



---

## **Ekpresi Datang Bulan (Menstruasi) sebagai Inspirasi dalam Berkarya Seni Lukis**

---

### **INFO PENULIS**

Cristin Nathalia  
Universitas Kristen Maranatha  
[cristinnath97@gmail.com](mailto:cristinnath97@gmail.com)  
+6285862037354

Wawan Suryana  
Universitas Kristen Maranatha  
[wskodrat@gmail.com](mailto:wskodrat@gmail.com)  
+6282117123205

### **INFO ARTIKEL**

ISSN: 2963-8933  
Vol. 6, No. 1, April 2026  
<http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp>

---

© 2026 Arden Jaya Publisher All rights reserved

### ***Saran Penulisan Referensi***

Nathalia, C., & Suryana, W. (2026). Ekpresi Datang Bulan (Menstruasi) sebagai Inspirasi dalam Berkarya Seni Lukis. *Arus Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 6 (1), 312-320.

### **Abstrak**

Menstruasi merupakan pengalaman biologis dan emosional tubuh perempuan yang masih jarang diangkat sebagai tema dalam penciptaan karya seni lukis. Permasalahan dalam penciptaan ini bagaimana visualisasi perempuan ketika mengalami menstruasi. Penelitian penciptaan karya seni lukis ini bertujuan untuk menjadikan pengalaman pribadi ketika mengalami menstruasi sebagai sumber inspirasi dalam berkarya seni lukis. Metode penciptaan yang dipergunakan practice based experimen dengan tahapan 1) eksplorasi visual, 2) Improvisasi, dan 3) Implementasi. Hasil penciptaan karya seni lukis ada delapan karya, dengan judul 1. Denyut berukuran 160 x 140 cm, 2. Beban Sunyi di Balik Kain Dalam berukuran 160 x 140 cm, 3. Mekar Sebelum Sesudah Gugur berukuran 170 x 150 cm. Karya-karya ini mevisualisasikan tubuh perempuan dengan objek visual yang dibuat besar dan mendominasi bidang kanvas. Gestur yang divisualisasikan, objek visualnya dibuat dalam wujud visual meringkuk untuk mengekspresikan rasa sakit. Karya seni lukis ini diciptakan dengan menggunakan teknik impasto sehingga menghasilkan tekstur pada permukaan bidang kanvas. Tekstur yang diciptakan merepresentasikan pengalaman menstruasi secara ekspresif dan bermakna yang diharapkan memperkaya wacana seni rupa modern bertema tubuh perempuan.

**Kata Kunci:** Menstruasi, Seni Lukis, Simbolisasi, Tubuh Perempuan

### Abstract

Menstruation is a biological and emotional experience of the female body that is still rarely raised as a theme in the creation of paintings. The problem in this creation is how to visualize women when they experience menstruation. This research on the creation of paintings aims to make personal experiences when experiencing menstruation as a source of inspiration in creating paintings. The creation method used is practice-based experimentation with stages 1) visual exploration, 2) Improvisation, and 3) Implementation. The results of the creation of paintings are eight works, with the titles 1. Denyut 160 x 140 cm, 2. Beban Sunyi di Balik Kain Dalam measuring 160 x 140 cm, 3. Mekar Sebelum Sesudah Gugur measuring 170 x 150 cm. These works visualize the female body with visual objects that are made large and dominate the canvas area. The visualized gesture, the visual object is made in a curled visual form to express pain. This painting was created using the impasto technique so that it produces texture on the surface of the canvas area. The textures created represent the menstrual experience in an expressive and meaningful way, which is expected to enrich the discourse of modern art on the theme of the female body.

**Key Words:** Female Body, Menstruation, Painting, Symbolism

### A. Pendahuluan

Perempuan merupakan sosok yang tidak bisa lepas dari realita kehidupan sehari-hari (Gillies, 2016; Sari & Putra, 2019). Peran dan aktualisasinya dibutuhkan oleh semua lapisan masyarakat dari keluarga hingga perjalanan karirnya di masyarakat (Maioli, 2011; Robaeti & Hamdani, 2023). Bahkan perempuan juga banyak menginspirasi perjalanan seni banyak perupa di belahan bumi ini. Perempuan menjadi objek yang sangat diminati dalam karya seni lukis, baik dari masa lalu hingga sekarang. Wajah dan tubuh manusia bisa merefleksikan emosi dengan sangat kuat. Seniman dapat menuangkan perasaan, kisah hidup, bahkan kritik sosial melalui representasi manusia, tentunya dengan bentuk atau alur cerita yang mengandung maksud dan makna (Dixson & Dixson, 2011; Marks, 2022; Rom, 1981). Jadi lukisan tersebut tidak hadir secara kosong. Permasalahan yang diusung dalam penelitian ini adalah bagaimana upaya seniman dalam proses penciptaan dan wujud visual karya seni lukis yang difokuskan pada ekspresi datang bulan atau menstruasi? Tujuan dari penelitian ini untuk membuka ruang dialog, mengurangi anggapan tabu, serta menumbuhkan empati terhadap pengalaman perempuan. Memberikan inspirasi atau kajian proses kreatif dalam berkarya seni rupa terutama untuk lebih mengenal, menerima, dan menghargai tubuh serta pengalaman yang di alami sebagai sesuatu yang positif dan bernilai seni

