesia. *Meridians: Feminism, Race, Transnationalism*, 10(2), 15-41. <https://doi.org/10.2979/meridians.2010.10.2.15>

Yan, Y., & Bissell, K. (2014). The globalization of beauty: How is ideal beauty influenced by globally published fashion and beauty magazines? *Journal of Intercultural Communication Research*, 43(3), 194-214. <https://doi.org/10.1080/17475759.2014.917432>

Website:

Feely, T. (2020, December 18). Mazhab Frankfurt: Pengantar Sejarah dan Teori Kritis. Feelsafat. <https://feelsafat.com/2020/12/mazhab-frankfurt-pengantar-sejarah-dan-teori-kritis.html>

ZAP & MarkPlus Insight. (2020). ZAP Beauty Index 2020. ZAP. https://zapclinic.com/files/ZAP_Beauty_Index_Agustus_2019.pdf

ZAP & MarkPlus Insight. (2024). ZAP Beauty Index 2024. ZAP. https://zapclinic.com/files/ZAP_Beauty_Index_2024.pdf

