

## **Visualisasi Ketidakpercayaan Diri akibat Perundungan Verbal Melalui Seni Lukis *Mix Media***

**Fatimah Azzahra<sup>1</sup> Desy Sugianti<sup>2</sup> Saut Mangihut Marpaung<sup>3</sup>**

Universitas Negeri Jakarta, Jakarta, Indonesia<sup>1,2,3</sup>

Email: [fatimahazzahra1203@gmail.com](mailto:fatimahazzahra1203@gmail.com)<sup>1</sup> [desy.sugianti@unj.ac.id](mailto:desy.sugianti@unj.ac.id)<sup>2</sup>  
[sautmangihutmarpaung@unj.ac.id](mailto:sautmangihutmarpaung@unj.ac.id)<sup>3</sup>

### **Abstrak**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tingginya kasus perundungan verbal yang berdampak pada kondisi psikologis individu, khususnya ketidakpercayaan diri. Pengalaman menerima hinaan, ejekan, dan pelabelan negatif secara berulang dapat membentuk citra diri yang buruk dan memengaruhi interaksi sosial individu. Penelitian ini bertujuan untuk memvisualisasikan ketidakpercayaan diri akibat perundungan verbal melalui penciptaan karya seni lukis *mix media*. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode *practice-led research* yang menempatkan proses penciptaan karya sebagai inti penelitian. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, studi pustaka, wawancara, dokumentasi, dan kegiatan magang artistik. Analisis data dilakukan secara reflektif berdasarkan aspek konseptual, visual, dan operasional dalam proses penciptaan karya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman psikologis akibat perundungan verbal dapat direpresentasikan melalui pendekatan semi figuratif dengan penggunaan simbol metaforis, deformasi bentuk, tekstur, serta eksplorasi warna dan material *mix media*. Penggunaan teknik *sculpting* semi tiga dimensi turut memperkuat representasi tekanan batin dan rasa tidak percaya diri pada karya. Penelitian ini menyimpulkan bahwa seni lukis *mix media* dapat menjadi media ekspresif untuk merepresentasikan pengalaman emosional sekaligus sarana refleksi terhadap isu sosial dan psikologis dalam konteks pendidikan seni rupa kontemporer.

**Kata Kunci:** Perundungan Verbal, Ketidakpercayaan Diri, Seni Lukis Mix Media, Visualisasi Emosional



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

### **INTRODUCTION**

Perundungan verbal merupakan bentuk kekerasan psikologis yang dilakukan melalui ejekan, hinaan, pelabelan negatif, maupun ucapan merendahkan yang dilakukan secara berulang dan dapat memengaruhi kondisi emosional individu (Pavytha, 2025). Fenomena ini masih menjadi persoalan yang relevan karena banyak dialami oleh remaja pada lingkungan sosial maupun pendidikan. Data *Global School-based Student Health Survey* menunjukkan bahwa 32,03% remaja di 65 negara pernah mengalami perundungan, dengan bentuk verbal sebagai jenis yang paling dominan sebesar 66,36% (Man et al., 2022). Di Indonesia, tingginya kasus perundungan turut menunjukkan bahwa dampak psikologis akibat kekerasan verbal masih menjadi isu yang perlu mendapat perhatian. Salah satu dampak yang sering muncul adalah ketidakpercayaan diri, yang ditandai dengan munculnya rasa minder, kecemasan sosial, dan penilaian negatif terhadap diri sendiri akibat internalisasi ucapan dari lingkungan sekitar (Ibrahim et al., 2024). Pengalaman psikologis akibat perundungan verbal dapat memengaruhi cara individu memandang dirinya sendiri serta membatasi kemampuan untuk berinteraksi secara sosial. Ujaran negatif yang diterima secara terus-menerus berpotensi membentuk citra diri yang buruk dan menimbulkan tekanan emosional pada korban (Mahira & Yuliana, 2023). Dalam konteks seni rupa, pengalaman emosional tersebut dapat diolah menjadi media ekspresi visual melalui simbol, metafora, warna, maupun tekstur yang merepresentasikan kondisi psikologis tertentu. Seni lukis *mix media* dipilih karena mampu menghadirkan eksplorasi material dan visual yang lebih beragam dalam menyampaikan pengalaman batin secara ekspresif dan personal.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini berfokus pada pertanyaan: bagaimana ketidakpercayaan diri akibat perundungan verbal divisualisasikan melalui penciptaan karya seni lukis *mix media*? Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan konsep penciptaan, karakter visual, dan eksplorasi medium *mix media* dalam merepresentasikan pengalaman psikologis akibat perundungan verbal. Proses penciptaan dilakukan melalui pendekatan semi figuratif dengan pengolahan unsur visual seperti deformasi bentuk, penggunaan tekstur, simbol metaforis, serta eksplorasi warna untuk membangun representasi emosional pada karya. Penelitian terdahulu umumnya membahas perundungan dari aspek sosial, psikologis, maupun media kampanye visual, sementara kajian penciptaan seni lukis yang secara khusus mengangkat ketidakpercayaan diri akibat perundungan verbal melalui pendekatan *mix media* masih terbatas (Faruq et al., 2023; Zuraida et al., 2024). Oleh karena itu, penelitian ini memiliki relevansi dalam bidang pendidikan seni rupa karena memberikan kontribusi pada pengembangan praktik penciptaan artistik berbasis pengalaman personal dan isu sosial. Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa seni rupa tidak hanya berfungsi sebagai media estetis, tetapi juga sebagai sarana refleksi, komunikasi emosional, dan representasi pengalaman psikologis melalui pendekatan visual kontemporer.