Dalam perjalanan seni perupa yang telah menjadikan inspirasi dalam berkarya adalah Frida kahlo yang mengungkapkan wujud visual dua orang perempuan yang sedang duduk menghadap ke depan dan tangannya saling berpegangan tangan. Karya ini dibuat ketika dirinya terbaring diatas tempat tidur. Keberadaannya ketika sakit tidak menghalanginya untuk tetap berkarya (Kleiner, 2014). Selain itu seniman yang mengangkat tentang perempuan adalah Sani, seorang perempuan perupa dari Bali yang kekaryaannya banyak mengangkat tentang perempuan. Baginya perempuan adalah makhluk istimewa yang memiliki kekuatan dan tanggungjawab dalam membela keluarganya (Andrini, 2022; Sari & Putra, 2019). Selain itu juga seorang perupa perempuan Jane Saville (Ranniry et al., 2023) kerap mengangkat figur tubuh perempuan dengan segala ukuran di luar nalar manusia pada umumnya. Tubuh perempuan dieksploitasi menjadi bertubuh gemuk, gempal dan dilukis dari berbagai sisi. Karya-karyanya ini cukup menarik perhatian publik pada saat itu bahkan kalangan akademisi juga menelitinya dan menjadi sebuah artikel dalam jurnal-jurnal terkemuka (Colls, 2012; Willy Himawan, 2014).

Karya karya tersebut yang mengusung mengenai perempuan difokuskan pada penjelasan mengenai tubuh perempuan, yang dibuat di atas kanvas berbagai ukuran dengan komposisi yang mendominasi bidang karena dianggap penting untuk menyuarakan tentang Perempuan, sedangkan dalam penciptaan karya seni ini, penulis yang adalah seorang perempuan, mengangkat persoalan yang dekat dengan pengalaman pribadinya yaitu mengenai datang bulan dan secara garis besar mengeskpresikan apa yang dirasakan pada tubuh ini. "Perempuan merupakan manusia yang memiliki alat reproduksi, seperti rahim, dan saluran untuk melahirkan, mempunyai sel telur, memiliki vagina, dan mempunyai alat untuk

menyusui, yang semuanya secara permanen tidak berubah dan mempunyai ketentuan biologis atau sering dikatakan sebagai kodrat atau ketentuan Tuhan" (Maioli, 2011; Pandanwangi, 2022; Pandanwangi & Nuning Damayanti, 2017). Salah satu pengalaman yang khas dan hanya dialami oleh perempuan adalah datang bulan atau menstruasi. Menurut para ahli medis, "datang bulan" atau menstruasi adalah proses alami dan siklus bulanan pada sistem reproduksi wanita, di mana dinding rahim yang menebal untuk persiapan kehamilan akan meluruh dan keluar bersama darah dari vagina jika kehamilan tidak terjadi.

Datang bulan menjadi siklus bulanan yang terjadi secara berulang setiap bulan, kecuali pada saat kehamilan, ini menjadi bentuk tanda pubertas pada perempuan dan menandakan kemampuan organ reproduksi untuk mempersiapkan kehamilan, merupakan proses biologis yang normal dan alami pada wanita yang sehat. Bagi sebagian perempuan, datang bulan dapat memunculkan beragam perasaan, mulai dari sakit fisik, kelelahan, hingga gejolak emosional. Menurut Dr. Enrico Hervianto SpOG, pengalaman ini termasuk dalam fase menstruasi ketika darah keluar, yang memunculkan perasaan sakit yang dirasakan pada tubuh, kemudian *Fase Folikular*, yaitu setelah darah berkurang, *Fase Ovulasi*, *Fase Luteal* yaitu sebelum haid datang lagi, dan fase-fase ini terus berulang, dapat dimaknai sebagai simbol bahwa hidup juga berjalan dalam siklus, yaitu ada awal, ada akhir, lalu kembali lagi. Dipandang sebagai sesuatu yang menyakitkan dan merepotkan, disisilain menstruasi dapat dimaknai sebagai simbol siklus kehidupan, kesuburan, dan kekuatan perempuan dalam menghadapi perubahan tubuhnya.

