

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Kenyataan pahit mengenai adanya perlakuan meremehkan terhadap profesi seniman terekam secara jelas berdasarkan data lapangan melalui hasil wawancara dengan para pelukis di Kabupaten Tulungagung, Jawa Timur. Sebagai wilayah suburban yang sedang berkembang dengan sektor perdagangan, agrobisnis, dan kerajinan industri yang kuat, sebagian besar masyarakat Tulungagung secara sosiokultural memiliki pola pikir yang praktis dan berorientasi pada hasil nyata. Dalam pandangan umum masyarakat lokal, keberhasilan seseorang diukur secara instan dari kepemilikan materi yang jelas, rumah yang mapan, atau keterikatan kerja pada instansi pemerintah, seperti menjadi Pegawai Negeri Sipil (PNS).¹ Di tengah kepungan nilai lingkungan yang bercorak praktis-ekonomis ini, profesi pelukis kerap dinegasikan dan dianggap sekadar aktivitas menganggur yang tidak menjanjikan masa depan. Tantangan psikososial tersebut dirasakan jauh lebih berat bagi para seniman lukis alumni pendidikan tinggi seni. Alih-alih diapresiasi sebagai tenaga ahli yang memiliki basis keilmuan tinggi, dedikasi akademis mereka justru sering dinilai "sia-sia" oleh warga sekitar karena tidak bekerja di kantor dengan seragam rapi, sebuah situasi yang diperparah oleh langkanya galeri seni *mainstream* di daerah tersebut.

Ketiadaan ruang apresiasi ini memicu tindakan diskriminasi verbal yang bervariasi dalam kehidupan sehari-hari, mulai dari devaluasi proses berkarya hingga skeptisisme finansial. Sebagai contoh, dalam kategori penyepelan proses kreatif, informan GO menceritakan pengalamannya saat sedang melukis langsung di tempat terbuka (*on the spot*), di mana aktivitas

¹ Gatut A R I Susanto, Drs Bambang Hariyanto, and M Pd, 'Aanalisis Arah Dan Tingkat Perkembangan Wilayah Kabupaten Tulungagung', *Swara Bhumi*, vol.5 (2017), pp. 67–73 <<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/swara-bhumi/issue/view/13>>.

profesionalnya justru dianggap sebagai kegiatan santai yang tidak berguna melalui komentar awam: *"nyapo toh neng pantai santai-santai mek uwer-uwer tok nggambar ngono kuwi dinggo opo toh?"*. Ungkapan *"mek uwer-uwer tok"* (hanya mencoret-coret saja) merefleksikan bentuk *microinsult* yang mereduksi kerja keras intelektual seniman. Tidak hanya itu, aspek finansial pun kerap dipertanyakan secara skeptis, seperti yang dialami informan SG di studionya ketika menerima pertanyaan: *"Orang masih ada lho yang tanya. Negeki opo payu?"*. Pertanyaan apakah karya tersebut laku mencerminkan tuntutan instan masyarakat terhadap hasil materi. Lebih jauh lagi, karena ritme kerja seniman yang fleksibel di dalam rumah, mereka rentan digunjingkan sebagai kelompok pemalas, sebagaimana dipaparkan oleh informan LB: *"...Lha kadang komentar sing ra penak ngono kuwi mungkin tonggoku okeh. 'Cah kae pagaweane ben isuk mek turu ora kerjo'. Ngono kuwi, kuwi ngertine tonggoku ngono kuwi kabeh"*.

Sederet gunjingan dan komentar meremehkan yang dialami oleh para seniman di Tulungagung tersebut, dalam kajian psikologi sosial dikenal sebagai fenomena *microaggression*. Berbeda dengan bentuk diskriminasi atau penghinaan yang dilakukan secara terbuka dan kasar, *microaggression* justru muncul secara halus, samar, dan sering kali tidak disadari dalam interaksi sehari-hari yang tampak normal, seperti ujaran santai atau gurauan di tengah obrolan tetangga.² Pelaku umumnya tidak berniat buruk, melainkan berbicara berdasarkan stereotip sosial yang mengaitkan kata "kerja" dengan atribut formal yang kasat mata seperti jam kantor yang pasti, seragam, dan slip gaji bulanan yang stabil yang cenderung lebih mudah mendapatkan legitimasi serta posisi terhormat di masyarakat modern. Ketegangan nilai antara pilihan karier seniman dan ekspektasi masyarakat ini diperkuat oleh temuan ilmiah dari Maulida, Aulia, dan Filmuslim, yang menunjukkan bahwa institusi terkecil seperti orang tua pun masih menaruh

