

## **BAB V**

### **PENUTUP**

Gangguan mental merupakan kondisi seseorang yang mengalami kesulitan psikologis yang mengganggu kehidupan sehari-hari. Wanita tercatat lebih banyak mengalami gangguan mental daripada pria, oleh sebab itu figur wanita menjadi objek utama dalam karya walaupun ada dua lukisan yang tidak menampilkan sosok figuratif wanita.

Menggunakan tema gangguan mental merupakan tantangan yang cukup besar bagi penulis. Di tengah masyarakat yang masih minim kesadaran akan pentingnya isu gangguan mental dan sebagian yang masih memegang erat budaya patriarki memberikan semangat lebih kepada penulis untuk menuangkannya ke dalam lukisan.

Mengingat saat penulis mengalami depresi, mendengar langsung dari orang-orang yang memiliki jenis gangguan mental lain, menonton beberapa film bertemakan gangguan mental, dan membaca literatur psikologi membuat penulis semakin menyadari pentingnya isu ini untuk disebarluaskan dan menumbuhkan empati yang dalam. Oleh sebab itu lukisan menjadi media yang aman untuk menyalurkannya.

Dalam berkarya, penulis mencoba meresapi dalam-dalam bagaimana sendainya jika penulis yang mengalami sendiri gangguan-gangguan mental itu. Penulis mencoba memunculkan kepribadian lain dalam diri agar lukisan yang dibuat benar-benar menggambarkan kondisi para penderita gangguan mental, dengan risiko setelah karya selesai penulis butuh bimbingan psikologi dari psikolog profesional agar penulis kemudian hari tidak benar-benar mengalami berbagai gangguan mental.

Saat sedang memainkan peran sebagai penderita gangguan mental, emosi yang muncul langsung dituangkan dalam wajah objek utama sehingga sorot matanya akan berbeda untuk setiap lukisan. Warna-warna yang sering muncul merupakan warna-warna temaram untuk menunjukkan kesan depresif, tertekan, dan minim harapan. Wajah-wajah wanita yang dilukiskan cenderung berekspresi datar

namun sorot matanya dan gestur tubuhnya menunjukkan adanya perasaan-perasaan yang ingin diungkapkan. Bentuk alis, warna mata, dan bibir merupakan poin penting yang akan menentukan ekspresi atau emosi apa yang berusaha disampaikan, entah itu lelah, kesal, sedih, atau yang lainnya.

Kebanyakan komposisi yang dipakai nampak seperti foto KTP yang mengambil figur wanita dari kepala sampai atas dada dengan ekspresi cenderung datar. Hal ini sengaja dilakukan untuk menunjukkan sarkasme bahwa gangguan mental kerap kali dijadikan label identitas untuk penderitanya. Komposisi ini akan dianggap sebagai sesuatu yang biasa saja bagi pengamat seni untuk tema gangguan mental, karena gangguan mental dianggap sesuatu yang aneh, maka seharusnya komposisinya pun dibuat seaneh mungkin. Namun jika orang awam yang melihat, komposisi tersebut yang dipadukan dengan surealisme akan dianggap aneh. Hal itu justru merupakan salah satu bentuk majas yang menyindir bahwa penderita gangguan mental masih dianggap aneh di tengah masyarakat, yang seharusnya sudah menganggap biasa saja karena setiap orang bisa saja terkena gangguan mental.

Dalam prosesnya, karya yang dirasa paling maksimal dalam pengerjaan adalah “(not) *The Wrong Clothes*,” “*Women(?)*,” dan “*Lonely*”. Selain mendapat apresiasi dan berbagai komentar positif dari berbagai pihak, karya tersebut memiliki kedalaman makna yang lebih dibanding karya-karya lain.

Karya yang masih butuh dikaji ulang dan lebih bisa dimaksimalkan secara visual adalah “*Whispered*” dan “*Food Addict*”. Dalam karya “*Whispered*,” Penulis merasa kurang berhasil dalam menggambarkan keadaan halusinasi. Sementara dalam karya “*Food Addict*,” gambar mahkota dari buah-buahan justru tampak seperti topi buah yang dipopulerkan oleh Carmen Miranda.

