

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Logoterapi masuk kedalam aliran psikologi humanistik yang menganggap kepribadian sebagai sebuah satu kesatuan yang terdiri dari dimensi ragawi, spiritual dan kerohanian (mental). Psikologi humanistik menunjukkan bahwa manusia merupakan makhluk yang sadar, mandiri, dan dapat menentukan segalanya. Psikologi humanistik tentu saja membicarakan keberadaan dan kebebasan berkeinginan individu, dan memusatkan perhatian kepada kualitas insani, yaitu sifat dan kemampuan khusus yang sangat melekat pada kehidupan manusia. Termasuk bagaimana individu menentukan sikap terhadap peristiwa yang dihadapinya sebagai kebebasan berkeinginan dengan penuh tanggung jawab.

Victor Frankl menjadi korban pengekapan dalam kamp konsentrasi Nazi, melihat banyak peristiwa tragis, ketidak berdayaan, keputusasaan, teror-teror serta kematian keluarganya. Melalui pengalaman tragis yang ia dapatkan, ia mengembangkan penelitiannya yang dikenal sebagai logoterapi dengan metode psikoterapi praktis, dan terus mengembangkan filsafat manusia menuju kualitas hidup yang bermakna, dimana fenomenologi dan pendekatannya ialah penderitaan hidup dari peristiwa-peristiwa tragis seperti halnya kekerasan seksual.

Kekerasan seksual mengakibatkan guncangan berupa traumatik, gangguan kecemasan, rasa takut yang berlebih sehingga memungkinkan terjadinya reaksi tidak wajar seperti penyalahgunaan zat sampai bunuh diri, karena kekosongan dan kehampaan hidup, dan kehilangan makna. Memahami dan mengamalkan nilai-

nilai yang terkandung dalam logoterapi dapat menjadi cara seseorang untuk menyembuhkan dirinya dari traumatik maupun dalam kondisi normal. Seperti memberikan nilai kreatif pada hidup, mengerjakan sesuatu dengan sebaik-baiknya dan penuh rasa tanggung jawab. Nilai penghayatan dengan memberikan nilai-nilai kebenaran, menemukan keindahan, dan cinta. Serta nilai bersikap, seperti halnya mengambil sikap untuk menghadapi keadaan yang tidak diubah kembali.

Manusia memiliki kehendak untuk membuat keputusan yang diarahkan pada kebebasan berkeinginan terhadap dirinya dan dunia. Sehingga dalam proses mengamalkan nilai-nilai kehidupan juga akan berbeda antara satu dengan lainnya, karena setiap individu memiliki keinginan yang berbeda-beda pula dalam menciptakan makna hidup. Logoterapi mengakui adanya dimensi kerohanian dalam diri manusia selagin raga dan jiwa. Eksistensi yang termuat dalam logo terapi yakni ditandai oleh kerohanian, kebebasan, dan tanggung jawab.

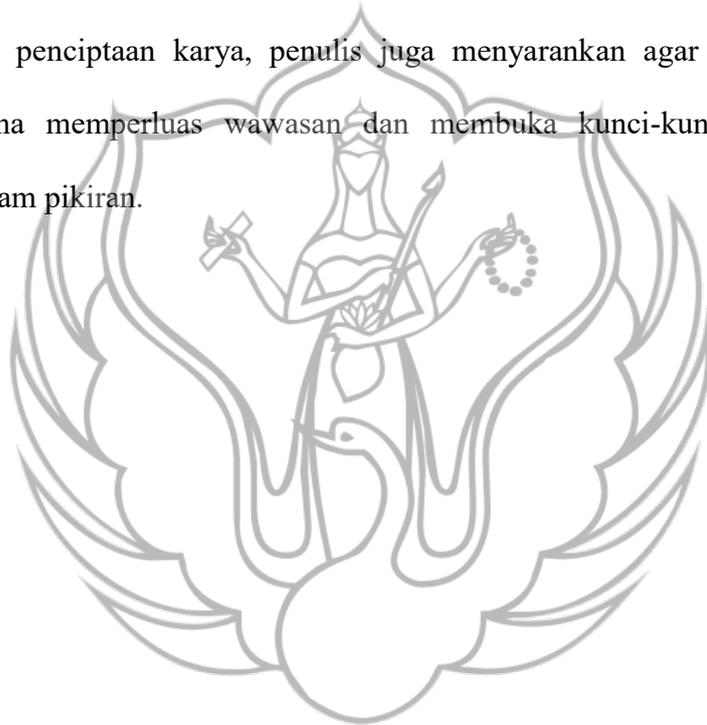
Karya seni teater berjudul H.E.A.L dengan pendekatan logoterapi sebagai *self-healing* pasca kekerasan seksual memiliki proses yang berbeda dari karya teater pada umumnya karena dikemas dalam bentuk video film alternatif. Perbedaan disiplin ilmu yang hadir antara teater dan film menghadirkan keunikan tersendiri dalam bentuk visual yang dihadirkan. Proses pertunjukan teater akan selesai setelah pertunjukan itu berakhir, apa yang terjadi di atas panggung tidak dapat diulang kembali. Sebuah film setelah melakukan pengambilan gambar akan berakhir di proses *editing* dan jika ada pengadeganan yang tidak sesuai atau kesalahan teknis dalam pengambilan gambar maka dapat dilakukan kembali hingga hasilnya dirasa benar-benar sempurna.

