

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Manusia hidup senantiasa beraktivitas dan berkembang untuk memperoleh kesejahteraan. Setiap individu pasti mengetahui apa yang disukai maupun yang tidak disukai dalam menjalankan aktivitas, sehingga sangat penting untuk mempertimbangkan hal tersebut dalam melakukan berbagai aktivitas. Aktivitas yang dilakukan tentu aktivitas yang disenangi serta memiliki makna. Aktivitas yang sering dilakukan adalah olahraga, seni, belajar, membaca, mendengarkan musik, dan bekerja. Bagaimanapun banyak aktivitas yang dapat dipilih individu untuk dilakukan dan ditekuni.

Salah satu aktivitas yang sering dilakukan individu yaitu seni. Menurut Cahyoko (2017) secara umum seni merupakan bentuk aktivitas manusia untuk menciptakan suatu karya yang kemudian akan disampaikan sebagai bentuk ungkapan perasaan tentang perkembangan lingkungan masyarakat dan fenomena alam yang terjadi di sekitar kepada orang lain. Seni ada beraneka ragam yaitu seni musik, seni rupa, seni tari, seni sastra, dan seni teater. Pada penelitian ini peneliti tertarik untuk membahas salah satu ragam kesenian yaitu seni rupa. Bentuk aktivitas seni rupa yaitu melukis.

Melukis adalah cabang seni rupa yang membentuk karya seni dengan media yang bisa ditangkap mata dan dirasakan dengan rabaan. Komponen utama dalam proses dan pelaksanaan melukis dibuat dengan mengolah konsep garis, bidang, bentuk, volume, warna, tekstur, dan pencahayaan dengan acuan

estetika. Dalam praktiknya melukis dapat menggunakan media seperti, papan, kanvas, kertas maupun dinding/tembok (Wulandari, 2011).

Perkembangan seni lukis merupakan bagian dari karya seni rupa yang paling populer di Indonesia. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya pameran seni lukis yang terselenggara di Indonesia. Dikutip dari website Festival Indonesia (2018) bahwa Pasar Seni Lukis Indonesia memasuki tahun penyelenggaraan ke-11 yang diselenggarakan di JX International Surabaya merupakan *event* tahunan sebagai perhelatan seni lukis terbesar di Indonesia. Hal tersebut menunjukkan bahwa dapat memberikan ruang khusus bagi karya-karya seni lukis seniman untuk mengembangkan potensi serta kuatnya pasar seni rupa di Indonesia.

Dibidang seni tidak terlepas dari seseorang yang menciptakan karya seni yang biasa disebut pekerja seni atau seniman. Seniman merupakan istilah subjektif yang merujuk kepada seseorang yang kreatif atau inovatif atau mahir dalam bidang seni. Penggunaan yang paling kerap adalah untuk menyebut orang-orang yang menciptakan karya seni, seperti lukisan, patung, seni peran, seni tari, sastra, film, dan musik. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Syair (2011) bahwa seniman diartikan sebagai nama profesi seseorang dalam menciptakan atau menyusun karya seni. Seniman dapat juga diartikan sebagai manusia yang mengalami proses kreatif atau proses imajinasi yaitu proses interaksi antara persepsi memori dan persepsi luar.

Seni lukis dapat berkembang dengan baik jika seniman mengalami kesejahteraan dalam hidupnya. Kesejahteraan yang dialami oleh seniman dapat diwujudkan dan direalisasi secara penuh. Sejalan dengan pendapat tersebut

Seligman (2011) mengemukakan sumber psikologis yang membuat individu merasa sejahtera dalam psikologi positif disebut *flourishing* atau berkembangnya individu. *Flourishing* merupakan pengalaman hidup individu yang berjalan dengan baik, jadi individu ditandai dengan emosi positif dan memiliki fungsi yang baik secara psikis dan sosial akan memiliki kesehatan mental yang lengkap sebagai *flourishing* untuk menuju hidup yang *authentic happiness* atau kebahagiaan sejati.

Kesejahteraan dapat memberikan dampak positif pada individu. Sehingga dampak positif muncul apabila individu bekerja sesuai dengan apa yang diharapkan (Robbins, 2002). Kesejahteraan bukan lagi secara materi atau fisik, namun juga memperoleh kepuasan secara psikologis. Individu yang menyenangkan dan mencintai pekerjaannya akan bahagia dalam melakukan aktivitas. Individu yang merasa bahagia akan melakukan pekerjaan dengan sepenuh hati dan menomorduakan imbalan materi (Alfarisi, 2010).

