

**MELUKIS SEBAGAI PROSES PENYEMBUHAN DIRI *PTSD* DALAM  
PERSPEKTIF LOGOTERAPI**

**(STUDI KASUS KARYA *INFUSE SERIES* OLEH SENIMAN KH)**



**TESIS  
PENGKAJIAN SENI**

untuk Memenuhi Persyaratan Mencapai Derajat Magister  
dalam Bidang Seni, Minat Utama Seni Lukis

Oleh:

**Elsa Izaty Permatasari  
2221462412**

**PROGRAM PASCASARJANA  
INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA**

**2024**

**MELUKIS SEBAGAI PROSES PENYEMBUHAN DIRI *PTSD* DALAM  
PERSPEKTIF LOGOTERAPI  
(STUDI KASUS KARYA *INFUSE SERIES* OLEH SENIMAN KH)**

Pertanggungjawaban tertulis ini telah diuji dan diterima sebagai salah satu syarat  
memperoleh gelar Magister Seni  
Telah dipertahankan pada tanggal **26 Juni 2024**

Oleh:  
**Elsa Izaty Permatasari**  
NIM 2221462412

Di hadapan Dewan Penguji yang terdiri dari:  
Tim Penguji

Pembimbing Utama

Penguji Ahli

  
**Dr. Suwarno Wisetrotomo, M.Hum**

  
**Prof. Drs. M. Dwi Marianto, MFA, Ph.D**

Ketua Tim Penguji

  
**Dr. Prayanto Widyo Harsanto, M.Sn**

Yogyakarta, Juli 2024

12 JUL 2024

Direktur

Program Pascasarjana ISI Yogyakarta



**Dr. Fortunata Tyasrinestu, S.S, M.Si**



*Tesis ini saya persembahkan kepada diri saya sendiri, yang telah berjuang dan tidak pernah putus asa mengejar mimpi, dan siapapun yang sedang berjuang dengan kesehatan mentalnya.*

## HALAMAN PERNYATAAN

Penulis menyatakan bahwa tesis yang berjudul “Melukis Sebagai Proses Penyembuhan Diri *PTSD* dalam Perspektif Logoterapi: Studi Kasus Karya *Infuse Series* oleh Seniman KH” adalah karya asli, belum dipublikasikan, dan belum pernah dipergunakan untuk mengambil gelar akademik di suatu perguruan tinggi.



Yogyakarta, Juni 2024

Penulis,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Elsa Izaty Permatasari', is written over the printed name.

Elsa Izaty Permatasari

## KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kehadirat Allah SWT yang selalu senantiasa melimpahkan berkat, rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “Melukis Sebagai Proses Penyembuhan Diri *PTSD* dalam perspektif Logoterapi: Studi Kasus Karya *Infuse Series* oleh Seniman KH” Tugas Akhir ini merupakan bentuk pertanggungjawaban penulis dalam menyelesaikan studi magister di Pascasarjana Institut Seni Indonesia Yogyakarta.

Tugas akhir ini berisi tentang penjelasan proses penyembuhan diri yang dilakukan oleh seniman penderita *PTSD* melalui kegiatan melukis. Penyusunan dan penulisan laporan ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak yang membantu sehingga laporan ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis dengan senang hati menyampaikan terimakasih kepada:

1. Civitas akademik Pascasarjana Institut Seni Indonesia Yogyakarta yang memberikan kesempatan penulis bergabung menjadi keluarga besar Pascasarjana Institut Seni Indonesia Yogyakarta.
2. Dr. Fortunata Tyasrinestu, M.Si Direktur Program Pascasarjana Institut Seni Indonesia Yogyakarta
3. Dr. Suwarno Wisetrotomo, M.Hum., sebagai pembimbing utama yang membantu memberikan pengarahan dan pengajaran selama penulisan.
4. Prof. Drs., M. Dwi Marianto, MFA, Ph.D sebagai penguji ahli dan Dr. *Prayanto* Widyo Harsanto, M.Sn, sebagai ketua sidang.
5. Lembaga Pengelola Dana Pendidikan (LPDP) yang telah mendukung penuh selama menempuh studi, baik secara finansial maupun pencapaian secara akademik maupun non-akademik
6. Informan (seniman KH), yang telah memberikan kesempatan untuk mendengarkan cerita-cerita perjuangan hidupnya

7. Ibu, saudara, dan keluarga yang memberi dukungan serta doa selama menempuh studi
8. Teman-teman yang selalu mengontrol dan mengingatkan perkembangan penyusunan serta semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam penyelesaian penulisan ini