Semoga karya teater ini dapat menjadi pemantaik ruang penyadaran kembali untuk dapat menemukan makna dari keinginan diri dan menentukan sikap yang tepat dalam mengambil keputusan hidup. Karya ini diharapkan dapat menyentuh dua sisi, baik yang mengalami penderitaan maupun pelaku yang bertindak menyebabkan penderitaan tersebut. Semoga karya teater “H.E.A.L” juga dapat menjadi langkah awal untuk melahirkan karya-karya berikutnya, yang membawakan proses penyembuhan dan bagaimana menentukan keberadaan diri dari setiap peristiwa tragis dalam hidup.

### **B. Saran**

Menciptakan karya bukan hanya bertujuan untuk menunjukkan eksistensi kepada khalayak ramai, namun sebagai media belajar bahkan metode dalam menyembuhkan diri sendiri dari keterpurukan. Proses pengkaryaan ini tidak berjalan mulus, banyak hambatan dan rintangan yang bersumber dari internal dan eksternal diri. Ambisi untuk “terlihat” dileburkan untuk lebih mengikuti suara hati sehingga pengkarya dituntut untuk sabar menjalankan dan menikati setiap prosesnya. Banyak perubahan-perubahan konsep penggarapan yang terjadi hingga dapat dipertontonkan kepada tim penguji ahli, hal tersebut terjadi karena setiap karya akan mengalami perkembangan selama proses berlangsung. Seorang pengkarya diharapkan memiliki pembawaan diri yang “tenang”, agar dapat dengan bijak dan objektif mengambil keputusan sesuai kebutuhan. Membuat banyak rancangan sebagai antisipasi apabila mendapatkan kendala yang tidak dapat diselesaikan juga menjadi hal penting bagi seorang pengkarya.

Dalam merancang ide penciptaan yang bersumber dari self healing pasca kekerasan seksual, membutuhkan proses untuk bisa dijadikan sebagai sebuah karya seni, karena dibutuhkan perenungan serta penghayatan yang mendalam terkait apa yang terjadi pada diri, dan merepersentasikan kembali data-data yang didapatkan dari hasil pegamatan, literasi, dan dokumentasi yang ada. Untuk itu pengkarya menyarankan bagi orang yang ingin membuat karya seni, harus mempertimbangkan dengan matang ketika memilih sumber ide penciptaan. Pada saat proses penciptaan karya, penulis juga menyarankan agar memperbanyak diskusi guna memperluas wawasan dan membuka kunci-kunci yang masih tertutup dalam pikiran.



