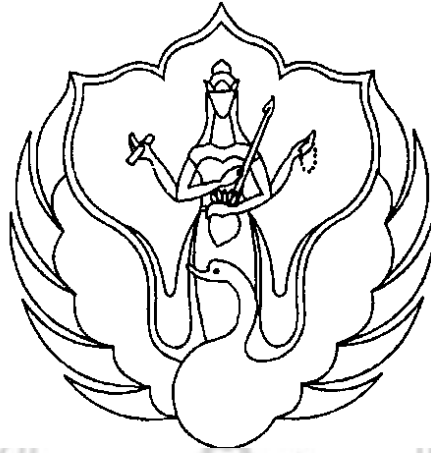


***SLEEP PARALYSIS* SEBAGAI IDE PENCIPTAAN  
SENI GRAFIS**



**PENCIPTAAN KARYA SENI**

Oleh:

**Arief Muhasyim**

**NIM 1712769021**

**PROGRAM STUDI SENI RUPA MURNI  
JURUSAN SENI MURNI FAKULTAS SENI RUPA  
INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA**

**2021**

***SLEEP PARALYSIS* SEBAGAI IDE PENCIPTAAN  
SENI GRAFIS**



Diajukan oleh

**Arief Muhasyim**

**NIM 1712769021**

**Tugas Akhir ini Diajukan kepada Fakultas Seni Rupa**

**Institut Seni Indonesia Yogyakarta Sebagai**

**Salah Satu Syarat untuk Memperoleh**

**Gelar Sarjana S-1 dalam Bidang**

**Seni Rupa Murni**

**2021**

## **PERNYATAAN KEASLIAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

**Nama** : Arief Muhasyim

**NIM** :1712769021

Menyatakan dengan bahwa laporan dan karya Tugas Akhir yang berjudul “*Sleep Paralysis* sebagai Ide Penciptaan Seni Grafis” ini adalah sepenuhnya penulis kerjakan sendiri. Laporan ini dibuat berdasarkan pengalaman personal yang dialami dalam kehidupan sehari- hari, tidak berisikan tulisan yang dituliskan orang lain kecuali tulisan dari buku yang telah dikutip dengan tata cara penulisan yang sesuai sebagai referensi pendukung. Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tidak ada paksaan dari pihak manapun. Bilamana terdapat ketidaksesuaian pada pernyataan ini, sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya.

Rembang, 31 Mei 2021

ARIEF MUHASYIM

NIM. 1712769021

Tugas Akhir Penciptaan Karya Seni Berjudul:

***Sleep Paralysis* sebagai Ide Penciptaan Seni Grafis** diajukan Arief Muhasyim, NIM 1712769021, Program Studi Seni Rupa Murni, Jurusan Seni Murni, Fakultas Seni Rupa Institut Seni Indonesia, telah dipertanggung jawabkan di depan Tim Penguji Tugas Akhir pada tanggal 31 Mei 2021 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima.

Pembimbing I

  
Dr. Edi Sunaryo, M.Sn.

NIP. 19510904198103 1 002

NIDK. 0004064304

Pembimbing II

  
Wiwik Sri Wulandari, S.Sn., M.Sn.

NIP. 19760510 20112 2 0001

NIDN. 0010057605

Cograde/Anggota

  
Dr. Suwarno Wisetrotomo, M.Hum.

NIP. 19620429 198902 1 001

NIDN. 0029046204

Ketua Jurusan/

Program Studi/Ketua/Anggota

  
Dr. Miftahul Munir, M.Hum.

NIP. 19760104 200912 1 001

NIDN. 0004017605

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Seni Rupa  
Institut Seni Indonesia Yogyakarta

  
Dr. Timbul Raharjo M.Hum.

NIP. 19691408 199303 1 001

NIDN. 0008116906

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur perawat panjatkan kehadirat Allah Swt yang telah memberi rahmat dan hidayah-Nya, tidak lupa shalawat dan salam penulis curahkan kepada nabi besar Muhammad SAW beserta keluarga dan sahabatnya. Berkat bantuan dari semua pihak yang telah membantu terselesaikannya tugas akhir penciptaan ini yang berjudul “*SLEEP PARALYSIS* SEBAGAI IDE PENCIPTAAN SENI GRAFIS”. Maka pada kesempatan kali ini penulis menyampaikan rasa terima kasih atas segala bimbingan, petunjuk dan bantuan kepada :