Datang bulan yang sering dianggap tabu untuk dibicarakan secara terbuka, justru memiliki potensi besar sebagai inspirasi dalam berkarya. Melalui bahasa rupa, pengalaman datang bulan yang dirasakan dapat divisualisasikan dalam bentuk ekspresif, sehingga menghadirkan ruang apresiasi baru terhadap realitas perempuan. Menurut Diyanto (2013), seniman dapat melukiskan kedalaman pengalaman yang sebenarnya tak tampak dan tak terlukiskan, memperkatakan hal yang tak terumuskan, membunyikan hal yang tak tersuarakan, atau menarik pengalaman batin yang tak terungkap.

Penciptaan karya akan difokuskan pada seni Lukis dengan media dua dimensi, dengan komposisi yang mendominasi bidang, sebagai bentuk menarik perhatian langsung ke objek utama. Di dominasi dengan ukuran besar atau area visual yang menonjol, menjadi simbol ekspresi dan keberanian seniman dalam mengungkapkan diri. Dalam karya bertema datang bulan, area warna merah dan turunannya yang luas dan menonjol mendominasi kanvas untuk menegaskan kekuatan emosi. Dengan demikian, pengangkatan tema ekspresi datang bulan sebagai inspirasi berkarya seni lukis menjadi menjadi relevan, bukan hanya sebagai ungkapan pengalaman pribadi yang terus berulang kali terjadi dan selalu dirasakan sampai saat masanya selesai, tetapi juga sebagai upaya menghadirkan wacana tentang tubuh, perempuan, dan ekspresi emosional dalam seni.

## B. Metodologi

Metode penciptaan *practice-based research*, di mana proses berkarya menjadi bagian utama dari penelitian ini. Metode ini menempatkan pengalaman subjektif, refleksi personal, serta eksplorasi visual sebagai sumber pengetahuan artistic (Candy & Edmonds, 2018; Creswell John and Creswell David, 2023; Rouf A F, 2023). Pendekatan yang digunakan adalah ekspresionisme figuratif, dengan fokus pada tubuh perempuan dalam merepresentasikan pengalaman menstruasi. Proses penciptaan karya dilakukan melalui tiga tahapan utama, yaitu eksplorasi, improvisasi, dan implementasi.

Tahap eksplorasi meliputi pengamatan, refleksi pengalaman personal terkait siklus menstruasi dan pengalaman perempuan di lingkungan sekitar, studi literatur, serta studi visual terhadap karya seniman yang relevan dengan tema tubuh, gestur, dan ekspresi. Pada tahap ini juga dilakukan penggalan makna simbolis melalui literatur yang berkaitan dengan tubuh perempuan, menstruasi, dan seni rupa.

Tahap improvisasi merupakan proses pengolahan ide secara visual melalui eksperimen sketsa, pengolahan bentuk figuratif, gestur tubuh, komposisi, eksplorasi warna dan tekstur. Improvisasi dilakukan secara intuitif untuk menemukan bahasa visual yang mampu merepresentasikan pengalaman emosional dan biologis menstruasi secara ekspresif. Pada tahap ini perupa mewujudkan gagasan ke dalam karya lukis dua dimensi. Hasil eksplorasi dan improvisasi diwujudkan ke dalam kanvas dengan penggunaan media cat dan teknik sapuan ekspresif.

Tahap implementasi disertai dengan refleksi berkelanjutan untuk memastikan keterkaitan

antara konsep, visual, dan makna simbolik yang ingin disampaikan menjadi simbolisme pribadi. Melalui metode ini, karya lukis yang dihasilkan tidak hanya menjadi objek visual, tetapi juga berfungsi sebagai media penciptaan karya yang merepresentasikan pengalaman tubuh perempuan.