## RESEARCH METHODS

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode *practice-led research* yang menempatkan proses penciptaan karya seni sebagai bagian utama penelitian (Moerdisuroso & Kherid, 2020). Metode ini digunakan untuk mengolah pengalaman psikologis akibat perundungan verbal ke dalam bentuk visual melalui seni lukis *mix media*. Objek penelitian berupa proses penciptaan karya seni lukis yang merepresentasikan ketidakpercayaan diri akibat perundungan verbal, sedangkan subjek penelitian meliputi perupa sebagai sumber pengalaman personal, narasumber ahli di bidang seni rupa, serta seniman yang dipilih berdasarkan relevansi praktik artistik dan pendekatan visual terhadap tema emosional dan psikologis. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, studi pustaka, wawancara, dokumentasi, dan kegiatan magang artistik. Observasi dilakukan terhadap fenomena perundungan verbal serta referensi visual yang berkaitan dengan ekspresi emosional dalam seni rupa. Studi pustaka digunakan untuk memperoleh data konseptual mengenai perundungan verbal, ketidakpercayaan diri, dan pendekatan seni lukis *mix media* (Graciela & Moerdisuroso, 2023; Rimes et al., 2023). Wawancara dilakukan dengan narasumber ahli dan seniman untuk memperoleh masukan terkait pengembangan konsep, visual, dan teknik penciptaan karya. Selain itu, dokumentasi dilakukan pada proses eksplorasi medium, eksperimen visual, dan tahapan penciptaan karya secara bertahap. Analisis data dilakukan secara kualitatif melalui pengelompokan dan interpretasi data berdasarkan aspek konseptual, visual, dan operasional dalam proses penciptaan karya. Data hasil observasi, wawancara, studi pustaka, dan eksplorasi artistik dianalisis secara reflektif untuk menentukan simbol visual, penggunaan material, komposisi, warna, dan tekstur yang sesuai dengan tema psikologis yang diangkat. Proses analisis dilakukan secara berulang selama tahap eksplorasi hingga perwujudan karya sehingga hasil penelitian diwujudkan tidak hanya dalam bentuk deskriptif, tetapi juga melalui karya seni lukis *mix media* sebagai representasi visual pengalaman ketidakpercayaan diri akibat perundungan verbal.

## RESEARCH RESULTS AND DISCUSSION

Perundungan verbal menjadi *subject matter* utama dalam penciptaan karya seni lukis ini karena pengalaman menerima ejekan, hinaan, dan pelabelan negatif secara berulang dapat memengaruhi kondisi psikologis individu, khususnya munculnya ketidakpercayaan diri.

*Subject matter* tersebut dipilih berdasarkan relevansinya terhadap fenomena sosial yang masih sering terjadi di lingkungan remaja dan memiliki dampak emosional jangka panjang. Dalam penciptaan karya, pengalaman psikologis tersebut diterjemahkan ke dalam bentuk visual semi figuratif melalui simbol metaforis, deformasi bentuk tubuh, ekspresi wajah, serta penggunaan elemen pendukung yang merepresentasikan tekanan batin. Kontribusi penelitian ini dalam bidang pendidikan seni rupa terletak pada pengembangan praktik penciptaan berbasis pengalaman personal dan isu psikologis sebagai sumber ide artistik, sekaligus memperlihatkan bahwa seni rupa dapat berfungsi sebagai media refleksi emosional dan komunikasi sosial. Secara operasional, karya diwujudkan menggunakan pendekatan *mix media* dengan memadukan cat akrilik, krayon, dan teknik semi tiga dimensi pada kanvas. Tahap penciptaan diawali dengan eksplorasi konsep dan penyusunan sketsa berdasarkan pengalaman emosional yang berkaitan dengan perundungan verbal. Selanjutnya dilakukan eksperimen terhadap tekstur, warna, dan material untuk membangun suasana visual yang mendukung representasi psikologis pada karya. Penggunaan warna gelap, goresan spontan, tekstur kasar, serta elemen timbul diterapkan untuk memperkuat kesan tekanan emosional, rasa takut, dan ketidaknyamanan psikologis. Pendekatan semi figuratif dipilih agar objek visual tetap dapat dikenali, namun tetap memberikan ruang interpretasi terhadap makna emosional yang terkandung dalam karya (Fauzih & Pahala, 2023).