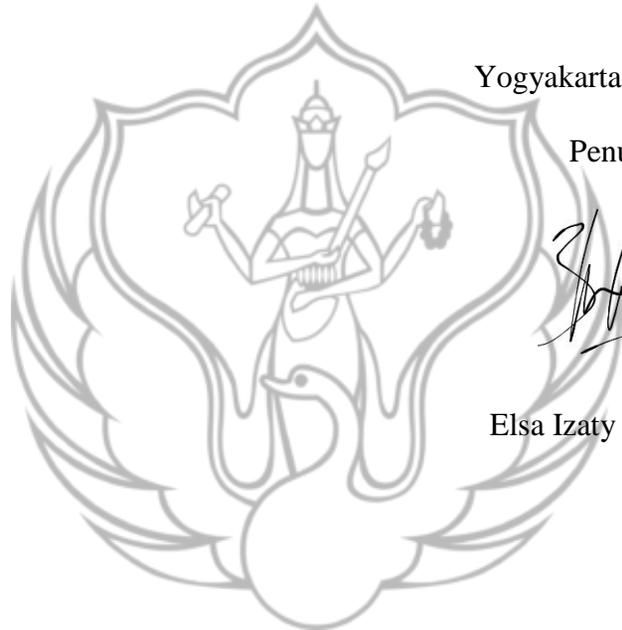
Akhir kata penulis menyadari bahwa dalam penulisan laporan ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritikan dan saran yang membangun dari semua pihak, yang nantinnnya dapat menyempurnakan dan membangun penulis menjadi lebih baik.

Yogyakarta, Juni 2024

Penulis,



Elsa Izaty Permatasari



**MELUKIS SEBAGAI PROSES PENYEMBUHAN DIRI *PTSD* DALAM  
PERSPEKTIF LOGOTERAPI  
(STUDI KASUS KARYA *INFUSE SERIES* OLEH SENIMAN KH)**

Pertanggungjawaban Tertulis  
Program Magister Seni Program Pascasarjana  
Institut Seni Indonesia Yogyakarta, 2024

Oleh: Elsa Izaty Permatasari

**ABSTRAK**

Melukis menjadi sebuah praktik kreatif yang memiliki efek terapeutik. Penelitian ini bertujuan untuk melihat praktik melukis digunakan sebagai salah satu metode penyembuhan diri bagi seniman KH penderita PTSD. Sebagai seorang penyintas tragedi orba dan memiliki pengalaman traumatis yang bersumber dari keluarga, KH berupaya untuk menanggapi gangguan-gangguan psikologis yang dialaminya dengan banyak metode, salah satunya dengan melukis.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus yang berfokus pada cakupan mikro, yakni mengkaji perilaku pada tingkat individu atau terbatas pada rekam kehidupan satu individu saja. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa melukis menjadi praktik kreatif yang berpengaruh besar terhadap perkembangan kondisi psikologis seniman KH, terutama mencegah dirinya melakukan tindakan-tindakan impulsif seperti melakukan kekerasan atau melukai diri sendiri. Dalam perspektif teoritis, logoterapi melihat bahwa proses penyembuhan diri yang dilakukan oleh KH juga sebagai bentuk pencarian makna hidup dari sebuah keterpurukan dan keputusasaan. Proses penyembuhan diri atas pengalaman traumatisnya kemudian direpresentasikan dalam karya-karya *infuse series*.

Kata kunci: Melukis, Penyembuhan diri, PTSD, Logoterapi, *Infuse series*

***PAINTING AS A SELF-HEALING PROCESS FOR PTSD IN A  
LOGOTHERAPY PERSPECTIVE***

***(CASE STUDY OF INFUSE SERIES ARTWORK BY ARTIST KH)***

*Written Liability*

*Master of Arts*

*Postgraduate Program*

*Indonesia Institute of the Arts Yogyakarta, 2024*

***By: Elsa Izaty Permatasari***

***ABSTRACT***

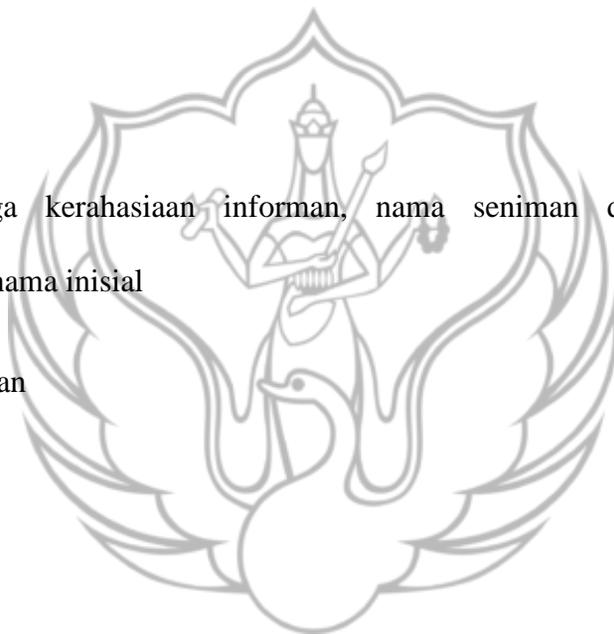
*Painting is a creative practice that has a therapeutic effect. This research aims to see the practice of painting used as a method of self-healing for KH, the artist who is suffering from Post Traumatic Stress Disorder. As a survivor of the New Order tragedy and having traumatic experiences that come from his family, KH tries to deal with the psychological disorders he experiences using many methods, one of which is painting.*