Perkembangan seni lukis semakin lama semakin pesat. Seni lukis di Kota Madiun sudah berkembang sejak lama, namun memang berbeda dengan kota lain yang memiliki perkembangan nuansa seni yang kental seperti Kota Yogyakarta, Bali, dan lainnya. Sekarang ini seni lukis di Kota Madiun masih tetap eksis walaupun tidak seperti di Kota Yogyakarta, Bali dan lainnya yang memiliki iklim seni yang sangat kental. Pameran lukisan di Kota Madiun kerap hanya diadakan di lobby hotel dan beberapa galeri seni yang berada di Kota Madiun, sehingga kurang menarik minat masyarakat. Pameran besar yang melibatkan banyak seniman dapat dihitung beberapa bulan saja diadakan.

Keterbatasan ini tidak menyurutkan seniman-seniman di Kota Madiun untuk berkarya. Komunitas-komunitas pelukis di Kota Madiun atau yang biasa disebut paguyuban seniman lukis juga masih aktif membuat kegiatan-kegiatan tentang seni lukis yang karyanya dipamerkan di *Indigo Art Space*. Galeri ini terletak di Kota Madiun yang berisi lukisan-lukisan karya seniman berbakat dan ramai dikunjungi masyarakat.

Kota Madiun bukan kota seni, namun kondisi seperti ini menjadi sebuah tantangan oleh para seniman lukis di Kota Madiun untuk berkarya dan menghasilkan karya yang disukai oleh masyarakat. Mempertahankan budaya melukis agar tetap ada dan tidak punah di Kota Madiun. Tantangan-tantangan dalam berkarya pasti sering kali muncul dalam kehidupan seniman mengingat Madiun bukanlah kota yang identik dengan seni, tidak hanya dalam menghasilkan karya yang laku dipasaran, namun juga dalam memenuhi keinginan untuk mencapai kesejahteraan.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 9-11 Januari 2019 pada lima seniman lukis yang masih aktif berkesenian menyatakan bahwa kegiatan melukis merupakan kegiatan yang tidak bisa dipisahkan dari dirinya. Saat melukis ada perasaan senang dan memiliki keterlibatan yang muncul dari aktivitas tersebut. Selain itu mereka sudah menjalani aktivitas ini selama lebih dari 5 tahun dan aktivitas tersebut dijalannya sebagai profesi. Aktivitas melukis yang dilakukan tersebut memiliki makna bagi mereka sehingga memotivasi mereka untuk berkembang. Seniman mengatakan mereka tergabung dalam paguyuban seniman lukis karena memiliki kesamaan minat

pada aktivitas melukis yang mampu membangun relasi dengan baik dengan orang lain dan berdampak positif. Ketika seniman mendapat orderan untuk melukis tetapi tidak diambil oleh pemesan tetapi lukisan lebih dari itu, lukisan adalah alasan bagi mereka untuk tetap melukis, sehingga mereka tidak mengkhawatirkan biaya yang habis dikeluarkan. Proses melukis adalah *reward* yang memotivasi mereka untuk berkembang. Sejalan dengan penelitian Lestari & Syafiq (2017) mengatakan menjalani profesi sebagai seniman bukanlah hal yang mudah selain persoalan sebagai sumber nafkah, menghasilkan karya yang laku dipasaran juga dianggap tidak mudah. Namun dengan motivasi yang kuat dalam diri individu akan dapat menjalani profesi seniman selama bertahun-tahun.

Menjalani profesi sebagai seniman bukan hal yang mudah terkadang masih mendapat stereotip di masyarakat. Sejalan dengan pendapat tersebut Felix (2012) mengemukakan bahwa seseorang yang memilih berkarier di bidang seni akan mendapat beberapa pertanyaan seperti “mau kerja apa kamu nanti” atau komentar seperti “pikirkan masa depan kamu” pertanyaan atau komentar seperti itu bisa terlontar, karena keterbatasan pemahaman tentang seni. Pemikiran bahwa seni hanyalah suatu aktivitas yang tidak berguna dan tidak memiliki nilai ekonomis, sehingga orang yang memilih karier sebagai seniman tidak mempunyai penghasilan yang baik serta tidak mampu memenuhi standart hidup yang layak. Hal tersebut membuat hasil karya yang dibuat tidak ada artinya yang muncul hanya emosi negatif.