### C. Hasil dan Pembahasan

#### Hasil

Gagasan awal penciptaan karya berjudul “Ekspresi Datang Bulan sebagai Inspirasi Berkarya Seni Lukis” muncul dari refleksi terhadap pengalaman personal sebagai seorang perempuan, dimana datang bulan merupakan kondisi yang tidak bisa lepas dari peran perempuan ketika sudah mulai beranjak dewasa. Pengalaman ini terus berulang kali terjadi sehingga selalu dapat dirasakan dan melekat pada diri. Secara pribadi dapat dirasakan terjadinya perubahan emosional dan fisik saat datang bulan. Pengalaman tersebut dirasakan tidak hanya sebagai rasa sakit, malu, takut, serta rasa khawatir tetapi juga sebagai proses penerimaan diri dan bentuk kekuatan batin. Gagasan utama karya ini adalah mengubah pengalaman personal menjadi bentuk visual yang komunikatif dan emosional. Melalui lukisan, penulis berupaya menyampaikan bahwa datang bulan bukanlah hal yang memalukan untuk dibicarakan maupun disuarakan, melainkan bagian dari siklus kehidupan yang penuh makna dan kekuatan. Tema ini dipilih sebagai refleksi atas proses alami tubuh yang sering kali dianggap tabu dalam masyarakat, melainkan menyimpan nilai-nilai kekuatan, kesadaran diri, serta simbol dari siklus kehidupan. Berdasarkan pengalaman, penulis melihat bahwa fenomena datang bulan tidak hanya berkaitan dengan aspek fisik, tetapi juga menyentuh sisi psikologis dan emosional perempuan. Rasa sakit, perubahan suasana hati, hingga rasa lega setelahnya menjadi sumber inspirasi visual yang kaya untuk diekspresikan melalui bahasa rupa. Melalui pendekatan ekspresionisme modern, gagasan ini diterjemahkan dalam bentuk sapuan kuas spontan, warna-warna kuat, serta bentuk-bentuk organik yang menggambarkan tubuh dan emosi.

Dengan mengangkat tema menstruasi, karya ini tidak sekadar berbicara tentang tubuh, tetapi juga tentang penerimaan diri dan keberanian perempuan dalam menghadapi siklus kehidupan. Pemilihan tema ini juga merupakan upaya untuk membuka ruang dialog dan menghilangkan pandangan tabu terhadap menstruasi di masyarakat.

#### Pembahasan

Karya lukis ini menggunakan memfokuskan pada figur perempuan yang mengangkat pengalaman menstruasi, memusatkan narasi pada tubuh perempuan, memakai objek intim untuk menegaskan pengalaman biologis yang sering disembunyikan, menolak objektifikasi tubuh perempuan. Menampilkan tubuh perempuan, simbol - simbol menstruasi, dan objek privasi perempuan dihadirkan menciptakan ketidaknyamanan yang memberikan perasaan sedikit kaget dengan berusaha menghadapi tabu sosial sehingga membuka percakapan tentang tubuh perempuan yang jarang dibahas. Kepala atau muka tidak ditampilkan sehingga pusat perhatian berpindah dari identitas personal ke gestur, postur, simbol, dan objek tubuh lain. Penghilangan wajah mengalihkan fokus ke tubuh sebagai media ekspresi, memperkuat simbolisme tubuh perempuan, dalam konteks tema menstruasi, tubuh memperjelas pengalaman biologis dan emosional yang ingin disampaikan, sehingga tubuh menjadi simbol universal perempuan, bukan hanya potret individu. Dengan demikian, figur tanpa kepala adalah visual untuk memperkuat makna yang ingin disampaikan.

Proses berkarya mengutamakan gestur spontan, goresan emosional, warna yang menandakan suasana batin, figur perempuan yang digambarkan jujur dan apa adanya sesuai dengan estetika ekspresionisme figuratif, yaitu menempatkan emosi, pengalaman tubuh, dan subjektivitas sebagai pusat visual, sehingga sangat sesuai dengan era-ekspresionisme yang mengutamakan keindahan, bukan terletak pada kemiripan bentuk, tetapi pada kedalaman ekspresi dan pengalaman. Warna merah yang menjadi simbol ekspresi datang bulan menjadi penghubung karya. Penggunaan warna-warna dimaksudnya memberikan makna yang terhubung satu dengan yang lainnya sehingga memberikan kesan satu kesatuan. Tekstur *brush stroke* kotak-kotak dalam karya tidak hanya berfungsi sebagai elemen dekoratif, tetapi menjadi bagian dari konsep yang memperkuat makna visual. Pola menciptakan ritme dan repetisi yang selaras dengan gagasan siklus menstruasi. Secara pandangan dalam seni lukis, tekstur kotak-kotak memberikan kesan kontras terhadap bentuk tubuh yang organik sehingga menambah ketegangan visual dan kedalaman makna. Jika dihubungkan dengan sebuah simbol, tekstur ini dapat dibaca sebagai representasi siklus, keteraturan tubuh perempuan, atau ruang tempat

pengalaman menstruasi terjadi. Karya yang dibuat pada kanvas ini menggunakan beberapa teknik, antara lain *impasto* dan *wet on dry*.

