

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Karya seni lukis dapat menjadi bentuk dari ekspresi pengalaman emosional manusia. Elemen-elemen seni rupa yang terdapat dalam karya seni bisa menjadi bagian-bagian yang bisa merepresentasikan banyak hal, seperti pengalaman emosional atau kegelisahan yang terjadi. Karya seni kemudian bisa menjadi alat komunikasi pribadi dengan dunia.

Manusia memiliki kepribadian dan sifat yang berbeda-beda, hal tersebut jugalah yang memengaruhi bagaimana manusia meregulasi emosi, perasaan dan suasana hati. Sebagian orang tidak mampu meregulasi emosi dengan baik yang kemudian mempengaruhi emosi dan perilakunya. Perubahan suasana hati (*mood*) merupakan hal yang wajar terjadi pada manusia, dan dibutuhkan proses untuk bisa meregulasi *mood* dengan baik. Kata '*moodyan*' memiliki konotasi negatif bagi masyarakat umum. Individu *moody*, sensitif dengan rangsangan dari luar yang dapat memicu suasana hatinya. Sering kali tidak sadar akan *mood* yang dialami yang akhirnya merugikan diri sendiri dan juga orang lain.

Manusia juga memiliki akal, pikiran dan kesadaran yang bisa digunakan untuk mencari tahu dan memahami bagaimana emosi dan manusia bekerja yang kemudian bisa membantu untuk lebih sadar dengan *mood* yang sedang dirasakan dan bagaimana menanganinya. Bagi penulis, pengalaman personal mengenai *moodiness* atau sifat *moody* ini merupakan salah satu proses pribadi untuk mengenal diri sendiri.

Pengalaman penulis akan *moodiness* kemudian dituangkan kedalam karya seni lukis dua dimensi. Objek-objek yang ada dalam karya tersebut dipilih berdasarkan ketertarikan dan kemampuan penulis yang juga ditambahkan dengan buku dan jurnal sebagai referensi dan alasan untuk dikaitkan dengan tema. Pada karya tugas akhir ini, figur perempuan menjadi objek utama. Figur manusia pada karya seni lukis ini adalah representasi manusia sendiri. Penggunaan figur perempuan disini juga sebagai gambaran diri pribadi. Pada figur juga terdapat mimik wajah untuk menekankan makna atau menunjukkan emosi. Selain figur manusia, objek

pendukung lain yaitu bunga yang setiap bunga memiliki makna metaforik tentang perasaan manusia. Warna, figur dan bunga disusun dengan gaya surealistik karena mampu untuk menggambarkan “dunia dalam diri”.

Adapun karya terbaik bagi penulis pada tugas akhir ini yaitu karya berjudul “*Touch-me-not*”, karya tersebut merupakan karya pertama menulis menggunakan kombinasi warna hijau dan merah. Bagi penulis karya tersebut karya yang paling mudah dipahami dan karya tersebut contoh sederhana yang merepresentasikan *moody*. Karya seni Tugas Akhir ini jauh dari kata sempurna, maka tentu ada satu karya dalam tugas akhir ini yang belum optimal. Karya tersebut berjudul “*Yellow and Blue in Self*”, karya tersebut kurang optimal karena kurangnya detail dan wajah figur yang masih belum terlihat bervolume. Hal ini terjadi akibat dari kelalaian penulis dalam mengelola waktu.

Menjadi *moody* atau mengalami *moodiness* adalah bagian dari komponen pengalaman emosi manusia. Pengalaman *moodiness* penulis sangat kompleks dikarenakan adanya interaksi atau keterikatan antar elemen psikologis, biologis dan lingkungan yang mempengaruhi suasana hati. Sifat *moody* yang termanifestasi saat remaja adalah fase dimana setiap manusia belajar untuk memahami dan mengelola seluk-beluk perasaan, emosi dan *mood* manusia yang kompleks. Sifat *Moody* pada manusia membantu manusia untuk membangun kecerdasan emosional. Mengenali dan mengakui perubahan suasana hati, emosi dan perasaan yang dialami dapat membuat manusia lebih berempati dan meningkatkan kesadaran diri.