1. Dr. Edi Sunaryo, M.Sn. Selaku pembimbing I yang selalu sabar dalam membimbing penulis dari semester 7 sampai penyusunan Tugas Akhir Penciptaan penulis.
2. Wiwik Sri Wulandari, S.Sn., M.Sn. Selaku pembimbing II yang senantiasa meluangkan waktu dalam membimbing Tugas Akhir Penciptaan penulis.
3. Dr. Suwarno, M.Hum., Selaku penguji dalam sidang Tugas Akhir Penciptaan penulis, serta memberikan arahan kepada penulis untuk menyempurnakan Tugas Akhir Penciptaan penulis.
4. Dr. Miftahul Munir, M.Hum. Selaku Ketua Jurusan Seni Murni, Fakultas Seni Rupa ISI Yogyakarta.
5. Wiyono, M.Sn. Selaku Wakil Ketua Jurusan Seni Murni, Fakultas Seni Rupa ISI Yogyakarta.
6. Seluruh Dosen dan Staf akademik Seni Murni, Fakultas Seni Rpa ISI YOGYAKARTA.
7. Keluarga di rumah dan orang-orang tercinta yang selalu mensupport serta mendoakan penulis dalam menyusun Tugas Akhir Penciptaan.
8. Teman-teman SK yang senantiasa membantu penulis dalam menghadapi masalah serta selalu meluangkan waktu untuk penulis.
9. Teman-teman Wacana yang selalu bertukar pengalaman dan selalu ada ketika penulis membutuhkan bantuan.
10. Teman-teman Akasia yang sering mendatangkan inspirasi bagi penulis dalam berkarya.

Penulis menyadari bahwa penyusunan tugas akhir penciptaan ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu penulis mengharapkan saran dari semua pihak yang ingin memberikan saran demi perkembangan positif bagi penulis.

Demikian tugas akhir penciptaan ini penulis susun, semoga dapat bermanfaat bagi semua pihak dan penulis sendiri. Akhir kata penulis ucapkan terimakasih.

Rembang, 31 Mei 2021



Arief Muhasyim

NIM. 1712769021

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL LUAR.....	i
HALAMAN JUDUL DALAM.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
ABSTRAK.....	xi
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Penciptaan .....	2
C. Tujuan dan Manfaat .....	2
D. Makna Judul.....	3
BAB II. KONSEP.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Konsep Penciptaan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Konsep Perwujudan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB III. PROSES PEMBENTUKAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Alat dan Bahan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Teknik .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Tahapan Pembentukan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB IV. DESKRIPSI KARYA.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB V. PENUTUP.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR PUSTAKA .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR LAMAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
LAMPIRAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Muhlis Lugis, Addiction .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 2.2 Barry Mosser, Abraham and isaac .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 2.3 Tomohide Ikeya, Ritakuso .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.1 Buku sketsa .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.2 Papan MDF .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.3 Cat akrilik hitam.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.4 Pensil warna putih .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.5 Pisau cukil .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.6 Amplas halus ukuran 1000.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.7 Tinta cetak.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.8 Rol karet .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.9 Kertas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.10 Kaca.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.11 Pisau palet .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.12 Botol, sendok, dan centong .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.13 Kain lap .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.14 Minyak goreng .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.15 Sabun cuci piring.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.16 Pensil graphite .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.17 Sketsa di atas kertas.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.18 Proses melapisi MDF dengan cat akrilik.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>defined.</b>	
Gambar 3.19 Proses menggambar di atas papan MDF .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>defined.</b>	
Gambar 3.20 Proses mencukil.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.21 Proses penintaan dengan cara dirol ..	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 3.22 Hasil cetakan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 4.1 Arief Muhasyim, Tertahan, 2020, .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 4.2 Arief Muhasyim, Terbebani, 2020, ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>



Gambar 4.3 Arief Muhasyim, Ketidak tenangan dalam sunyi, 2021,..... **Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.4 Arief Muhasyim, Lilitan sunyi, 2020, **Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.5 Arief Muhasyim Sisa tenaga, 2020, ...**Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.6 Arief Muhasyim, Seperti ada yang mendekat, 2020, ..... **Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.7 Arief Muhasyim, Keterbatasan di dalam kebebasan, 2020,..... **Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.8 Arief Muhasyim, Teriak, 2020,.....**Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.9 Arief Muhasyim, Chaos, 2020, .....**Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.10 Arief Muhasyim, Tercekik, 2021, ....**Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.11 Arief Muhasyim, Keterpurukan, 2021, ..... **Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.12 Arief Muhasyim, Ditemani, 2021, ...**Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.13 Arief Muhasyim, Menangis histeris, 2021, .... **Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.14 Arief Muhasyim, Termenung, 2021, **Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.15 Arief Muhasyim, Pengrusak waktu, 2021, ..... **Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.16 Arief Muhasyim, Diikuti, 2021, .....**Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.17 Arief Muhasyim, Seseorang di cermin, 2021, **Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.18 Arief Muhasyim, Bayangan menindih, 2021, **Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.19 Arief Muhasyim, Pengganggu, 2021,..... **Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.20 Arief Muhasyim, Karam di kegelapan, 2021, **Error! Bookmark not defined.**

