

Makna *Make Up* Sebagai *Self Healing* Perempuan

Sawsan Astarte Caralisa Andrian¹, Andhita Salsabillah Putri², Nur Salma Hamidah³

Universitas Negeri Surabaya^{1,2,3}

24041184283@mhs.unesa.ac.id¹

20241184080@mhs.unesa.ac.id²

24041184017@mhs.unesa.ac.id³

Abstrak: Penggunaan *make up* telah banyak dilakukan oleh perempuan bertahun-tahun lalu. Artikel ilmiah ini bertujuan untuk menginvestigasi makna *Make up* Sebagai *Selfhealing* Perempuan. Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini melibatkan survei terhadap 8 responden yang merupakan pengguna *make up*, serta kajian literatur yang menunjukkan bahwa *make up* bermakna terhadap *selfhealing* perempuan. *Make up* bukanlah hal yang asing lagi bagi Perempuan. *Make up* terbukti dapat membawa makna yang positif karena dapat digunakan sebagai pengalihan dari stress dan cara merawat diri secara emosional. Hasil analisis data dari survei menunjukkan bahwa *Make up* memiliki dampak yang cukup signifikan terhadap psikologis dan *selfhealing* perempuan. Berdasarkan hal ini dapat disimpulkan bahwa *make up* telah memberikan makna yang positif terhadap *selfhealing* perempuan, mampu digunakan sebagai pengalihan stress. Perempuan jauh lebih percaya diri dalam penggunaan *Make up*. Selain itu, perempuan juga cenderung jarang melakukan hal yang membahayakan dan lebih memilih untuk melakukan kegiatan *bermake-up*.

Kata Kunci: *make up*, makna, *selfhealing*, psikologis, perempuan; emosional

PENDAHULUAN

Dunia kecantikan mencakup berbagai aspek yang bertujuan untuk meningkatkan penampilan, kesehatan kulit, dan kepercayaan diri seseorang. Bidang ini melibatkan banyak elemen, mulai dari perawatan kulit, *makeup*, hingga perawatan tubuh dan rambut. Industri kecantikan berkembang pesat seiring dengan inovasi dalam produk kosmetik, perawatan yang lebih ramah lingkungan, dan tren kecantikan yang terus berubah. Banyak merek kecantikan berlomba-lomba menciptakan produk yang tidak hanya efektif tetapi juga sesuai dengan kebutuhan dan gaya hidup modern (Elianti *et al.*, 2018). Selain fokus pada produk kecantikan, dunia kecantikan juga menekankan pentingnya kesehatan kulit sebagai fondasi dari penampilan yang sehat. Edukasi tentang perawatan kulit, seperti cara membersihkan, melembapkan, dan melindungi kulit dari paparan sinar matahari, menjadi bagian yang semakin digemari oleh konsumen. Hal ini tercermin dari meningkatnya popularitas produk perawatan kulit berbahan alami dan organik, yang dianggap lebih aman dan tidak menimbulkan efek samping (Indira dan Samtosa, 2023).

Dunia kecantikan juga berperan dalam membentuk budaya dan tren gaya hidup. Banyak orang mengikuti tren kecantikan melalui media sosial, influencer, dan selebriti yang mempromosikan berbagai produk dan teknik kecantikan. Tidak hanya sekadar penampilan fisik, kecantikan modern juga menyentuh aspek kesehatan mental dan ekspresi diri, di mana kecantikan dipandang sebagai cara untuk menampilkan karakter pribadi yang autentik.

Salah satu aspek penting dalam dunia kecantikan adalah *makeup*. *Makeup* membantu seseorang menonjolkan atau mengubah penampilan mereka sesuai dengan keinginan atau kebutuhan acara. Selain untuk mempercantik, *makeup* sering kali digunakan sebagai bentuk seni dan ekspresi diri. *Makeup* juga memainkan peran penting dalam industri hiburan, peragaan busana, dan fotografi, di mana setiap detail riasan dapat memperkuat konsep atau cerita yang ingin disampaikan (Loveitha *et al.*, 2024).