Pengalaman *moody* pengalaman yang buruk, namun dari pengalaman buruk terciptalah karya seni yang indah. Proses pembuatan karya seni lukis ini juga menjadi terapi bagi penulis. Saluran kreatif ini merupakan tempat perlindungan bagi penulis, tempat di mana memiliki kemampuan menghadapi dan memproses emosi. Melukis menjadi suatu bentuk terapi, cara untuk menyalurkan pengalaman personal *moody* menjadi sesuatu yang indah dan bermakna. Karya seni ini menjadi ekspresi visual dari kehidupan mental dan emosional penulis, baik kekacauan maupun ketenangan yang ada di dalamnya. Karya-karya ini menjadi pengingat bahwa bahkan pada saat-saat terburuk sekalipun, selalu ada harapan dan sarana untuk menyalurkan perasaan ke dalam sesuatu yang indah.

B. Saran

Tulisan dan karya-karya pada tugas akhir akhir ini jauh dari kata sempurna. Pada proses pembuatan Tugas Akhir ini penulis mengalami kendala seperti kehilangan gairah untuk berkarya dan perfeksionis namun membuat perencanaan yang tidak realistis. Hal-hal tersebut kemudian membuat penulis sulit untuk memberikan karya-karya yang terbaik. Namun dengan menerima kekurangan ini, penulis bisa menyelesaikan Tugas Akhir ini. Tugas Akhir ini menjadi pembelajaran bagi penulis untuk terus memberikan yang terbaik dalam berkarya. Penulis berharap Tugas Akhir ini bisa menambah wawasan dan menambah perspektif baru.



DAFTAR PUSTAKA

A. Buku

- Brickell, C. 2019, *RHS Encyclopedia of Plants and Flowers*, Dorling Kindersley, London.
- Cohen, L. S., & Nonacs, 2005, *Mood and anxiety disorders during pregnancy and postpartum*, American Psychiatric Association Publishing, Washington.
- Daphne & Cloe., 2015, *Language and meaning of flowers*. Edizioni R.E.I.
- Dietz, S. T., 2020, *The complete language of Flowers: A definitive and illustrated history*. Wellfleet Press, New York.
- Echols, M. John, Shadily, Hassan, 1976, *Kamus Inggris Indonesia*, Edisi Gramedia, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Ekman, P., 2003, *Unmasking The Face: A Guide to Recognizing Emotions From Facial Clues*. Malor Books, Los Altos.
- Fieldman, B. Lisa, 2017, *“How Emotions are made”*, Houghton Mifflin Harcourt Publishing Company, New York.
- Gelder, B. de, 2016, *“Emotions and the body”*, Oxford University Press, New York.
- Hartley, G. and Karinch, M., 2010, *Body language handbook: How to read everyone’s hidden thoughts and intentions*. Career Press, New Jersey.
- Kartika, Sony Dharsono, 2017, *Seni Rupa Modern*, Edisi Revisi, Rekayasa Sains, Bandung.
- Kirana, SekartajiGaluh. 2016. “Analisis Konsep Akulturasi Hanakotoba Dalam Ikebana”.Skripsi. Jakarta: Universitas Darma Persada.
- Mayer, Emeran A. 2018. *The Mind-Gut Connection : How the Hidden Conversation within Our Bodies Impacts Our Mood, Our Choices, and Our Overall Health*. New York: Harper Wave
- Mitchell, Caroline., 2017, *Mood swings*. London, England: Sheldon Press.
- Moeliono, Anton M., 1998, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka,
- Oxford University Press, 2008, *Oxford Learner’s Pocket Dictionary*, Edisi ke 4, London.