## Daftar Pustaka

- Ardyaksa, A. S. (2016). Pengaruh Film Alternatif. *GADJAH MADA JOURNAL OF PSYCHOLOGY*, 2, 3.
- Ardianto, Y. (n.d.). Memahami Metode Penelitian.
- Bastaman, H. (2007). *Logoterapi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup lebih bermakna*. Jakarta: PT Raja Grafindo Prasada .
- Catarina Ramos, I. L. (2013). Posttraumatic Growth in the Aftermath of Trauma: A Literature Review About. *Psychology, Community & Health*, 2, 43–54.
- Chivers-Wilson, K. A. (2006). Sexual assault and posttraumatic stress disorder: A review of the biological, psychological and sociological factors and treatments. p. 112.
- Creswell, J. W. (2018). *Research Design "Qualitative, Quantitative, Mixed Method Approaches"*. California: SAGE Publication.
- Dean, H. S. (2009). *Practice-led Research, Research-led Practice in the Creative Art*. London: Edinburgh University Press.
- Farber, S. K. (2017). *Celebrating the Wounded Healer Psychotherapist: Pain, Post-Traumatic Growth and Self-Disclosure*. Third Avenue, New York, NY: Routledge Taylor & Francis Group.
- Frankl, V. E. (2017). *Man's Search for Meaning*. (H. Priyatna, Trans.) Jakarta: Noura Books.
- Ghosh, S. K. (Ed.). (2009). *Self-healing materials "Fundamentals, Design Strategies, and Application"*. Weinheim: WILEY-VCH Verlag GmbH & Co.
- Guntur. (2016). Penelitian Artistik Sebuah Paradigma Alternatif. *Makalah Seminar Internasional* , 6.
- Hatta, K. (2016). *Trauma dan Pemulihannya*. Banda Aceh: Dakwah Ar-Raniry Press.
- Haryono, C. G. (2020). *Ragam Metode Penelitian Kualitatif Komunikasi*. Sukabumi, Jawa Barat: Jejak Publisher.
- Ibrahim, I. S. (2007). *Budaya populer sebagai komunikasi: dinamika popscape dan*. Yogyakarta: Jalasutra.
- Lehmann, H.-T. (2006). *Postdramatic Theater*. New York: Routledge.
- Mardawani. (2020). *Praktis Penelitian Kualitatif "Teori Dasar dan Analisis Data Dalam Perspektif Kualitatif"*. Yogyakarta: Deppublish.

- Mary R. Harvey, J. L. (1992). The Trauma of Sexual Victimization : Feminist Contributions to Theory, Research, and Practice. *National Center for PTSD*, 3(3), 1-8.
- Phebe Illenia S., W. H. (2011). Pemulihan Dari Pada Korban Kekerasan Seksual. *Insan Media Psikologi*, 3(12), 118-128.
- Prakoso, G. (2008). *Film Pinggiran "Antologi Film Pendek. Film Eksperimental dan Film Dokumenter"*. Tangerang: Yayasan Seni Visual Indonesia.
- Rahmasari, D. (2020). *Self Healing Is Knowing Your Own Self*. Surabaya: Unesa University Press.
- Reivich, K. &. (2002). *The Resilience Factor; 7 Essential Skill For Overcoming Life's Inevitable Obstacle*. New York: Broadway Books.
- Rosen, M. (2003). *Understanding Post-Traumatic Stress Disorder*. United States of America: Chelsea House Publisher.
- Tazkiyah, A. Y. (2019). Resiliensi dan Post Traumatic Growth (PTG). *Psikoborneo*, 7, 383-393.
- Syarifah. (2019). Fenomena Kesurupan Dalam Persepsi Psikologi dan Peruqyah. *Jurnal Studia Insania*, 6, 108-120. doi:10.18592/jsi.v6i2.2208
- Sagone, E. (2016). "YES ... I CAN": PSYCHOLOGICAL RESILIENCE AND SELF-EFFICACY IN ADOLESCENTS". *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1, 141-148.
- Sasongko, S. A. (2014). Motivasi dalam kasus pemerkosaan (Perspektif Gender). *Muwazah*, 6(2), 265-276.
- Sharma, S. (2010). Criminology: A Study on Crime against Women. *International Journal of Science and Research*, 7(10), 1045-1049.
- Supaat I, L. (2008). *Psikologi Fenomenologi Eksistensialisme*. Lamongan: Pustaka Pujangga.
- Utami, C. T. (2017). Self-Efficacy dan Resiliensi : Sebuah Tinjauan Meta-Analisis. *Buletin Psikologi*, 25(1), 54-65.
- VeronikaSuprapti, A. P. (2014). Resiliensi Remaja Putri terhadap Problematika Pasca Orang Tua Bercerai. *JURNAL Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 3(3), 164-171.
- Wahluyo, H. J. (2001). *Drama : Teori dan Pengajarannya*.
- Wolf, N. (2021). *Vagina "Kekuasaan dan Kesadaran"*. (A. DS, Ed., & W. A, Trans.) Yogyakarta: Odise Publishing
- Yuliasuti, E. (2021). HUBUNGAN ANTARA POST-TRAUMATIC GROWTH DENGAN RESILIENSI PADA. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 9, 901 - 910.