Makeup adalah seni merias wajah dengan menggunakan berbagai produk kosmetik untuk meningkatkan penampilan atau menciptakan tampilan tertentu. *Makeup* mencakup penggunaan berbagai produk seperti foundation, bedak, eyeshadow, lipstick, dan blush on yang diaplikasikan pada wajah untuk menonjolkan fitur tertentu atau menyamarkan kekurangan. Teknik dan gaya *makeup* yang digunakan sering kali berbeda, tergantung pada tujuan, acara, atau tren kecantikan yang sedang populer (Fauziah *et al.*, 2023).

Selain memperindah wajah, *makeup* juga bisa menjadi bentuk ekspresi diri. Banyak orang menggunakan *makeup* untuk menunjukkan gaya pribadi atau untuk menampilkan emosi tertentu. Misalnya, riasan mata yang tebal dan warna bibir yang berani sering kali menunjukkan kepercayaan diri, sementara tampilan natural dapat mencerminkan kesederhanaan dan keanggunan. *Makeup* juga dapat digunakan dalam seni teater dan film untuk membantu aktor membawakan karakter dengan lebih mendalam (Salwa, 2023).

Di dunia kecantikan, *makeup* terus berkembang dengan berbagai inovasi dan tren baru. Produk kosmetik kini juga diformulasikan dengan berbagai bahan yang aman dan terkadang memiliki manfaat perawatan kulit. Selain itu, industri *makeup*

semakin inklusif, menyediakan produk yang beragam untuk berbagai warna kulit dan tipe wajah (Elianti, 2018). *Makeup* memiliki manfaat utama dalam meningkatkan penampilan seseorang dengan menonjolkan fitur wajah atau menyamarkan kekurangan. Dengan penggunaan makeup seperti foundation, concealer, dan bedak, kulit terlihat lebih merata, noda dan bekas jerawat dapat tertutupi, dan tekstur wajah menjadi lebih halus. *Makeup* juga memberikan kemampuan untuk menciptakan ilusi bentuk wajah yang diinginkan, misalnya dengan teknik contouring yang bisa memberikan kesan wajah lebih tirus atau hidung lebih mancung. Selain mempercantik, makeup juga berfungsi sebagai alat untuk mengekspresikan diri dan mencerminkan kepribadian. Banyak orang menggunakan makeup untuk menampilkan gaya pribadi atau suasana hati, seperti menggunakan warna eyeshadow yang cerah dan lipstick bold untuk kesan percaya diri, atau memilih tampilan natural untuk kesan sederhana dan lembut. Dengan makeup, seseorang bisa bereksperimen dan mengeksplorasi berbagai karakter dan penampilan yang sesuai dengan acara atau mood yang ingin disampaikan (Indira *et al.*, 2023).

Tujuan *makeup* juga meluas ke berbagai bidang, seperti fotografi, perfilman, dan peragaan busana, di mana makeup membantu menciptakan tampilan yang sesuai dengan konsep atau cerita. Makeup artist di industri kreatif menggunakan riasan untuk membantu aktor dan model menyampaikan emosi atau menggambarkan karakter tertentu dengan lebih mendalam. Dalam kehidupan sehari-hari, makeup menjadi alat yang mendukung rasa percaya diri, memberi kesan profesional dalam dunia kerja, atau sekadar membuat seseorang merasa lebih baik tentang diri mereka sendiri. *Makeup* sebagai *self-healing* bagi perempuan memiliki makna yang lebih dalam daripada sekadar mempercantik penampilan. Bagi banyak perempuan, makeup menjadi sarana untuk mengekspresikan diri, melepaskan stres, dan mendapatkan kembali kepercayaan diri. Ketika seseorang merias wajah, proses tersebut bisa menjadi momen pribadi untuk berfokus pada diri sendiri, meninggalkan sejenak tekanan dari luar, dan merasakan kontrol atas sesuatu yang ada di dalam kendali mereka. *Makeup* pun menjadi salah satu cara perempuan untuk merasa lebih positif dan memandang diri mereka dengan cara yang lebih baik. Proses merias diri

juga bisa menjadi bentuk meditasi yang membantu mengurangi kecemasan. Saat mengaplikasikan makeup, ada proses yang terstruktur dan berulang, seperti membersihkan wajah, mengaplikasikan *foundation*, hingga menyelesaikan sentuhan akhir. Kegiatan ini sering kali memberikan ketenangan dan menjadi waktu yang dihabiskan secara khusus untuk diri sendiri. Banyak perempuan merasa bahwa momen ini membantu mereka menenangkan pikiran, fokus, dan bahkan melupakan hal-hal yang mengganggu sementara waktu.