### **Wet on dry**

Menurut Haniatussa'adah (2022), teknik *wet on dry* adalah penerapan cat basah pada permukaan yang telah kering untuk menghasilkan garis yang tegas dan bentuk yang jelas. Teknik ini sangat cocok untuk detail karena memberikan kontrol penuh terhadap sapuan kuas (Pandanwangi et al., 2021). Teknik ini banyak digunakan dalam pendekatan realistik maupun figuratif karena memungkinkan layering tanpa meleburkan warna sebelumnya. Penggunaan warna dikelompokkan yang menjadi layer pertama, kemudian menimpa dengan warna selanjutnya tanpa di *blending*.

### **Impasto**

*Impasto* adalah teknik melukis dengan mengoleskan cat secara tebal di permukaan kanvas sehingga menghasilkan tekstur timbul yang nyata. Cat diaplikasikan dengan kuas besar dan pisau palet (Baxter et al., 2004). Teknik ini membuat sapuan kuas terlihat jelas dan memberi efek tiga dimensi. *Impasto* menekankan emosi melalui tekstur, menciptakan fokus visual, dan memperkuat gestur. *Impasto* adalah metode di mana cat diaplikasikan dengan ketebalan signifikan sehingga meninggalkan bekas kuas atau pisau yang tampak jelas (Baxter et al., 2004). Ia menekankan bahwa *impasto* bukan hanya tekstur, tetapi juga gestur emosional seniman. Teknik *impasto* sangat menunjang gaya ekspresionisme dalam pengkaryaan yang menekankan bentuk ekspresi di mana gerakan seniman tercatat langsung pada permukaan karya. Teknik ini mampu mengkomunikasikan emosi ekstrem, menunjukkan kegelisahan batin, memperkuat simbolisasi tubuh atau rasa sakit. Tema menstruasi, *impasto* dapat memperkuat sensasi fisik, ketegangan tubuh, rasa sakit, ekspresi emosional. Adapun pembahasannya dari karya-karya yang dibuat dengan teknik *impasto* tersebut adalah:



Gambar 1. Denyut karya Cristin Nathalia. 2025. 160x140 cm.  
Mix Media (Cat minyak & Cat Akrilik)  
Sumber: Cristin Nathalia. 2025.

Pada karya dengan judul "Denyut" menampilkan objek figur perempuan dengan menitik beratkan pada daerah payudara yang mendominasi bidang kanvas, dengan perpaduan warna primer, ungu, hijau, putih, dan hitam, serta turunannya. Proses pengkaryaan yang menggunakan berbagai warna ini di aplikasikan menggunakan cat minyak dan cat akrilik dengan teknik sapuan kuas dan pisau palet yang ekspresif dan spontan pada kanvas berukuran 160x140 cm. Teknik *impasto* digunakan di beberapa daerah dan bagian garis untuk memperlihatkan ketajaman *outline* dan pemberian makna batin penulis pada lukisan.

Payudara dapat dikatakan sebagai simbol perempuan, terutama dalam seni rupa dan kajian feminisme. Sejarah seni modern banyak menggunakan payudara sebagai simbol keperempuanan, seksualitas, dan kesuburan. Simbol identitas perempuan dan pengalaman tubuh, serta feminis terhadap objektifikasi. Dalam karya lukisan yang bertemakan menstruasi, payudara dapat memperkuat pesan tentang tubuh, feminitas, dan pengalaman perempuan pada fase yang dirasakan semua perempuan. Menurut ranah kedokteran pada saat fase sebelum menstruasi, payudara terasa sakit sebelum menstruasi karena hormon yang menyebabkan pembengkakan jaringan payudara dan sensitivitas saraf. Pengalaman ini dirasakan sebagian perempuan, dan ini adalah respons normal tubuh perempuan dalam siklus bulanan, menjadi pengingat bahwa tubuh ini bereaksi dengan semestinya. Secara personal apa yang dirasakan ketika jaringan payudara membesar, saraf-saraf kecil di dalamnya ikut tertekan, menyebabkan nyeri berdenyut, sensasi tertarik dan rasa tidak nyaman saat disentuh.