² D W Sue and L Spanierman, *Microaggressions in Everyday Life* (Wiley, 2020) <<https://books.google.co.id/books?id=RNbVDwAAQBAJ>>.

keraguan besar terhadap dunia seni karena dianggap fluktuatif, spekulatif, dan tidak menjamin stabilitas finansial. Akibatnya, struktur sosial secara masif mengarahkan generasi muda ke jalur karier konvensional (PNS, tentara, dokter, karyawan swasta) dan melahirkan stigma kolektif yang memosisikan seniman di bawah profesi kantoran formal.³

Meskipun sering dianggap sepele, dampak psikologis dari paparan *microaggression* yang konsisten ini sangat nyata, bersifat akumulatif, dan menguras energi mental yang besar. Penelitian oleh Kim dan Meister terhadap pekerja bidang STEM membuktikan bahwa tekanan lingkungan seperti ini dapat menurunkan rasa percaya diri, mengganggu kenyamanan karier, serta memicu stres emosional yang tinggi.⁴ Selaras dengan hal tersebut, Hall dan Fields menjelaskan bahwa perlakuan merendahkan terselubung bertindak sebagai mikrostresor harian yang jika diterima terus-menerus dapat mengikis harga diri (*self-esteem*) serta menimbulkan kelelahan emosional yang signifikan.⁵ Agar kondisi mental mereka tidak mengalami kecemasan berlebih, setiap manusia secara naluriah akan mengaktifkan sistem pertahanan psikologis. Konsep yang awalnya diperkenalkan oleh Sigmund Freud dan dikembangkan oleh Anna Freud ini dikenal sebagai mekanisme pertahanan diri (*defense mechanism*), yaitu strategi internal untuk mereduksi ketegangan emosional dan menjaga keseimbangan mental saat menghadapi situasi lingkungan yang tidak menyenangkan.⁶

³ Andini Rastya Maulida, Nadia Aulia, and Fitarbiyati Filmuslim, 'Persepsi Orang Tua Siswa Sekolah Dasar Terhadap Profil Seniman Dan Pendidik Seni', 4.1 (2025), pp. 53–78, doi:<https://doi.org/10.21831/sungging.v4i1.87471>.

⁴ Jennifer Y Kim and Alyson Meister, 'Microaggressions , Interrupted : The Experience and Effects of Gender Microaggressions for Women in STEM', *Journal of Business Ethics*, 185.3 (2023), pp. 513–31, doi:10.1007/s10551-022-05203-0.

⁵ Joanne M Hall and Becky Fields, "'It's Killing Us!'" Narratives of Black Adults About Microaggression Experiences and Related Health Stress.', *Global Qualitative Nursing Research*, 2 (2015), pp. 1–14, doi:10.1177/2333393615591569.

⁶ Anna Freud, *The Ego and the Mechanisms of Defence* (Karnac Books, 1936).

Bagi seorang seniman, aktivitas berkarya itu sendiri memiliki makna yang sangat mendalam sebagai bentuk aktualisasi diri dan media komunikasi yang menjembatani dunia personal mereka dengan masyarakat, sehingga proses penciptaan lukisan tidak hanya mengandalkan keterampilan teknis melainkan melibatkan pergulatan batin yang dalam. Menariknya, mekanisme pertahanan diri para seniman ini sering kali termanifestasi dalam bentuk yang sangat khas dan produktif melalui aktivitas kreatif tersebut. Tekanan psikologis atau rasa kecewa karena profesinya diremehkan tidak dibalas dengan kemarahan verbal atau konflik terbuka, melainkan dialihkan menjadi energi utama dalam proses pembuatan karya seni di atas kanvas. Dalam teori psikoanalisis, proses mengubah dorongan atau emosi negatif menjadi sebuah aktivitas baru yang bermanfaat dan memiliki nilai estetika tinggi ini disebut sebagai *sublimation*.⁷ Melalui sublimasi dalam kegiatan melukis, seniman tidak hanya melakukan pelepasan emosi, tetapi juga membangun pelindung psikologis yang membantu mereka menegaskan kembali identitas profesional serta membuktikan eksistensi diri mereka lewat karya yang nyata.