Make up sebagai *self-healing* mencerminkan bagaimana perempuan berupaya menghargai diri sendiri dan memperhatikan kebutuhan emosional mereka. Ketika seseorang merasa kurang percaya diri atau sedang mengalami hari yang sulit, makeup bisa menjadi sarana untuk membangkitkan semangat dan melihat diri mereka dengan sudut pandang yang lebih positif. Dengan mengenakan makeup, perempuan tidak hanya merasa tampil lebih menarik di luar tetapi juga merasa diperhatikan dan dipedulikan dari dalam. Hal ini membuat *makeup* menjadi cara untuk memperkuat hubungan seseorang dengan dirinya sendiri.

Selain itu, *makeup* sebagai sarana *self-healing* juga dapat menghubungkan perempuan dengan komunitas yang memiliki ketertarikan yang sama. Banyak perempuan berbagi pengalaman dan tips kecantikan melalui media sosial, membuat mereka merasa lebih didukung dan diakui. Komunitas ini dapat menjadi tempat di mana perempuan merasa diterima, terinspirasi, dan bahkan mendapat dukungan emosional. Dengan begitu, makeup sebagai *self-healing* tidak hanya bersifat individual tetapi juga sosial, di mana perempuan saling menguatkan satu sama lain.

Judul ini dipilih karena makeup sebagai *self-healing* adalah fenomena yang semakin disadari dan diterima di kalangan perempuan. Judul ini menggambarkan bagaimana *makeup* bukan lagi sekadar alat kecantikan, tetapi juga memiliki makna emosional yang lebih dalam. Selain menarik perhatian, judul ini diharapkan bisa memberikan pemahaman baru bahwa makeup memiliki peran penting dalam kesehatan mental dan kesejahteraan emosional perempuan

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam studi "Makna *Makeup* sebagai *Self-Healing* Perempuan" adalah metode kualitatif. Metode ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memahami dan menggali pengalaman serta makna yang diberikan perempuan terhadap penggunaan *makeup* sebagai bentuk penyembuhan diri (*self-healing*). Penelitian ini dilakukan secara deskriptif, dengan tujuan mengamati dan mendeskripsikan fenomena secara mendalam dan holistik, sesuai dengan pendekatan kualitatif yang lebih berfokus pada kualitas data daripada jumlahnya.

Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi dengan 8 narasumber yaitu Maya (18 tahun), Alvi (28 tahun), Ocha (18 tahun), Olivia (16 tahun), Keisha (14 tahun), Farah (18 tahun), Selly (18 tahun), dan Radin (19 tahun). Wawancara mendalam digunakan untuk mendapatkan informasi langsung dari para responden mengenai pengalaman dan pandangan pribadi mereka tentang *makeup* sebagai sarana *self-healing*. Observasi dilakukan untuk memperkuat pemahaman tentang konteks penggunaan *makeup* oleh responden dalam kehidupan sehari-hari. Jenis data yang dikumpulkan adalah data kualitatif berupa kata-kata dan deskripsi yang menjelaskan persepsi, motivasi, dan emosi yang melatarbelakangi penggunaan *makeup*.

Subjek yang diwawancarai dalam penelitian ini adalah perempuan pengguna *makeup* dengan latar belakang yang beragam, mencakup variasi usia, profesi, dan tingkat kesibukan. Delapan responden dipilih sebagai sampel penelitian untuk memastikan keberagaman pengalaman dan perspektif. Pemilihan subjek dilakukan secara purposif, yaitu dengan memilih individu yang rutin menggunakan *makeup* dan memiliki pandangan khusus tentang *makeup* sebagai sarana *self-healing*. Peneliti berharap metode ini dapat memberikan wawasan yang mendalam mengenai peran *makeup* dalam kesehatan emosional perempuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian yang telah kami lakukan menemukan berbagai makna *makeup* terhadap psikologis dan *self healing* perempuan dari berbagai pendapat para

narasumber. Dengan menggunakan berbagai pertanyaan yang menghasilkan jawaban dari beberapa narasumber.