## DAFTAR LAMPIRAN

Biodata Mahasiswa .....	52
Poster .....	54
Katalog .....	55
Dokumentasi Pameran .....	57



## ABSTRAK

Rasa takut terhadap kejadian *sleep paralysis* menjadi latar belakang ide penciptaan seni grafis. *Sleep Paralysis* atau biasa dikenal dengan istilah tindihan saat tidur merupakan gejala dimana tubuh tidak bisa digerakkan, nafas terasa sangat sesak, serta mulut tidak bisa berbicara, namun dalam keadaan sadar. Pengalaman buruk penulis sangat berpengaruh terhadap kehidupannya sehari-hari. Setiap menjelang tidur penulis selalu terbayang-bayang akan terulangnya kembali peristiwa yang sangat menakutkan tersebut. Terjebak di dalam lingkaran ketakutan memicu penulis untuk membuat sebuah karya seni grafis yang menggambarkan suasana mencekam sesuai apa yang dirasakan oleh penulis. Di samping itu pembuatan karya seni grafis yang mengangkat kejadian *sleep paralysis* tidak lain adalah sebagai terapi penulis sebagai upaya untuk bisa keluar dari lingkaran ketakutan tersebut. Hal itu juga diharapkan dapat memaknai serta mempelajari setiap kejadian untuk suatu perubahan ke arah yang lebih baik.

Kata kunci : seni grafis, rasa takut, *sleep paralysis*

## **ABSTRACT**

*The fear of sleep paralysis is the background for the idea of creating graphic art. Sleep Paralysis or commonly known as squeezing during sleep is a symptom where the body cannot be moved, the breath feels very tight, and the mouth cannot speak, but is conscious. The author's bad experience greatly affects his daily life. Every time before bed, the writer always imagines the recurrence of this very scary event. Being trapped in a circle of fear triggers the author to create a graphic art that depicts a tense atmosphere according to what the author feels. Besides that, making graphic art that raises the incidence of sleep paralysis is nothing but therapy for the author as an effort to get out of the circle of fear. It is also expected to be able to interpret and study every incident for a change for the better.*

*Keywords: printmaking, fear, sleep paralysis*



# BAB I. PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Karya seni merupakan media untuk mengungkapkan gagasan, pemikiran maupun perasaan yang dirasakan oleh seniman, baik itu perasaan senang, susah, sedih, takut, dan lain sebagainya. Karya seni juga bisa muncul karena suatu pengalaman yang menyenangkan, menyedihkan, suram, menyeramkan yang mana bagi si seniman sangat membekas. Dalam hal ini biasanya seniman mengajak para penikmat seni untuk ikut dalam suasana yang ada dalam karya tersebut, supaya dapat merasakan apa yang dirasakan oleh si seniman, terutama pada karya seni yang mengangkat tema mistis. Dimana hal itu disajikan dalam bentuk yang sangat menyeramkan, sehingga memunculkan perasaan takut para penikmat seni. Para seniman di masa lalu banyak yang memaknai ketakutan serta memanfaatkannya menjadi karya seni. Hal ini juga dialami oleh penulis, dimana rasa takut dijadikan sebagai ide untuk membuat karya seni.

Rasa takut penulis didasari oleh pengalaman yang sangat menyeramkan serta mencekam, sehingga susah untuk dilupakan bahkan sampai berlarut-larut dalam benak penulis. Sehingga menimbulkan kecemasan yang berlebihan. Pengalaman tersebut yaitu *sleep paralysis*.

*Sleep Paralysis* merupakan suatu keadaan saat individu tidur nyenyak, kemudian terbangun secara tiba tiba dan tidak bisa menggerakkan tubuh (Cheyne, 2005:319-324). *Sleep paralysis* atau ketidihan merupakan fenomena ketika seseorang tidak dapat berbicara dan bergerak saat hendak bangun tidur. Kondisi ini sering kali membuat penderitanya panik dan takut karena dalam kondisi sadar, tubuh seakan-akan lumpuh dan biasanya berlangsung selama beberapa detik hingga beberapa menit. *Sleep paralysis* biasanya disertai halusinasi yang bisa terjadi saat tidur (*hypnagogic hallucinations*) atau ketika bangun tidur (*hypnopompic hallucinations*). Bentuk halusinasi yang dialami bisa beragam, mulai dari merasakan kehadiran seseorang, merasa tercekik, hingga tubuh terasa melayang

(<https://www.alodokter.com/7-cara-mengatasi-sleep-paralysis> diakses pada Minggu, 14 maret 2020 pukul 15:29 WIB).