### **Karya 1 - Mula Meredup**



**Gambar 1. "Mula Meredup", 85 x 105 cm, 2026**

Karya pertama berjudul "Mula Meredup" merepresentasikan fase awal ketika rasa percaya diri mulai mengalami penurunan akibat tekanan psikologis dari perundungan verbal. Karya menggunakan media kanvas dengan perpaduan cat akrilik, krayon, kertas *crepe*, kawat, dan dempul untuk membangun tekstur visual yang ekspresif. Komposisi utama menampilkan figur perempuan yang ditempatkan pada pusat bidang gambar dengan pose menghadap ke depan seolah sedang bercermin. Penempatan ini membangun relasi langsung antara figur dan audiens, sehingga penikmat karya diposisikan sebagai refleksi diri subjek. Figur divisualisasikan tanpa busana sebagai metafora keterpaparan psikologis, yaitu kondisi ketika individu merasa terus dilihat, dinilai, dan menjadi objek komentar lingkungan sosial. Dominasi warna biru pada tubuh figur digunakan untuk merepresentasikan kesedihan, kerentanan, dan tekanan emosional yang mulai berkembang akibat internalisasi ujaran negatif.

Elemen pendukung dalam karya berupa hyena, *moonflower*, dan latar langit merah memperkuat suasana emosional yang dibangun. Hyena digunakan sebagai metafora pelaku perundungan verbal karena karakteristik vokalisasinya yang menyerupai tawa repetitif, sehingga relevan dengan bentuk ejekan verbal yang dilakukan secara berulang dan kolektif (Mathevon et al., 2010). Sementara itu, *moonflower* merepresentasikan kecenderungan subjek untuk menarik diri dari ruang sosial. Karakter bunga yang mekar pada malam hari dan menguncup pada siang hari menjadi simbol rasa aman yang hanya muncul ketika subjek tidak berada dalam sorotan sosial. Latar langit merah digunakan untuk membangun atmosfer keterasingan, tekanan batin, dan ketidaknyamanan emosional pada fase awal trauma psikologis. Secara interpretatif, karya ini merepresentasikan tahap awal terbentuknya ketidakpercayaan diri akibat perundungan verbal. Figur yang tampak seolah bercermin menunjukkan proses refleksi diri ketika subjek mulai mempertanyakan kembali seluruh ujaran buruk yang diterimanya dari lingkungan sosial. Penggunaan warna biru yang dominan mempertegas suasana melankolis dan rasa rapuh secara emosional, sedangkan hyena dan *moonflower* memperlihatkan hubungan antara tekanan sosial dan kecenderungan menutup diri. Melalui karya ini, pengalaman verbal negatif divisualisasikan sebagai awal perubahan persepsi diri, ketika keyakinan terhadap diri sendiri mulai “meredup” akibat luka emosional yang terus terinternalisasi.

### ***Karya 2 - Yang Mengurung***



**Gambar 2. “Yang Mengurung”, 93 x 106 cm, 2026**

Karya kedua berjudul “Yang Mengurung” merepresentasikan fase ketika tekanan psikologis akibat perundungan verbal mulai terinternalisasi dan membentuk batas-batas batin yang mengekang subjek. Komposisi karya menampilkan figur perempuan berukuran kecil yang ditempatkan di dalam ruang menyerupai rumah dengan suasana sempit dan gelap. Figur tetap divisualisasikan tanpa busana sebagai simbol keterpaparan dan hilangnya perlindungan psikologis. Gestur menutup mata, mulut, dan telinga menjadi fokus utama visual yang menandakan penolakan terhadap dunia luar serta keinginan untuk menarik diri dari lingkungan sosial. Penempatan figur di dalam ruang tertutup memperkuat makna keterkungkungan emosional, yaitu kondisi ketika trauma verbal tidak lagi hanya berasal dari luar, tetapi telah menjadi bagian dari kesadaran diri subjek. Elemen visual pendukung berupa hyena berukuran besar, mawar menjalar, dan latar berwarna pink dengan torehan warna lain digunakan untuk memperkuat makna psikologis karya. Hyena divisualisasikan lebih dominan