1. *Makeup* sebagai sarana mengekspresikan emosi

Salah satu makna *makeup* yang dapat peneliti temukan melalui hasil survei dan juga wawancara bahwa *makeup* merupakan sarana mengekspresikan emosi. Beberapa responden juga menyatakan bahwa aktivitas penggunaan *makeup* membantu mereka lebih tenang dan terhadap dirinya. Kegiatan *makeup* ini dapat memberikan mereka waktu untuk fokus pada diri sendiri dan merawat diri mereka sesuai dengan apa yang mereka inginkan. Dalam penggunaan *makeup* tidak hanya untuk meningkatkan penampilan fisik, melainkan juga tentang bagaimana seseorang dapat mengekspresikan emosi mereka. *Makeup* adalah bentuk seni yang memungkinkan seseorang untuk dapat merasa fokus. Dengan mengekspresikan emosi melalui warna, tekstur, jenis, dan gaya yang mereka pilih dalam menggunakan *makeup* sehingga *makeup* dapat dikatakan sebagai bentuk meditasi atau terapi yang dapat meningkatkan kesadaran diri dan membantu menenangkan pikiran bagi beberapa responden. *Makeup* juga dapat memberikan ruang untuk berefleksi dan mengekspresikan diri secara bebas, terutama ketika seseorang merasa kehilangan kendali atas dirinya. Saat seseorang mengaplikasikan *makeup* terhadap wajahnya terdapat proses yang memungkinkan pikiran untuk fokus, meredakan kecemasan, dan membantu melupakan sejenak masalah yang ada. Dalam melakukan proses *makeup* dapat mengekspresikan emosi negatif yang ada di dalam diri seseorang seperti kecemasan atau ketidakpastian yang ada di dalam diri. Sehingga seseorang yang memiliki emosi negatif tersebut dapat mengekspresikan melalui *makeup* yang diaplikasikan sesuai dengan keinginan yang dapat menimbulkan rasa nyaman dan percaya diri terhadap orang yang memiliki emosi negatif tersebut. Tidak hanya sebagai penutup kekurangan fisik, *makeup* juga bisa menjadi cermin dari emosi yang lebih dalam. Ketika seseorang memilih warna-warna cerah atau gelap, mereka mungkin sedang mengekspresikan suasana hati mereka. Di saat yang sama, *makeup* juga bisa menjadi alat untuk 'membuat wajah baru', yang dapat membawa perasaan segar dan optimism seseorang. Pada akhirnya, *makeup* dikatakan sebagai sarana pengelolaan emosi dan memberikan ruang bagi seseorang untuk lebih memahami dirinya sendiri. Hal ini tidak hanya sekedar ritual kecantikan, tetapi juga cara

untuk mengolah perasaan dan menemukan keseimbangan emosi dalam kehidupan seseorang yang penuh tantangan.

1. Makeup Sebagai ritual Self- Care

Makna makeup yang dapat peneliti temukan melalui hasil survei dan juga wawancara bahwa makeup dikatakan sebagai ritual Self-Care. Hal tersebut merupakan salah satu aspek penting dalam Self- Healing, dimana individu dengan sadar meluangkan waktu untuk merawat dirinya baik secara fisik maupun secara emosional. Bagi perempuan yang menggunakan makeup dalam keseharian hal tersebut tidak hanya sekedar rutinitas harian tetapi menjadi bentuk terhadap perawatan diri dan juga perhatian kepada diri mereka. Makeup sebagai ritual self-care melibatkan lebih dari sekedar merubah penampilan luar namun, hal ini adalah momen-momen untuk terhubung dengan diri sendiri dan merawat tubuh serta pikiran.

Dalam kegiatan yang sibuk dan penuh tekanan, kegiatan makeup ini dapat memberikan jeda kecil yang dapat memberikan kesempatan untuk memfokuskan diri, dan merasakan kebersamaan dengan diri sendiri. Dalam proses pengaplikasian makeup, dari membersihkan wajah hingga menggunakan produk makeup dapat menghadirkan perasaan tenang bagi diri sendiri. Mulai dari mengaplikasikan foundation yang memberikan warna baru pada wajah, hingga pemilihan warna lipstick yang sesuai dengan suasana hati, semuanya adalah bagaian dari ritual yang menenangkan. Langkah- langkah tersebut dapat memberikan seseorang untuk lebih memiliki waktu untuk merawat diri sendiri dengan penuh perhatian. Seperti mengoleskan eyeshadow pada area mata hal tersebut merupakan seni yang mengekspresikan suasana hati dan kepribadian seseorang. Mengaplikasikan eyeliner secara perlahan juga dapat menjadi cara untuk fokus pada detail dan menikmati proses untuk menuju pada hasil akhir dalam menggunakan makeup. Pada akhirnya, makeup bukan hanya tentang hasil akhir tetapi tentang proses yang dijalani dalam menggunakan makeup. hal ini adalah waktu untuk diri sendiri untuk memanjakan dan merawat diri dan untuk mengingatkan diri bahwa kita layak