Payudara sebagai simbol tubuh perempuan yang alami, lembut, namun juga memiliki kekuatan yang luar biasa diimplementasikan dengan warna pink dan biru menurut simbolisasi modern yaitu kelembutan dan kedamaian. Warna merah, ungu dan hijau, menggambarkan aliran darah, simbol rasa sakit, dan proses biologis yang sering dianggap tabu. Latar di berikan warna putih supaya menonjolkan daerah objek dengan banyak warna, penggunaan outline hitam agar terciptanya kedalaman dan bayangan dari sudut pandang objek. Teknik *brush stroke* digunakan pada awal melukis agar adanya warna dasar, lalu dilanjutkan dengan penggunaan pisau palet, dan bagian tertentu “digosok” dan ditimpa berkali-kali, menunjukkan kegelisahan atau rasa sakit yang terus terbayangi.



Gambar 2. Beban Sunyi di Balik Kain Dalam karya Cristin Nathalia. 2025. 170x150 cm.  
Mix Media (Cat minyak & Cat Akrilik)  
Sumber: Cristin Nathalia. 2025.

Pada karya dengan judul “Beban Sunyi di Balik Kain Dalam” menampilkan figur perempuan yang memperlihatkan setengah tubuh perempuan dengan gestur berbaring dan menekukkan kakinya. Figur perempuan mendominasi kanvas, dikelilingi oleh beberapa objek pakaian dalam. Proses pengkaryaan yang menggunakan berbagai warna, di aplikasikan menggunakan cat minyak dan cat akrilik dengan teknik sapuan kuas dan pisau palet yang ekspresif dan spontan pada kanvas berukuran 170x150 cm. Teknik *impasto* digunakan di beberapa daerah dan bagian garis untuk memperlihatkan ketajaman *outline* dan pemberian makna batin penulis pada lukisan.

Dalam seni rupa, simbol keperempuanan tidak selalu harus berupa payudara, bahkan bagian tubuh yang lebih seperti kaki, pinggul, atau pakaian dalam dapat memuat makna simbolik yang kuat. Bagian tubuh pada lukisan adalah daerah yang secara biologis mengalami menstruasi dan rasa sakit. Meskipun tidak menampilkan keseluruhan tubuh, kaki tetap menandakan bahwa figur tersebut adalah perempuan karena proporsi tubuh dan gestur lembut yang mencirikan perempuan. Kaki melambangkan gerakan dan kebebasan, tetapi gestur yang memperlihatkan sedang berbaring mengimplementasikan kerentanan dan kebutuhan untuk beristirahat dari pengalaman rasa sakit, sehingga kebebasan bergerak dan beraktivitas berkurang. Bagian panggul dan celana dalam berhubungan langsung dengan sistem reproduksi perempuan, menjadikan simbol menstruasi, kesuburan, dan siklus biologis. Pakaian dalam perempuan memiliki bentuk dan desain khas yang secara visual langsung mengindikasikan identitas perempuan tanpa harus menunjukkan organ tubuh secara eksplisit. Celana dalam adalah pakaian yang paling pribadi menggambarkan pengalaman tubuh perempuan yang jarang dibahas. Menstruasi sering membuat tubuh tidak nyaman, emosi campur aduk, dan suasana hati tidak stabil. Celana dalam yang berserakan dapat menjadi simbol visual dari kekacauan emosional dan fisik yang dialami saat menstruasi. Celana dalam adalah pakaian paling pribadi dijadikan latar belakang simbol keterbukaan pengalaman tubuh perempuan dengan membalik stigma sosial bahwa tubuh perempuan harus “rapi dan tertutup”.

Proses pengkaryaan menggunakan warna primer dan tambahan warna ungu, hijau, hitam, dan putih. Warna merah, ungu dan hijau, menggambarkan aliran darah, simbol rasa sakit, dan proses biologis yang sering dianggap tabu. Latar berwarna putih dengan menimpa turunan warna merah supaya menonjolkan daerah objek dengan banyak warna, penggunaan outline hitam agar terciptanya kedalaman dan bayangan dari sudut pandang objek. Teknik *brush stroke* digunakan pada awal melukis agar adanya warna dasar, lalu dilanjutkan dengan penggunaan pisau palet, dan bagian tertentu “digosok” dan ditimpa berkali-kali, menunjukkan kegelisahan atau rasa sakit.



Gambar 3. Mekar Sebelum Sesudah Gugur karya Cristin Nathalia. 2025. 200x100 cm.  
 Mix Media (Cat minyak & Cat Akrilik)  
 Sumber: Cristin Nathalia. 2025.