Meskipun dinamika menjaga kesehatan mental dan resiliensi ini sangat krusial bagi keberlangsungan hidup serta produktivitas para pekerja kreatif, penelitian mengenai topik *microaggression* masih memiliki celah akademik yang cukup lebar. Sejauh ini, sebagian besar penelitian ilmiah tentang mikroagresi masih sangat berpusat pada isu perbedaan gender di dunia kerja, diskriminasi etnis, atau tekanan emosional pada profesi-profesi formal di perusahaan besar. Sebaliknya, penelitian yang secara khusus melihat bagaimana para seniman murni bertahan, mengelola emosi negatif, dan mempertahankan konsistensi berkarya di tengah gempuran komentar meremehkan dalam kehidupan bermasyarakat suburban masih sangat jarang dilakukan. Terdapat kesenjangan teoretis dan empiris yang nyata antara

⁷ G J Fest, J Feist, and T A Roberts, *Theories of Personality* (McGraw-Hill Education, 2020) <<https://books.google.co.id/books?id=V-NpEQAAQBAJ>>.

besarnya tekanan sosiokultural yang dihadapi seniman akademik di daerah berkembang seperti Tulungagung, dengan ketersediaan literatur yang memotret mekanisme pertahanan diri spesifik mereka. Oleh karena itu, penelitian dengan pendekatan kualitatif fenomenologis ini menjadi sangat urgen dan penting untuk dilakukan. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk menggali secara mendalam dari sudut pandang subjektif seniman itu sendiri mengenai bagaimana mereka mengartikan pengalaman diremehkan tersebut dan bagaimana struktur mental mereka bekerja untuk tetap bertahan hidup dan berkarya. Berdasarkan seluruh urutan dinamika tersebut, fokus utama dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mengeksplorasi secara mendalam bagaimana mekanisme pertahanan diri yang digunakan oleh seniman lukis di Kabupaten Tulungagung dalam menghadapi tindakan *microaggression* terhadap profesi mereka. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh gambaran psikologis yang utuh, jelas, dan objektif mengenai cara para seniman menjaga konsistensi berkarya dan resiliensi mental mereka di tengah lingkungan sosiokultural masyarakat yang belum sepenuhnya memahami nilai intelektual serta esensi dari profesi seni rupa akademik.

B. Fokus dan Pertanyaan Penelitian

Penelitian ini menitikberatkan pada mekanisme pertahanan diri yang digunakan seniman dalam menghadapi *microaggression* terhadap profesinya. Cakupan penelitian meliputi seniman yang terus berkarya di lingkungan sosial dengan pandangan konvensional terhadap dunia seni. Tujuan utamanya adalah menelaah pengalaman subjektif seniman ketika berhadapan dengan komentar, sikap, atau perlakuan yang merendahkan profesi mereka dan mengidentifikasi bentuk-bentuk mekanisme pertahanan diri yang muncul sebagai respons atas *microaggression* tersebut serta memahami makna yang mereka berikan terhadap pengalaman itu dalam kehidupan personal maupun profesional. Proses pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dengan sejumlah seniman yang

mengalami kondisi serupa, sehingga dapat dipahami secara fenomenologis bagaimana mereka merancang strategi psikologis untuk menjaga harga diri dan identitas profesinya di tengah tekanan sosial yang bersifat halus namun terus berulang.

Pertanyaan penelitian dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana pengalaman subjektif seniman dalam menghadapi komentar, sikap, atau perlakuan yang meremehkan profesi seni?
2. Apa saja bentuk mekanisme pertahanan diri yang digunakan seniman sebagai respons terhadap *microaggression* yang dialami?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui pengalaman subjektif seniman dalam menghadapi komentar, sikap, atau perlakuan yang meremehkan profesinya.
2. Mengetahui bentuk mekanisme pertahanan diri yang digunakan seniman sebagai respons terhadap *microaggression* yang dialami.

D. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang signifikan bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi klinis, psikologi sosial, dan psikologi seni, dengan menyoroti bagaimana seniman memanfaatkan mekanisme pertahanan diri dalam menghadapi *microaggression* terhadap profesinya. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memperluas pemahaman teoretis mengenai keterkaitan antara pengalaman sosial, identitas profesi, dan strategi pertahanan diri individu dalam menghadapi tekanan psikologis yang bersifat halus namun berulang. Selain itu, temuan penelitian ini juga berpotensi menjadi acuan bagi studi-studi berikutnya yang menitikberatkan pada dinamika psikologis kelompok profesi kreatif, sekaligus memperkaya kajian tentang peran seni sebagai sarana menjaga keseimbangan emosional dan ketahanan diri.

2. Kegunaan Praktis

a. Bagi Seniman

Penelitian ini dapat menjadi sarana refleksi bagi seniman dalam memahami cara mereka merespons komentar maupun perlakuan *microaggression* terhadap profesinya. Temuan yang diperoleh diharapkan membantu seniman mengenali berbagai mekanisme pertahanan diri yang selama ini digunakan, baik secara sadar maupun tidak, sehingga dapat memperkuat kesadaran diri sekaligus meningkatkan ketahanan psikologis ketika menghadapi tekanan sosial yang meremehkan profesi seni.

b. Bagi Psikolog dan Praktisi Kesehatan Mental

Hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi psikolog dan praktisi kesehatan mental mengenai dinamika emosional yang dialami seniman sebagai kelompok yang rentan terhadap *microaggression*. Pengetahuan tersebut dapat dimanfaatkan untuk merancang intervensi psikologis yang lebih empatik, sesuai konteks, dan relevan dengan karakteristik individu kreatif, terutama dalam mendukung mereka membangun strategi pertahanan diri yang lebih adaptif.

c. Bagi Dunia Pendidikan, khususnya Psikologi dan Seni

Penelitian ini berpotensi menjadi rujukan bagi mahasiswa maupun akademisi dalam mengkaji hubungan antara tekanan sosial, identitas profesi, dan mekanisme pertahanan diri pada individu kreatif. Selain itu, hasil penelitian ini dapat memperkaya diskursus akademik mengenai bagaimana pendidikan seni dan psikologi dapat saling melengkapi dalam menumbuhkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental bagi para pelaku seni.

d. Bagi Masyarakat Umum

Penelitian ini diharapkan mampu membuka pemahaman masyarakat mengenai realitas sosial yang dihadapi seniman,

terutama terkait bentuk-bentuk *microaggression* yang sering tidak disadari namun berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka. Dengan demikian, penelitian ini dapat menumbuhkan sikap empatik serta apresiatif terhadap profesi seni sebagai bentuk kerja dan ekspresi diri yang memiliki nilai sosial, emosional, dan kultural yang signifikan.

E. Penegasan Istilah

Istilah utama dalam penelitian ini adalah mekanisme pertahanan diri dan *microaggression*. Mekanisme pertahanan diri dapat dipahami sebagai proses mental yang biasanya terjadi secara tidak sadar, di mana seseorang berusaha melindungi dirinya dari rasa cemas, konflik batin, atau tekanan dari luar. Cara kerja mekanisme ini adalah dengan mengubah atau menata kembali cara pandang, pikiran, dan emosi agar lebih mudah diterima, sehingga membantu menjaga keseimbangan psikologis, mengurangi stres, dan mempertahankan rasa utuh dalam diri.⁸ Sementara itu, *microaggression* adalah bentuk komunikasi baik berupa ucapan, gerakan, maupun tindakan yang tampak sederhana, singkat, dan sering kali tidak disadari, tetapi sebenarnya menyampaikan sikap merendahkan, meremehkan, atau menyinggung kelompok tertentu yang sering dipinggirkan dalam masyarakat.⁹

⁸ G E Vaillant and A P A Meeting, *Ego Mechanisms of Defense: A Guide for Clinicians and Researchers* (American Psychiatric Press, 1992) <<https://books.google.co.id/books?id=ZABas1ynLJkC>>.

⁹ Gina C Torino and others, *Microaggression Theory: Influence and Implications* (John Wiley & Sons, 2019) <<https://books.google.co.id/books?id=u6JtDwAAQBAJ&lpg=PR4&hl=id&pg=PR1#v=onepage&q&f=false>>.