mendapatkan perhatian dan kasih sayang terutama dari diri kita sendiri. Makeup sebagai bagian dari Self-Care dapat membantu kita merawat bukan hanya dari penampilan luar tetapi juga membantu memberikan kesejahteraan batin kepada diri sendiri.

1. Makeup Sebagai Media Pengalihan Stress

Makeup telah menjadi lebih dari sekadar alat untuk mempercantik wajah. Bagi banyak orang, makeup adalah media pengalihan stres yang efektif. Aktivitas merias wajah dapat memberikan sensasi tenang dan fokus yang mirip dengan meditasi. Dalam proses merias, seseorang secara tidak langsung diajak untuk meluangkan waktu bagi diri sendiri yang penting untuk kesejahteraan mental. Saat seseorang merasa stres atau cemas, aktivitas yang membutuhkan konsentrasi penuh dapat membantu mengalihkan pikiran dari perasaan negatif. Makeup menjadi salah satu bentuk yang menghadirkan momen tenang dan fokus. Mulai dari memilih warna eyeshadow, mengaplikasikan foundation, hingga membentuk alis, setiap langkahnya membutuhkan perhatian dan kesabaran. Aktivitas ini dapat menjadi kesempatan untuk melupakan sejenak segala tekanan yang dirasakan dan mengalihkan perhatian kedalam kegiatan yang menyenangkan. Bagi sebagian orang, makeup juga memiliki unsur ekspresi diri yang kuat. Menggunakan memberikan rasa kepuasan dan pencapaian. Proses kreatif ini dapat melepaskan hormon-hormon kebahagiaan yang dapat membantu meningkatkan mood. Selain itu, makeup juga dapat membangun rasa percaya diri. Ketika seseorang merasa tampil maksimal, hal ini bisa meningkatkan suasana hati dan memberikan dorongan positif.

Meskipun penampilan bukanlah segalanya, perasaan nyaman dengan penampilan diri sendiri sering kali membantu mengatasi perasaan cemas atau rendah diri. Pada intinya, makeup bukan hanya soal penampilan luar, tetapi juga tentang bagaimana perasaan kita di dalam. Bagi banyak orang, rutinitas makeup adalah cara untuk merawat diri, menghadirkan momen kebahagiaan, dan menciptakan ruang untuk diri sendiri dalam kesibukan sehari-hari. Sehingga, makeup bisa menjadi alat yang efektif untuk mengurangi stres dan menciptakan keseimbangan emosional.

2. *Makeup* dapat Meningkatkan Rasa Percaya Diri

Bagi banyak orang, alasan utama mereka menggunakan *makeup* adalah untuk menutupi ketidaksempurnaan yang ada pada wajah mereka seperti bekas jerawat, kemerahan, flek hitam, kantung mata yang gelap, warna kulit yang tidak merata, dan lain sebagainya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyebutkan bahwa tampilan fisik seseorang berhubungan erat dengan self-esteem atau harga diri (Miller & Cox, 1982). Ketika seorang merasa tampil lebih menarik secara visual, ini memberikan dampak langsung pada bagaimana mereka menilai diri mereka. *Makeup* memang memainkan peran penting dalam meningkatkan kepercayaan diri seseorang. Hal tersebut pun dapat dibuktikan dari jawaban 8 narasumber yang sepakat bahwa *makeup* menambah kepercayaan diri mereka baik itu pribadi maupun saat muncul di ruang publik. Beberapa mengatakan bahwa dengan menggunakan *makeup* untuk menyamarkan ketidaksempurnaan pada wajah, mereka merasa jauh lebih nyaman dan percaya diri untuk tampil dihadapan publik. Dengan mereka tampil cantik dan menarik, kesan pertama yang diberikan oleh individu lain biasanya akan bersifat positif, karena dengan menggunakan *makeup* mereka seringkali mendapatkan pujian dari orang lain. Pujian dan hal-hal positif lain yang mereka terima kemudian dijadikan salah satu alasan utama mereka untuk tampil percaya diri. Adapun individu lain yang menanggapi percaya diri tidak hanya datang dari pujian yang diungkapkan orang lain, dengan ia tampil cantik pun baginya sudah termasuk dalam bentuk membangun kepercayaan diri dan bentuk menghargai diri sendiri. Dalam konteks ini, *makeup* berfungsi “pengambil kendali” penampilan mereka hanya soal tampil cantik bagi orang lain, tetapi juga soal bagaimana mereka memperlakukan diri mereka sendiri. *Makeup* sebagai bagian dari identitas diri.