Seniman mengatakan masalah yang muncul terkait dengan aktivitasnya tidak membuatnya khawatir, tetapi sebaliknya emosi negatif ternyata membawa perubahan yang penting untuk menyikapi berbagai situasi dalam kehidupan dengan emosi positif yang dibuktikannya lewat menghasilkan suatu karya seni dan tekun dalam aktivitas yang disenanginya. Sejalan dengan pendapat tersebut Arif (2016) mengemukakan bahwa manusia menjadi penentu utama kebahagiaan/ketidakbahagiaannya sendiri sehingga seniman memiliki motivasi yang kuat menjalani profesi seni selama bertahun-tahun.

Seniman yang tetap menjalani profesi seni selama bertahun-tahun dan tidak khawatir terhadap penilaian orang lain terhadap profesi seni telah mengalami keterikatan terhadap aktivitas yang memberikan kesenangan. Seligman (2013) terbentuknya *flourishing* salah satunya dipengaruhi oleh *flow experience* atau pengalaman optimal (*flow*). *Flow* merupakan keterlibatan merujuk pada hubungan psikologis pada aktivitas yang dikerjakan dan benar-benar merasa kesenangan dan keterlibatan penuh dengan sesuatu yang sedang dikerjakan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Nurjanna (2016) dalam penelitiannya juga mengatakan *flow* merupakan sebuah pengalaman optimal seseorang saat melakukan sebuah aktivitas, dimana kemampuan dan tantangan mampu terpenuhi sehingga individu merasa *enjoy* melaksanakan kegiatan tersebut. Dengan *flow*, seseorang akan menikmati aktivitasnya, mampu mendapatkan makna sendiri dari kegiatan yang telah dilakukan, dengan begitu akan muncul kesejahteraan subjektif yang pada akhirnya seseorang tersebut akan mampu menyelesaikan sebuah aktivitas yang sedang dijalaninya.

Melihat fenomena yang peneliti temukan berdasarkan hasil wawancara dan observasi pada tanggal 9-11 Januari 2019 diantaranya diperoleh data lima responden yang sebelumnya sudah beberapa kali mengikuti pameran seni. Seniman tertarik untuk melakukan aktivitas melukis secara berulang dikarenakan ketika menjalani aktivitas melukis tersebut seniman merasa dapat berkonsentrasi penuh setiap kali melakukan aktivitas melukis. Seniman lukis yang sedang fokus terhadap aktivitasnya tidak mudah teralihkan oleh hal lain, mereka merasa mampu menjalani dan menyelesaikan setiap tantangan yang diberikan. Seniman lukis menyadari bahwa aktivitas melukis adalah hal yang penting untuk dirinya, segala tantangan dan tuntutan melukis sesuai dengan kemampuan yang dimiliki sehingga mereka merasa dapat mengembangkan rasa percaya diri ketika berada ditengah-tengah masyarakat, sehingga mampu memaksimalkan potensi yang dimiliki tanpa harus mengalami keterpurukan akibat berbagai penilaian mengenai profesi sebagai seniman.

Seniman menganggap aktivitas yang dikerjakan sangat berharga dan penting untuk dilakukan, hal ini disebabkan karena adanya perasaan nyaman, dan konsentrasi penuh terhadap aktivitas yang sedang dikerjakan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Csikszentmihalyi (1990) bahwa *flow* merupakan suatu keadaan ketika individu begitu terlibat dalam suatu kegiatan sehingga tidak ada hal lain yang tampak lebih penting. Pengalaman itu begitu menyenangkan sehingga individu akan terus melakukannya bahkan dengan biaya yang besar demi melakukannya.