- Ratna, Nyoman Kutha. 2007. *Estetika Sastra dan Budaya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Roux, Jessica, 2020, *Floriography: An Illustrated Guide to the Victorian Language of Flowers*, Andrews McMeel Publishing, Missouri.
- Sanyoto, E, S, 2010, *Nirmana Elemen – Elemen Seni dan Desain*, 2, Jelasutra, Yogyakarta.
- Scott, Jan, 2010, “*Overcoming Mood Swings A Self Guide Using Cognitive Behavioural Techniques*”, Robinson, London.
- Soedarso Sp., 2000, *Sejarah Perkembangan Seni Rupa Modern*, Studio Delapan Puluh Enterprise dan Badan Penerbit ISI, Yogyakarta.
- Susanto, Mikke., 2018, *Diksi Rupa: Kumpulan Istilah dan Gerakan Seni Rupa*, DictiArt Laboratory, Yogyakarta.
- Stephen P. Robbins, Timothy A. Judge, 2013, “*Organizational Behavior*”, Prentice Hall, New Jersey.
- Strealu, Jean, 2000, “*Temperament A Psychological Perspective*”, Kluwer Academic Publisher, New York.
- Tim Akar Media, 2003, “*Kamus Lengkap Praktis Bahasa Indonesia*”, AKAR MEDIA, Surabaya.
- Tinarbuko, Sumbo, 2008, “*Semiotika Komunikasi Visual: Metode Analisis Tanda dan Makna pada Karya Desain Komunikasi Visual*”, Jelasutra, Yogyakarta.
- Valleau, G. M. Y., 2007,. “*What’s in a name? : an examination of meanings and symbolic use of the names in Harry Potter and the Order of the Phoenix*”. Tesis. Kanada: University of British Columbia.
- Verpoest, L., Engelen, L., Heynickx, R., Schmidt, J., Uyttenhove, P., & Verstraete, P., 2020, *Revival after the Great War rebuild, remember, repair, reform*, Leuven University Press, Leuven.
- Warncke, C.-P., Picasso, P., Walther, I. F., & Hulse, M., 2001, *Pablo Picasso: 1881-1973*, Taschen, Köln.

B. Jurnal

- Adinugroho, Indro, 2016, “*Memahami Mood Dalam Konteks Indonesia: Adaptasi Dan Uji Validasi*”, Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia.
- Awad, S., Debatin, T., & Ziegler, A., 2021, “*Embodiment: I sat, I felt, I performed – Posture effects on mood and cognitive performance*”, *Acta Psychologica*.
- Balbuena, L., Bowen, R., Baetz, M., & Marwaha, S., 2016, “*Mood Instability and Irritability as Core Symptoms of Major Depression: An Exploration Using Rasch Analysis*”, *Frontiers in Psychiatry*.
- Brome. M.R., K.E.A Saunders., P.J Harrison., dan S. Marwaha., 2015, “*Mood instability: significance, definition and measurement*”, *The British Journal of Psychiatry*.
- Chen, X., Yuan, H., Zheng, T., Chang, Y., & Luo, Y. (2018). *Females Are More Sensitive to Opponent’s Emotional Feedback: Evidence From Event-Related Potentials*. *Frontiers in Human Neuroscience*. *Frontiers Media*.
- Fărcaș, Camelia & Cristea, Vasile & Farcas, Sorina & Ursu, Tudor & Roman, Anamaria., 2015, *The Symbolism of Garden and Orchard Plants and Their Representation in Paintings (I)*. *Contribuții Botanice*.
- Fischer, A. H., Kret, M. E., & Broekens, J. (2018). *Gender differences in emotion perception and self-reported emotional intelligence: A test of the emotion sensitivity hypothesis*. *PloS one*.
- Halim, C., & Rembulan, C. L. (2017). “*Hubungan antara Mood dengan Perfectionism-Consumer Decision Making pada Perempuan Paruh Baya di Department Store*”. *Psychopreneur Journal*.
- Horstmann, G. (2003). *What do facial expressions convey: Feeling states, behavioral intentions, or actions requests?. Emotion*.
- Kumar, Nilesh & Kaur, Palwinder & Das, Kuntal & Chakraborty, Sudipta., 2009, “*Mimosa pudica L. a sensitive plant*”. *International Journal of Pharmacy and Pharmaceutical Sciences*.
- Kuniecki, M., Pilarczyk, J., & Wichary, S., 2015., “*The color red attracts attention in an emotional context. An ERP study*”, *Frontiers in Human Neuroscience*.
- Loula, R., & Monteiro, L. H. A., 2022, “*Monoamine neurotransmitters and mood swings: a dynamical systems approach*”, *Mathematical Biosciences and Engineering, American Institute of Mathematical Sciences (AIMS)*.