Makeup tidak hanya dipandang sebagai produk kosmetik yang digunakan individu untuk mempercantik wajahnya, tetapi bisa juga sebagai bentuk ekspresi individu yang dapat mencerminkan kepribadian, gaya hidup, dan bahkan suasana hati. Sebagian besar narasumber mengungkapkan bahwa gaya *makeup* yang mereka pilih dalam kehidupan sehari-hari mencerminkan siapa mereka dan bagaimana mereka ingin dilihat oleh orang lain. Jika melihat dari perspektif sebagai atas Bukan

psikolog, makeup bisa dilihat sebagai sarana self-expression, yang artinya individu bisa menggunakan makeup untuk menunjukkan siapa mereka dan bagaimana mereka ingin dipersepsikan. Makeup memungkinkan perempuan untuk menciptakan citra yang lebih sesuai dengan harapan sosial atau pribadi, membantu mereka merasa lebih nyaman dengan diri sendiri, (Schouten, 1991). Salah satu narasumber mengungkapkan mengungkapkan, ia menggunakan makeup sesuai situasi yang terjadi pada saat itu, misalnya ketika ia hanya perlu pergi ke kampus ia akan menggunakan makeup yang natural atau ketika ia perlu menghadiri acara yang lebih formal seperti pesta pernikahan ia akan menggunakan makeup yang lebih tebal. Narasumber lain pun mendukung pendapat tersebut ia menambahkan bahwa ia menggunakan makeup juga sesuai suasana hati, misalnya saat ia ingin terlihat sederhana, tenang, dan tidak mencolok ia akan menggunakan makeup yang natural atau saat ia merasa sedang berenergi dan ingin terlihat berani ia akan menggunakan makeup yang lebih tebal.

3. *Makeup Sebagai Self healing*

Self healing adalah sebuah proses penyembuhan luka batin yang bisa mengganggu kondisi emosi seseorang. Cara seseorang untuk menerapkan self healing ini pun berbeda-beda, tergantung pada kecocokan model self healing yang dilakukan setiap orang. Healing tidak harus selalu dilakukan dengan bantuan terapis, tetapi juga bisa dilakukan secara mandiri yang disebut dengan self-healing. Self healing merupakan fase yang diterapkan pada proses pemulihan, didorong dan diarahkan oleh individu sendiri dan seringkali hanya dipandu oleh naluri (Farmawati, Ula & Qomariyah, 2020). Bagi banyak perempuan, mereka menggunakan makeup sebagai sarana self healing. 5 dari 8 narasumber mengungkapkan bahwa mereka juga menganggap makeup sebagai bentuk self healing. Salah satu narasumber menceritakan bahwa dirinya pernah menjadi korban bullying semasa remaja dikarenakan penampilannya dianggap aneh oleh para pelaku. Seiring dengan bertambahnya usia ia kemudian menjadikan makeup sebagai bagian penting dalam hidupnya, dengan menggunakan makeup ia mengungkapkan bahwa ia menjadi lebih

percaya diri dan tanggapan orang-orang terhadap dirinya pun kebanyakan bersifat positif. Ia yang awalnya merasa sangat trauma dengan hal apa yang menyimpannya dahulu sudah lebih percaya diri dalam melanjutkan hidupnya berkat makeup. Dalam hal ini proses merawat diri dan merias wajah juga menggambarkan ketenangan dan pengalihan fokus terhadap trauma yang pernah dialami.