Namun tidak semua individu mengalami *flow*. Csikszentmihalyi (1997) melakukan penelitian untuk mengukur seberapa sering penduduk Amerika mengalami *flow*. Subjek diberi sebuah pertanyaan yaitu “pernahkah kamu terlibat dalam suatu kegiatan sampai kamu tidak memperdulikan hal lain dan kamu sampai lupa waktu?” dan hasilnya 20% subjek menjawab mengalaminya beberapa kali dalam sehari, dan hanya 15% yang menjawab tidak pernah mengalaminya. Hal ini serupa dengan penelitian terhadap 6.469 penduduk Jerman yang menggunakan pertanyaan yang sama, menunjukkan 23% sering mengalaminya, 40% kadang-kadang, jarang 25%, dan tidak pernah 12%. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan tidak semua individu terbiasa mengalami *flow*. Berdasarkan teori *flow*, individu perlu berkonsentrasi, merasa berminat, serta memiliki motivasi secara intrinsik yang muncul dari dalam diri individu yang dilakukan secara berulang agar *flow* terjadi.

Pada para seniman lukis di Kota Madiun terdapat berbagai macam perilaku yang mencerminkan pengalaman optimal (*flow*) dari aktivitas melukis yang dilakukannya. Seniman yang mengembangkan pengalaman hidup dengan emosi positif dan memiliki fungsi secara psikis dan sosial yang baik merasa menikmati kegiatan melukis diasumsikan oleh peneliti telah merasakan *flourishing* sehingga pada penelitian ini peneliti lebih tertarik mengambil subjek seniman lukis dari seniman lainnya. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik ingin mengetahui tentang Hubungan antara Pengalaman Optimal (*Flow*) dengan *Flourishing* pada Seniman Lukis di Kota Madiun.



## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu, apakah terdapat Hubungan antara Pengalaman Optimal (*Flow*) dengan *Flourishing* pada Seniman Lukis di Kota Madiun?

## **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan Pengalaman Optimal (*Flow*) dengan *Flourishing* pada Seniman Lukis di Kota Madiun.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi mengenai pengalaman optimal (*Flow*) dan *Flourishing* pada seniman lukis dan dapat memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan terutama di bidang kajian psikologi positif, serta penelitian ini diharapkan dapat memberikan adanya perkembangan pustaka bagi psikologi seni di Indonesia.

### **2. Manfaat Praktis**

#### a) Bagi Seniman Lukis

Hasil penelitian ini dapat menjadi informasi bahwa keterikatan pada aktivitas tertentu berkontribusi terhadap kesejahteraan seseorang. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi motivasi bagi seniman lukis agar dapat meningkatkan kesejahteraan hidupnya melalui aktivitas yang dilakukannya serta memanfaatkan keahlian menjadi

seniman lukis untuk dapat meningkatkan emosi positif yang membuat individu merasa bermakna, berkembang dan optimal.

b) Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan bagi masyarakat terhadap pengalaman terlibat penuh akan suatu kegiatan yang disenangi sehingga dapat memberikan kebahagiaan serta meningkatkan kesejahteraan pada individu, sehingga masyarakat dapat mengidentifikasi dan mengembangkan kekuatan dari dalam dirinya.

c) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan referensi ataupun rujukan bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian-penelitian selanjutnya, terutama yang berkaitan dengan pendekatan psikologi positif yaitu *flow*, *flourishing* dan pendekatan psikologi seni.

#### **E. Keaslian Penelitian**

Penelitian ini berbeda dengan penelitian lainnya. Penelitian ini mengenai Pengalaman Optimal (*Flow*) dengan *Flourishing*. Adapun penelitian sebelumnya yang sudah dilakukan oleh peneliti sebelumnya antara lain:

Penelitian lain yang terkait dengan pengalaman optimal (*flow*) dengan *flourishing* adalah penelitian yang dilakukan oleh Fajrina dan Rosiana (2015) melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan *Flow* dengan *Psychological Well-Being* Mahasiswa Psikologi Universitas Islam Bandung (UNISBA) yang Aktif Organisasi”. Hasil dari penelitian tersebut secara keseluruhan terdapat hubungan positif yang erat antara Pengalaman Optimal (*Flow*) dengan

*Psychological Well-Being* ( $r=0,673$ ). Hal ini berarti semakin sering mahasiswa merasakan penghayatan mendalam pada aktivitas di lingkungan organisasi yang diikutinya, maka semakin tinggi pula perasaan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung (UNISBA) yang aktif organisasi mengenai aktivitas di kehidupannya yang berkisar dari kondisi mental negatif sampai ke kondisi mental positif yang dapat ditandai dengan diperolehnya kebahagiaan, kepuasan hidup dan tidak adanya gejala-gejala depresi ketika menjalani kehidupannya.