- Marszał-Wiśniewska, M., & Nowicka, M., 2017, “*Individual Differences in Mood Changes*”, *Journal of Happiness Studies*.
- Ojezele, M. O., Eduviere, A. T., Adedapo, E. A., & Wool, T. K., 2022, “*Mood swing during menstruation: Confounding factors and drug use*”, *Ethiopian Journal of Health Sciences*.
- Ramadani, Mery., 2013, *Prememenstrual syndrome (PMS)*. Jurnal Kesehatan Masyarakat.
- Runjiao Qi. 2024, *Analytical Research of the Art Works of Vincent Van Gogh in Psychoanalytic Literary Criticism*. *Frontiers in Art Research*.
- Ruby, F. J. M., Smallwood, J., Engen, H., & Singer, T., 2013, “*How Self-Generated Thought Shapes Mood—The Relation between Mind-Wandering and Mood Depends on the Socio-Temporal Content of Thoughts*”, L. M. Martinez.
- Saha, S., Lim, C. C. W., Cannon, D. L., Burton, L., Bremner, M., Cosgrove, P., Huo, Y., & McGrath, J., 2020, “*Co-morbidity between mood and anxiety disorders: A systematic review and meta-analysis*”. *Depression and Anxiety Association of America*.
- Takei A, Imaizumi S., 2022, *Effects of color-emotion association on facial expression judgments*, Heliyon.
- Park, J. S. , 2013, *Jung’s psychology&emotion*. Hakjisa, Seoul.
- Peromaa, T., & Olkkonen, M., 2019, “*Red color facilitates the detection of facial anger — But how much?*”, *Public Library of Science (PLoS)*.
- Pollitt, J., 1982, “*Moodiness: A Heavenly Problem? Observations on the Pathology of Moodiness*”, *Journal of the Royal Society of Medicine*.
- Wang, F., Yang, J., Pan, F., Ho, R. C., & Huang, J. H., 2020, “*Editorial: Neurotransmitters and Emotions*”, *Frontiers in Psychology*.
- Wicaksana, Arif., Cholis, Henry., 2017, “*Seni Lukis Karya Wiryono periode 2006 – 2012*”, Brikolase.
- Wong, M. Y. (2016). “*The mood-emotion loop*”, *Philosophical Studies*.
- Yang, J., & Shen, X., 2022, *The Application of Color Psychology in Community Health Environment Design*, *Journal of Environmental and Public Health*.

Yanna J. Weisberg, Colin G. DeYoung dan Jacob B. Hirsh., 2011, *Gender Differences In Personality Across The Ten Aspects Of The Big Five*, *Frontiers Of Psychology*.



DAFTAR LAMAN

Britannica, T. Editors of Encyclopaedia 2023, February 21

sunflower. Encyclopedia Britannica. <https://www.britannica.com/plant/sunflower-plant><https://en.yna.co.kr/view/AEN20221031001253315> diunduh pada kamis 16 februari 2023

https://muse.jhu.edu/pub/258/edited_volume/chapter/2761946/pdf senin 27 februari 2-23 pukul 19.51

https://vampirehunterd.fandom.com/es/wiki/Charlotte_Elbourne diunduh pada Maret 2024 pukul 19:02

www.imdb.com/title/tt8652818/ diunduh pada 8 Maret 2023 pukul 20:11).

https://www.tiourina.com/kunstwerk/16344312_prev.html Kamis 28 september 2023 pukul 14.47

https://www.tiourina.com/kunstwerk/15811526_Forest+Spirits.html

<https://www.audkawa.com/2017/2019/5/10/2019/5/10/to-be-yours> diunduh pada 31 Agustus 2021 pukul 15:38

<https://braincurves.com/2015/07/01/inside-out-goes-all-out/> diunduh pada 12 September 2022 pukul 21:07

https://en.wikipedia.org/wiki/Picasso's_Blue_Period diunduh pada 3 juli 2023 pukul 21.53

<https://www.vangoghmuseum.nl/en/collection/s0031V1962> diunduh pada selasa 4 juli 2023 pukul 00.11