dibanding karya sebelumnya untuk menunjukkan bagaimana tekanan verbal mulai menguasai ruang sosial dan ruang batin subjek. Latar pink dipilih sebagai simbol fase remaja yang identik dengan perkembangan diri dan dinamika sosial, namun keberadaan hyena di dalam ruang tersebut menunjukkan adanya gangguan emosional dalam proses perkembangan tersebut. Mawar yang menjalar menyerupai jeruji digunakan sebagai metafora mekanisme pertahanan diri. Karakter mawar yang indah namun berduri merepresentasikan upaya subjek melindungi dirinya dari luka emosional, meskipun pertahanan tersebut pada akhirnya juga membatasi ruang gerak psikologisnya sendiri. Secara interpretatif, karya ini menunjukkan fase keterpurukan ketika ketidakpercayaan diri mulai mendominasi kehidupan emosional subjek. Figur yang mengecil menggambarkan penyusutan diri secara psikologis, sedangkan ruang rumah yang gelap menunjukkan bahwa bahkan tempat yang seharusnya aman tidak lagi mampu memberikan rasa nyaman. Gestur menutup mata, mulut, dan telinga menginterpretasikan keinginan untuk tidak melihat, tidak berbicara, dan tidak mendengar dunia luar sebagai bentuk perlindungan diri dari tekanan sosial. Melalui dominasi hyena dan jeruji mawar, karya ini menegaskan bahwa trauma verbal dapat berkembang menjadi batas psikologis yang mengurung individu dalam rasa takut, ketidakamanan, dan keterasingan sosial.

### **Karya 3 – Ranum**



**Gambar 3. “Ranum”, 98 x 100 cm, 2026**

Karya ketiga berjudul “Ranum” merepresentasikan fase transisi menuju pemulihan emosional dan penerimaan diri setelah mengalami perundungan verbal. Judul “Ranum” mengacu pada kondisi yang mulai matang dan berkembang, sejalan dengan proses psikologis subjek yang mulai berani menerima dirinya kembali meskipun luka emosional belum sepenuhnya hilang. Komposisi utama menampilkan figur perempuan yang masih didominasi warna biru, namun mulai disertai semburat warna *pink* pada beberapa bagian tubuh. Figur tetap divisualisasikan tanpa busana, tetapi pada karya ini ketidakberbusanaan tidak lagi dimaknai semata sebagai simbol kerentanan, melainkan juga sebagai bentuk keberanian untuk menerima diri secara lebih utuh. Dominasi warna biru tetap merepresentasikan trauma dan kesedihan yang masih melekat, sedangkan semburat *pink* menunjukkan mulai tumbuhnya rasa percaya diri dan harapan untuk kembali membuka diri terhadap lingkungan sosial. Elemen visual pendukung berupa tulip, burung walet, dan latar berwarna jingga kemerahan serta biru kelabu digunakan untuk memperkuat narasi pemulihan emosional. Tulip yang tumbuh dari

luka menjadi metafora keberanian untuk bertumbuh kembali setelah mengalami pengalaman menyakitkan. Karakter tulip yang sensitif terhadap ruang dan cahaya merepresentasikan bahwa proses pemulihan hanya dapat berkembang dalam lingkungan yang aman dan suportif. Burung walet digunakan sebagai simbol hadirnya ruang aman dan keterhubungan sosial yang mulai terbentuk kembali. Karakter walet yang selalu kembali ke sarang yang dianggap aman menjadi representasi proses subjek dalam menemukan kembali rasa aman terhadap diri sendiri maupun lingkungan sosial. Sementara itu, latar dengan kontras warna hangat dan dingin menunjukkan pergulatan batin antara harapan untuk pulih dan rasa takut terhadap luka masa lalu yang masih tersisa. Secara interpretatif, karya ini merepresentasikan proses bertahap menuju penerimaan diri setelah mengalami trauma akibat perundungan verbal. Tidak adanya sosok hyena pada karya menunjukkan bahwa sumber tekanan telah mulai menjauh, namun dampak emosionalnya masih tertinggal dalam kesadaran subjek. Semburat *pink* pada tubuh figur mengindikasikan munculnya keberanian untuk kembali membangun relasi sosial, sementara dominasi warna biru menegaskan bahwa proses pemulihan tidak berlangsung secara instan. Kehadiran tulip dan burung walet memperlihatkan bahwa pemulihan emosional memerlukan ruang aman, dukungan sosial, dan keberanian untuk kembali membuka diri. Melalui karya ini, proses penyembuhan divisualisasikan bukan sebagai kondisi yang sepenuhnya bebas dari luka, melainkan sebagai perjalanan menuju penerimaan diri dan pertumbuhan emosional.