Penelitian lain yang terkait dengan pengalaman optimal (*flow*) dengan *flourishing* adalah penelitian yang dilakukan oleh Nurjanna (2016) melakukan penelitian yang berjudul “*Flow* pada Siswa Sekolah Tinggi Teknologi Angkatan Darat Kota Malang”. Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa sebagian besar siswa STTAD mengalami *flow* yang rendah, dengan kecenderungan dimensi tertinggi adalah *autotelic experience* dan kecenderungan dimensi terendah adalah *action awareness merging*. Artinya meskipun siswa STTAD memiliki kecenderungan untuk mengalami *autotelic experience* namun siswa masih mempersepsikan aktivitas yang dijalani merupakan kewajiban yang membutuhkan energi dan pemikiran yang lebih hingga belum mampu mencapai dimensi *action-awareness merging* yaitu siswa masih merasa membutuhkan energi yang cukup untuk menyelesaikan aktifitas.

Penelitian lain yang terkait dengan pengalaman optimal (*flow*) dengan *flourishing* adalah penelitian yang dilakukan oleh Effendy dan Subandriyo (2017) melakukan penelitian yang berjudul “Tingkat *Flourishing* Individu dalam Organisasi PT X dan PT Y”. Penelitian dilakukan dengan jumlah subjek

sebanyak 55 orang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kesejahteraan karyawan paling tinggi pada *positive emotion* 78% dan kebermaknaan atau *meaning* 82% karena kultur yang cenderung kekeluargaan di perusahaan yang menunjukkan emosi positif seperti kebahagiaan dan religius yang tinggi pada karyawan. Hasil keseluruhan untuk tingkat *flourishing* karyawan 45% dikatakan sudah mencapai *flourishing* dan 55% masih dikategorikan *non-flourishing*.

Penelitian lain yang terkait dengan pengalaman optimal (*flow*) dengan *flourishing* adalah penelitian yang dilakukan oleh Ridho (2014) melakukan penelitian yang berjudul “Pengalaman *Flow* Mahasiswa Penari *Hip-Hop* di Yogyakarta”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengalaman *flow experience* penari *hip-hop*. Hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa penari *hip-hop* di Yogyakarta mengalami *flow experience* saat sedang menari *hip-hop* dan tidak mengalami kenikmatan yang sama saat berkuliah. Faktor penyebab penari *hip-hop* memilih untuk menari dibanding berkuliah karena saat berkuliah subjek merasakan kebosanan dan kecemasan. Sistem perkuliahan dan kemampuan subjek dalam belajar tidak seimbang dengan tantangan yang ada sehingga lebih banyak menghabiskan waktu untuk menari dan berlatih *hip-hop*.

Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah terletak pada subjek dalam penelitian, waktu, dan tempat pelaksanaan. Dalam penelitian ini peneliti mengkaji mengenai Hubungan Pengalaman Optimal (*Flow*) dengan *Flourishing* pada Seniman Lukis di Kota

Madiun. Penelitian ini berfokus pada pengalaman optimal seniman lukis. Bidang seni lukis yang dipilih karena seni rupa dapat mengungkap kedalaman proses kesejahteraan subjektif atau kebahagiaan seseorang yang berdimensi psikologis, karena proses pengerjaan seni lukis pada umumnya dilakukan secara personal individual dan bukan secara kolektif (umum). Karena itu, proses personal yang dilakukan tanpa adanya pemikiran dari orang lain tersebut lebih dapat menjelaskan proses pengalaman optimal dan kesejahteraan yang dirasakan dalam menghasilkan karya seni (Lestari & Syafiq, 2017).

Ketertarikan peneliti mengambil subjek seniman lukis karena lukisan dan gambar tidak hanya dapat digunakan sebagai hiburan atau wadah untuk mengekspresikan perasaan, pikiran dan persepsi saja. Lukisan juga berperan dalam ilmu psikologi. Gambar digunakan dalam tes psikologi untuk memproyeksikan emosi, pengalaman dan kepribadian seseorang. Lukisan juga sebagai media penyalur emosi bagi penciptanya.