KESIMPULAN

Penggunaan makeup pada perempuan terhadap psikologis dan *self-healing* perempuan yang dilakukan penelitian pada perempuan dengan latar belakang berbeda menunjukkan makeup memiliki beragam jenisnya yang disesuaikan dengan keinginan masing-masing. Penggunaan makeup pada perempuan memiliki berbagai fungsi salah satunya sebagai bentuk psikologis dan *self-healing* perempuan, karena dengan menggunakan makeup yang disesuaikan dengan kegiatan sehari-hari pada acara tertentu makeup mampu menyamarkan ketidaksempurnaan di wajah sehingga dapat meningkatkan rasa percaya diri dan sebagai bentuk menghargai diri sendiri. Hal ini tentu berpengaruh pada psikologis karena akan fokus pada proses makeup tanpa memperdulikan kekurangan. Serta menggunakan makeup mampu membantu dalam rasa sulit kehidupan salah satunya sebagai bentuk mencari kegiatan baru agar tidak fokus dan berlarut pada permasalahan karena menggunakan make-up dapat menghilangkan rasa bosan terhadap suatu hal dengan mencoba trend make-up terbaru yang ada.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, F. T. (2024). *Konstruksi Makna Cantik Pada Mahasiswi Pengguna Skincare Di Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah IAIN Kediri*. IAIN Kediri.
- Elianti, L. D., & Pinasti, V. I. S. (2018). Makna Penggunaan Make Up Sebagai Identitas Diri (Studi Mahasiswi Universitas Negeri Jurnal Yogyakarta). *E-Societas: Pendidikan Sosiologi*, 7(3).
- Fauziah, N. O., & Khairunnisa, A. (2023). Pemberdayaan Perempuan melalui Pelatihan Kecantikan Tata Rias Wajah. *Nusantara Hasana Journal*, 3(2), 193-198.
- Indira, N., & Santosa, R. (2023). Analisis Semantik pada Jargon Make-Up dalam

-
- Video Tutorial Make-Up di Youtube. Prosiding Seminar Sastra Budaya dan Bahasa (SEBAYA), 3, 302-310.
- Loveitha, D., & Febriana, P. (2024). Makeup as a Form of Self- Representation: Queer Beauty Vlogger. *Academia Open*, 9(1), 10.21070/acopen.9.2024.4670.
- Salwa, S. (2023). Makna Penggunaan Make Up dalam Pembentukan Citra Diri Bagi Perempuan pada Masa Emerging Adulthood Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. *Ushuluddin dan Humaniora*.
- Halliwell E, Dittmar H. Associations between appearance- relatedself- discrepancies and young women's and men's affect, body satisfaction, and emotional eating: a comparison of fixed- item and participant- generated self- discrepancies. *Pers Soc Psychol Bull*. 2006 Apr;32(4):447-58. Doi: 10.1177/01461672052 4005. PMID: 16513798.
- Kalika Shekhawat (2024); THE PSYCHOLOGICAL EFFECTS OF MAKEUP: SELFPERCEPTION, CONFIDENCEAND SOCIAL INTERACTION *Int. J. of Adv. Res.* (May). 925-931] (ISSN2320- 5407).
- Lee, H., & Oh, H. (2018). The Effects of Self-Esteem on Makeup Involvement and Makeup Satisfaction among Elementary Students. *Archives of Design Research*, 31(2), -95.
- Nash, R., Fieldman, G., Hussey, T., Leveque, J. L., & Pineau, P. (2020). Cosmetics: They influence more than Caucasian female facial attractiveness. *Body Image*, 9(1), 46 54. <https://doi.org/10.1016>
- Triolo-Rodriguez, Rhys, "Exploring Core Concepts and Uses of Makeup in Expressive Arts Therapy and Mental Health: A CriticalReview of the Literature" (2023).*Expressive Therapies Capstone Theses*.698. https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_theses/698
- Xie, Z. (2024). The Influence of Social Media on Perception of Body Image andBeautyStandards on Young People. *Transactions on Science, Education, Humanities Research*, vol. 4.
- Ramadhani,N., Syaifuddin, A., Tarigan,A. (2022). Perspektif Mahasiswa Terhadap Cyber Bullying <https://proceeding.unesa.ac.id/index.php/sniis/article/view/111/96>
- W, Syahallah., H. Afina., A. Maria. (2023) Dampak Standar KecantikanBagi Perempuan diIndonesia <https://proceeding.unesa.ac.id/index.php/sniis/article/view/920/389>