## CONCLUSION

Penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman ketidakpercayaan diri akibat perundungan verbal dapat divisualisasikan melalui penciptaan karya seni lukis *mix media* dengan pendekatan semi figuratif dan penggunaan simbol metaforis. Melalui tiga karya eksplorasi, penelitian merepresentasikan tahapan psikologis subjek mulai dari fase awal munculnya luka emosional, keterpurukan akibat internalisasi ujaran negatif, hingga proses transisi menuju penerimaan diri dan pemulihan emosional. Penggunaan elemen visual seperti deformasi figur, tekstur, warna, serta simbol hewan dan bunga mampu membangun representasi emosional yang berkaitan dengan pengalaman perundungan verbal. Dengan demikian, tujuan penelitian untuk mengembangkan konsep, karakter visual, dan eksplorasi medium dalam memvisualisasikan ketidakpercayaan diri akibat perundungan verbal telah tercapai. Hasil penelitian ini memberikan implikasi praktis dan teoritis dalam bidang pendidikan seni rupa, khususnya terkait pengembangan praktik penciptaan berbasis pengalaman personal dan isu psikologis sebagai sumber ide artistik. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa seni lukis *mix media* dapat berfungsi sebagai media refleksi emosional dan komunikasi sosial terhadap isu perundungan verbal. Namun, penelitian masih terbatas pada pengalaman subjektif perupa dan eksplorasi medium dalam konteks seni lukis. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat mengembangkan pendekatan serupa melalui media seni lain, eksplorasi partisipatif dengan subjek yang lebih beragam, maupun kajian mengenai respons audiens terhadap representasi visual isu psikologis dalam karya seni rupa.

## BIBLIOGRAPHY

- Faruq, H., Witjaksono, B., & Wiyono, W. (2023). Perundungan Pada Anak Dan Remaja Sebagai Ide Penciptaan Seni Grafis. *Fenomen: Jurnal Fenomena Seni*, 1(1), 87–109. <https://doi.org/10.24821/fenomen.v1i1.8901>
- Fauzih, V. T., & Pahala, A. A. (2023). Mitos Maung Putih Dalam Karya Lukis Modern. *Jurnal Ilmiah Edukasi Seni Rupa Dan Budaya Visual*, 1(1), 48–56.
- Graciela, E. M., & Moerdisuroso, I. (2023). *Qualitative Research For The Creation Of Fine Arts On The Theme Of Inferiority*. 1(1), 44–47.

- Ibrahim, F. M., Dabou, E. A. R., Abdelsamad, S., & Abuijlan, I. A. M. (2024). Heliyon Prevalence of bullying and its impact on self-esteem , anxiety and depression among medical and health sciences university students in RAS Al Khaimah , UAE. *Heliyon*, *10*(3), e25063. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e25063>
- Mahira, A., & Yuliana, N. (2023). Hubungan Fenomena Verbal Bullying Dengan Komunikasi Interpersonal di Lingkup Pelajar. *Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, *1*(December), 101–107.
- Man, X., Liu, J., & Xue, Z. (2022). Effects of Bullying Forms on Adolescent Mental Health and Protective Factors: A Global Cross-Regional Research Based on 65 Countries. *Environmental Research and Public Health*.
- Mathevon, N., Koralek, A., Weldele, M., Glickman, S. E., & Theunissen, F. E. (2010). What the hyena 's laugh tells : Sex , age , dominance and individual signature in the giggling call of *Crocuta crocuta*. *BMC Ecology*.
- Moerdisuroso, I., & Kherid, Z. Y. A. (2020). Thesis Writing Model of Art Practice. In *International Journal of Creative and Arts Studies* (Vol. 7, Issue 1). <https://doi.org/10.24821/ijcas.v7i1.4162>
- Pavytha, V. I. (2025). *Analisis Pemahaman Perilaku Perundungan Verbal Peserta Didik Di Minu Waru li Sidoarjo*. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Rimes, K. A., Smith, P., & Bridge, L. (2023). Low self-esteem : a refined cognitive behavioural model. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 579–594. <https://doi.org/10.1017/S1352465823000048>
- Zuraida, D. J., Sulis, K. H., & Fikrianto, M. (2024). Penyuluhan Pencegahan dan Penanganan Bullying di Sekolah Melalui Teknik Eco Art Therapy. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, *2*(5), 1722–1728. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v2i5.1098>