Karya-karya Tugas Akhir ini dibuat sesuai pengalaman visual, literatur, dan diskusi bersama para penderita gangguan mental, yang diolah menjadi gagasan oleh penulis. Dalam proses pengerjaannya, penulis mengalami kesulitan dalam manajemen waktu, manajemen kesehatan, dan kepercayaan diri dalam menciptakan karya. Cukup banyak waktu yang seharusnya untuk mengerjakan karya namun penulis pakai untuk mengurus kesehatan fisik sampai harus operasi dan kontrol di rumah sakit. Penulis juga sering kelelahan saat mengerjakan karya sambil berperan

sebagai penderita gangguan mental. Emosi itu terkadang masih tersisa setelah karyanya selesai, sehingga penulis membutuhkan waktu untuk pendampingan terapi bersama psikolog. Kurangnya kepercayaan diri untuk bisa menggambarkan kondisi-kondisi itu juga berpengaruh terhadap karya secara visual. Penulis terkesan cari aman dalam menempatkan komposisi lukisan.

Melalui karya-karya yang telah diciptakan, penulis berharap dapat membagikan kesadaran bahwa isu kesehatan dan gangguan mental merupakan hal yang penting bagi dasar hidup manusia. Penulis juga berharap orang-orang lebih paham lagi bahwa stigma-stigma negatif yang masih beredar hingga saat ini tidak benar.

Oleh karena seluruh karya dan laporan Tugas Akhir ini belum sempurna, maka penulis menerima diskusi, saran, dan kritik yang membangun agar lebih baik di kemudian hari.



## DAFTAR PUSTAKA

### A. Buku

- Cassirer, Ernst. 1944. *An Essay on Man. An Introduction to a Philosophy of Human Culture*. New York: Yale University Press.
- Deleuze, Gilles. 1981. *Francis Bacon: Logic of Sensation*. London & New York: Continuum.
- Djelantik, A.A.M. 1999. *Estetika Sebuah Pengantar*. Bandung: MSPI.
- Fakhriyani, Diana Vidya. 2019. *Kesehatan Mental*. Pamekasan: Duta Media Publishing.
- Haig, Matt. 2018. *Alasan untuk Tetap Hidup. (Rosemary Kesaully, Terjemahan)*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Hauck, Dr Paul. 2019. *Psikologi Depresi. (Natalia NA, Terjemahan)*. Surabaya: Amadeo Publishing.
- Sugiharto, Bambang. 2013. *Untuk Apa Seni*. Bandung: Matahari.
- Waridah, Ernawati. 2014. *Kumpulan Majas, Pantun, dan Peribahasa plus Kesusastraan Indonesia*. Bandung: Ruang Kata Imprint Kawan Pustaka.
- Yangni, Stanislaus. 2012. *dari Khaos ke Khaosmos. Estetika Seni Rupa*. Yogyakarta: Erupsi Akademia.
- Zaelani, Ahmad Rizky. 2012. *Salvation of The Soul: I Nyoman Erawal*. Denpasar: Buku Arti.

### B. Wawancara

- Nina. 2021. dalam Wawancara Pribadi dengan Pelajar, Jetis, Palbapang, Bantul, Yogyakarta tanggal 12 Februari 2021.
- Tiara. 2020. dalam Wawancara Pribadi dengan Mahasiswa, Bulaksumur, Caturtunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta tanggal 27 Desember 2020

### C. Jurnal dan Makalah

Choresyo, Berry. Soni Akhmad Nulhaqim., dan Hery Wibowo. 2015. “Kesadaran Masyarakat Terhadap Penyakit Mental” dalam *Prosiding KS: Riset dan PKM Volume 2 No. 3* (hal. 301-444). Sumedang: Universitas Padjadjaran.

Gunatirin, Elly Yuliandari. 2018. “Kesehatan Mental Anak dan Remaja” dalam *Makalah Ilmiah*. Surabaya: Universitas Surabaya.

Manumba, Ruliyani dan Achir Yani Syuhaimie Hamid. 2020. “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pencarian Bantuan pada Orang dengan Gangguan Jiwa” dalam *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa Volume 3 No. 4* (hlm. 391-402). Jawa Tengah: Persatuan Perawat Nasional Indonesia Jawa Tengah.

Sulastianto, Harry. 2000. Suralisme: “Dunia Khayal dan Otomatisme” dalam *Makalah Ilmiah*. Bandung: Institut Teknologi Bandung.

### D. Website

<https://pijarpsikologi.org/6-stigma-yang-salah-tentang-gangguan-dan-kesehatan-mental/> diakses pada tanggal 12 Januari 2021.

<https://intisari.grid.id/read/0380821/14-warna-dan-makna-simbolisnya?page=all> diakses pada tanggal 14 Februari 2021.

<https://notepam.com/teknik-seni-lukis/> diakses pada tanggal 16 Februari 2021.

<https://youtube.com/c/JiemiArdian> diakses pada tanggal 20 Oktober 2021.