Penulis tertarik melakukan visualisasi tentang *sleep paralysis* melalui karya seni grafis. Hal itu dikarenakan *sleep paralysis* merupakan kejadian yang sangat menakutkan bagi penulis dan hampir setiap malam menjelang tidur selalu terbayang-bayang dan akhirnya mengalami kejadian tersebut terutama ketika penulis masih duduk di bangku SMP-SMA. Dengan kata lain penulis terjebak dalam lingkaran itu. Melalui karya seni grafis penulis akan menyampaikan apa yang dirasakan penulis ketika mengalami kejadian *sleep paralysis* dengan mempertimbangkan nilai-nilai estetik.

## **B. Rumusan Penciptaan**

1. Pengalaman *sleep paralysis* penulis apa saja yang akan dibagikan kepada publik?
2. Bagaimana memilih bentuk yang tepat untuk memvisualisasikan dan mentransformasikan pengalaman *sleep paralysis* ke dalam seni grafis?

## **C. Tujuan dan Manfaat**

Tujuan :

1. Mengetahui pengalaman *sleep paralysis* penulis apa saja yang akan dibagikan kepada publik.
2. Memberi pemahaman bagaimana memilih bentuk yang tepat untuk memvisualisasikan dan mentransformasikan pengalaman *sleep paralysis* ke dalam seni grafis.

Manfaat

- 1) Manfaat bagi penulis

Dalam berkarya seni grafis dengan mengangkat tema yang menyeramkan yaitu pengalaman *sleep paralysis* akan mengurangi

tingkat ketakutan penulis terhadap kejadian tersebut. Hal itu dikarenakan jika membiasakan diri dengan sesuatu hal yang ditakuti maka secara perlahan hal yang ditakuti tersebut akan hilang. Secara tidak langsung, berkarya seni grafis tersebut merupakan suatu tindakan terapi bagi penulis. Selain itu penulis juga ingin mengajak para *audience* untuk ikut merasakan apa yang dirasakan penulis melalui sebuah karya seni grafis.

## 2) Manfaat bagi masyarakat

Masyarakat menjadi tahu bagaimana rasanya ketika mengalami *sleep paralysis* terutama bagi yang belum pernah mengalaminya sama sekali. Dalam hal ini juga, masyarakat dapat mengambil hikmah dari musibah atau kejadian yang menakutkan. Sama halnya dengan apa yang dilakukan oleh penulis dalam menyikapi kejadian yang dianggap penulis sangat menakutkan dengan memanfaatkannya sebagai ide penciptaan karya seni grafis.

## D. Makna Judul

Judul dalam Tugas Akhir ini adalah “*Sleep paralysis* sebagai Ide Penciptaan Seni Grafis”, untuk menghindari salah pengertian terhadap judul penulisan, maka perlu diberikan batasan berupa pengertian kata-kata yang dimaksud, yaitu sebagai berikut :

*Sleep Paralysis* : Cheyne (2013:1) mengatakan *sleep paralysis* adalah kelumpuhan singkat yang dialami saat tidur atau bangun dan sering kali disertai dengan gambaran yang hidup dan ketakutan.

Ide : Bertens (1999:129) melihat bahwa pemaknaan ide di dunia modern “berarti suatu gagasan atau tanggapan yang hanya terdapat dalam pikiran saja” (dikutip dari <https://www.google.com/amp/s/www.kompasiana.co>



[m/amp/rooysalamony2011/idea-menurut-platon\\_55198dea813311b1789de0dc](https://www.researchgate.net/publication/35198dea813311b1789de0dc) (diakses pada minggu, 20 juni 2021 pukul 18:53 WIB). Dalam hal ini penulis menuangkan ide atau gagasan ke dalam karya seni grafis. Ide tersebut penulis dapatkan dari pengalaman penulis pribadi.

Penciptaan : Penciptaan merupakan suatu tindakan yang bertujuan untuk mewujudkan sesuatu. Dalam penciptaan seni grafis penulis sangat berhati-hati dalam mengerjakannya yang bertujuan untuk menghindari kesalahan-kesalahan yang nantinya akan berdampak buruk bagi karya penulis.

Seni Grafis : Cabang seni rupa yang memvisualisasikan karya melalui proses cetak dimana cetakan satu dengan berikutnya mempunyai nilai orisinalitas yang sama (Soedarso 1990: 39). Dalam penerapannya, seni grafis meliputi semua karya seni dengan gambaran orisinal apapun atau desain yang dibuat oleh seniman untuk diproduksi dengan berbagai proses cetak (Marianto, 1988:15)

Jadi *Sleep Paralysis* sebagai Ide dalam Penciptaan Seni Grafis adalah suatu kegiatan menciptakan karya Seni Grafis dengan mengangkat tema *Sleep Paralysis* sebagai konsep.