Pada Karya berjudul “Mekar Sebelum Sesudah Gugur” ini menampilkan kesinambungan antara tubuh perempuan dan siklus alam sebagai metafora pengalaman menstruasi. Pada bagian atas kanvas, bunga yang mekar hadir berdampingan dengan bagian bawah tubuh perempuan, menandai fase puncak, kesuburan perempuan. Di sekelilingnya, terdapat tumbuhan yang gugur menyiratkan fase pelepasan sebagai bagian tak terpisahkan dari satu siklus yang terus berulang. Di bagian bawah pada komposisi kanvas, figur perempuan digambarkan dalam posisi meringkuk namun menghadah ke atas. Gestur ini menempatkan tubuh dalam kondisi rentan sekaligus terbuka antara rasa sakit dan penerimaan, antara gugur dan kemungkinan untuk kembali mekar. Tubuh tidak ditampilkan sebagai objek, melainkan sebagai ruang transisi yang menyimpan memori biologis dan emosional.

Melalui simbol bunga, tumbuhan, dan gestur tubuh, karya ini memaknai menstruasi sebagai ritme kehidupan adalah proses alami yang bergerak dari pertumbuhan menuju pelepasan, lalu kembali pada pembaruan dan melihat tubuh perempuan sebagai bagian dari siklus alam yang hidup, berlapis, dan terus bertransformasi. Proses pengkaryaan ini menggunakan berbagai warna dan turunanya, di aplikasikan menggunakan cat minyak dan cat akrilik dengan teknik sapuan kuas dan pisau palet yang ekspresif dan spontan pada kanvas berukuran 200x100 cm. Teknik impasto digunakan membuat figur serta tekstur latar yang berpola repetisi kotak.

#### **D. Kesimpulan**

Penciptaan seni lukis ini menghasilkan karya-karya yang mempresentasikan figur perempuan atas pengalaman tubuh yang kaya akan makna biologis dan emosional yaitu menstruasi. Menstruasi dapat dijadikan sumber inspirasi yang bermakna dalam penciptaan karya seni lukis melalui pendekatan ekspresionisme figuratif. Pengolahan tubuh perempuan, gestur, warna, dan tekstur mampu merepresentasikan pengalaman menstruasi secara simbolis dan ekspresif, sehingga menjawab bagaimana pengalaman tubuh perempuan dapat diwujudkan dalam visual lukis. Melalui penulisan ini diharapkan berkontribusi sebagai wacana seni rupa mengenai simbolisme tubuh perempuan yang memberikan alternatif pendekatan penciptaan karya bagi perupa dalam mengangkat tema tubuh perempuan. Keterbatasan penelitian ini terletak pada lingkup pengalaman yang bersifat personal dan penggunaan media lukis dua dimensi. Penelitian dengan konsep pengkaryaan ini selanjutnya diharapkan untuk

mengembangkan tema serupa melalui eksplorasi medium dan perspektif yang lebih beragam. Dengan demikian, seni lukis dapat menjadi ruang refleksi yang peka terhadap pengalaman tubuh perempuan.

## E. Referensi

- Andrini, S. (2022). *Pameran Tiga Pelukis Perempuan: Makna Tubuh Dalam "Meta Hasrat"*. Seni.Co.Id. <https://seni.co.id/agenda/pameran-tiga-pelukis-perempuan-makna-tubuh-dalam-meta-hasrat/>
- Baxter, W., Wendt, J., & Lin, M. C. (2004). IMPaSTo: A realistic, interactive model for paint. *NPAR Symposium on Non-Photorealistic Animation and Rendering, January*, 45–56. [https://www.researchgate.net/publication/221523275\\_IMPASTo\\_a\\_realistic\\_interactive\\_model\\_for\\_paint](https://www.researchgate.net/publication/221523275_IMPASTo_a_realistic_interactive_model_for_paint)
- Candy, L., & Edmonds, E. (2018). Practice-Based Research in the Creative Arts: Foundation and Futures from the Front Line. *Leonardo*, 51(2), 63–69. [https://doi.org/10.1162/LEON\\_a\\_01471](https://doi.org/10.1162/LEON_a_01471)
- Colls, R. (2012). BodiesTouchingBodies: Jenny Saville's over-life-sized paintings and the "morpho-logics" of fat, female bodies. *Gender, Place and Culture*, 19(2), 175–192. <https://doi.org/10.1080/0966369X.2011.573143>
- Creswell John and Creswell David. (2023). Research Design, Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches. In L. Fargotstein, T. Buyan, & P. Schroeder (Eds.), *SAGE Publications, Inc.: Vol. Sixth Edit* (Sixth Edit, Issue 1). Sage Publication Inc.
- Dixson, A. F., & Dixson, B. J. (2011). Venus Figurines of the European Paleolithic: Symbols of Fertility or Attractiveness? *Journal of Anthropology*, 2011, 1–11. <https://doi.org/10.1155/2011/569120>
- Diyanto. (2013). Untuk Apa Seni: Seni Lukis dan Obsesi Abadinya. In B. Sugiharto (Ed.), *Untuk Apa Seni?* (1st ed., pp. 45–89). Matahari. [https://repository.unpar.ac.id/bitstream/handle/123456789/978/Bambang\\_137552-p.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.unpar.ac.id/bitstream/handle/123456789/978/Bambang_137552-p.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Gillies, J. (2016). Woman ' s Art Inc . The Central Figure in Botticelli ' s " Primavera ". *JSTOR-Woman's Art Journal*, 2(1), 12–16. file:///C:/Users/User/Downloads/WOMEN FIGURE in painting/the central figure in boticeli.pdf
- Haniatussa'adah, H. (2022). Melukis Sebagai Terapi Diri Mental Illness. *TEXTURE: Art and Culture Journal*, 5(2), 149–163. <https://doi.org/10.33153/texture.v5i2.4631>
- Kleiner, F. S. (2014). Gardner's Art Through The Ages: A Concisw Western History. In S. A. Poore (Ed.), *Wadsworth, Cengage Learning, USA* (Third Edit). Wadsworth, Cengage Learning.
- Maioli, F. (2011). Nomadic subjects on canvas: Hybridity in jenny saville's paintings. *Women's Studies*, 40(1), 70–92. <https://doi.org/10.1080/00497878.2011.527795>
- Marks, L. A. (2022). Precarity, hybridity and vacillating identity: The work of Michel de M'Uzan and Jenny Saville on being human in a body. *International Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 19(1), 67–82. <https://doi.org/10.1002/aps.1727>
- Pandanwangi, A. (2022). Galeri Virtual: Visualisasi Figur Perempuan Di Atas Kain Batik Bercerita. In A. Sungkar (Ed.), *Perempuan Seni dan Dirinya* (1st ed., pp. 48–61). Yayasan Lembaga Gumun Indonesia. [https://books.google.co.id/books?id=PPd-EAAAQBAJ&pg=PA37&hl=id&source=gbs\\_toc\\_r&cad=2#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?id=PPd-EAAAQBAJ&pg=PA37&hl=id&source=gbs_toc_r&cad=2#v=onepage&q&f=false)
- Pandanwangi, A., Dewi, B. S., Ida, I., Edi, D., & Pattipawaej, O. (2021). Peningkatan Daya Saing Masyarakat: Pelatihan Membatik Kreatif Ramah Lingkungan di Masa Pandemi. *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 7(2), 439. <https://doi.org/10.37905/aksara.7.2.439-448.2021>
- Pandanwangi, A., & Nuning Damayanti. (2017). Visualisasi Perempuan pada Lukisan Tradisional Tionghoa. *Panggung*, 27(2), 117–129. <https://media.neliti.com/media/publications/298330-visualisasi-perempuan-pada-lukisan-tradi-4a7bf631.pdf>
- Ranniry, Z., Inne Bulu, R., Frangrathia, J., Liendani, V., & Pandanwangi, A. (2023). Ungkapan Visual Perempuan dalam Karya Seni Lukis. *Idea Publishing*, 9(1), 307–316. <https://doi.org/10.32884/ideas.v9i1.1239>
- Robaeti, E., & Hamdani, A. (2023). Wanita di Mata Media Indonesia (analisis Wacana Kritis Sara Mills pada Berita Online). *Titian: Jurnal Ilmu Humaniora*, 7(1), 68–79. <https://doi.org/10.22437/titian.v7i1.25432>
- Rom, C. (1981). One View: The Feminist Art Journal. *Woman's Art Journal*, 2(2), 19–24.

- <https://doi.org/https://doi.org/10.2307/1357977>
- Rouf A F, M. F. (2023). Transformasi Visual: Analisis Formalisme Dalam Composition V Dan Composition Vii Karya Wassily Kandinsky. *Narada*, 10(3), 361–382. <https://doi.org/10.2241/narada.2023.v10.i3.007>
- Sari, D. P. L., & Putra, I. G. N. G. (2019). Biografi Ni Nyoman Sani; Perupa Wanita Dengan Lukisan Bergaya Ilustrasi Fashion. *Segara Widya: Jurnal Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat: Jurnal Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 7(1), 1–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.31091/sw.v7i1.672>
- Willy Himawan. (2014). Visual Tradisi dalam Karya Seni Lukis Kontemporer Sebagai Wujud Artistik Pengaruh Sosial Budaya. *Urban*, 1(4), 99–109.