*This research uses a qualitative method with a case study approach that focuses on micro study, namely examining behavior at the individual level or is limited to the life records of just one individual. The results of this research show that painting is a creative practice that has a significant influence on the development of artist KH's psychological condition, especially preventing him from carrying out impulsive actions such as committing violence or injuring himself. From a theoretical perspective, logotherapy sees that the self-healing process carried out by KH is also a form of searching for the meaning of life from adversity and despair. The process of self-healing from traumatic experiences is represented in the 'Infuse Series' works.*

*Keywords: Painting, Self-healing, PTSD, Logotherapy, Infuse Series*

Untuk menjaga kerahasiaan informan, nama seniman dalam penelitian ini menggunakan nama inisial

KH : Seniman



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Dalam perbincangan mengenai fungsi seni, selain digunakan sebagai kebutuhan ekspresi juga penting dilihat sebagai kebutuhan emosional. Proses berkesenian secara umum menjadi proses orientasi diri, di mana seniman atau pencipta karya dapat mengenal diri mereka lebih dalam. Dalam ranah yang lebih luas, seni juga secara tidak langsung memiliki efek terapeutik pada psikologis pencipta. Terkadang masyarakat kurang memperhatikan pengaruh emosional seni dalam proses pembuatannya. Pendidikan dalam seni tidak hanya mengajarkan manusia untuk menciptakan seni, tetapi juga mengajarkan manusia untuk menemukan dirinya sendiri. Karakteristik proses kreatif dalam seni yang memiliki efek terapeutik, yakni ekspresi diri, partisipasi aktif, imajinasi (sebagai agen penyembuhan) dan koneksi antara pikiran-tubuh (Leavy, 2015).

Pergeseran seni sebagai bentuk metode, merupakan proses yang dilakukan dalam seni berbasis terapi. Melalui berkesenian, seseorang dapat meredakan rasa sakit, menghadapi kehilangan dan kekecewaan, dan mengenal diri mereka sendiri secara mendalam (Chuang, 1998). Bahkan pada orang-orang yang memiliki masalah kejiwaan. Setiap individu baik terlatih atau tidak terlatih dalam seni, sama-sama mempunyai kapasitas dalam memproyeksikan konflik batinnya ke dalam bentuk

visual. Seniman cenderung akan merekam hidupnya secara terus menerus melalui karya visual, termasuk *inner life* mereka. Robert Redfield (dalam Coote, 2015) mendefinisikan seni sebagai sebuah pengalaman yang dalam pemaknaannya tidak bersifat universal, dan terdapat dua poin penting darinya, bahwa seni sebagai hasil dari pola pengalaman-pengalaman yang berarti atau penting, dan seni sebagai hasil dari pengalaman yang diimajinasikan.

Berkaitan dengan itu, dalam penelitian ini akan bersinggungan dengan karya-karya dari seorang seniman bernama KH<sup>1</sup>. Apa yang menjadi menarik dari karya-karya KH adalah konteks refleksi kondisi psikologis seniman yang tercermin dalam visual karya. KH merupakan seniman yang berusia 65 tahun yang lahir dan berdomisili di Malang. Sebagai seorang yang aktif berkarya sejak usia 6 tahun, KH beberapa kali mengikuti pameran seni rupa di beberapa daerah seperti di Kota Batu, Malang, Surabaya, Banyuwangi, Yogyakarta, Bandung, Jakarta, hingga Singapore. Ia juga sempat menjadi ilustrator komik pada sebuah majalah saat menghabiskan masa remaja.

Dari segi kekaryaannya, semuanya merupakan karya dua dimensi yang dibuat dengan berbagai macam teknik dan media, seperti drawing, lukis dengan teknik pointilis, digital print, atau bahkan menggabungkan beberapa teknik dalam satu karya. Karya-karya *Infuse Series* yang akan dibahas dalam penelitian ini, mengacu pada karya-karya satu periodisasi dari waktu berkesenian seniman KH pada rentang tahun

---

<sup>1</sup> Nama inisial

2000an. Dalam rentang waktu tersebut KH banyak menghasilkan karya-karya yang erat berhubungan kondisi gangguan psikologis yang bersumber dari pengalaman-pengalaman traumatis yang didapat selama hidupnya.

KH sejak kecil telah banyak menghadapi tekanan psikologis yang bersumber dari keluarga dan juga lingkungan sekitar (dalam konteks sosial, budaya, ekonomi, politik). Sejak berusia 10 tahun, KH telah menjadi tulang punggung keluarga dan menghidupi seluruh anggota keluarganya berjumlah 8 orang. Sang ibu yang sakit keras dan ayah yang tidak bertanggung jawab membuat seniman mengalami benturan-benturan dalam dirinya. Selain kehidupan keluarga yang berantakan, KH yang sejak kecil juga akrab dengan kehidupan gangster.

Pada tahun 80an, kelompok gangster memang banyak bermunculan di Kota Malang. Meskipun tidak ikut terlibat dalam aksi-aksi kriminal kelompok gangster tersebut, ia menjadi saksi hidup akan peristiwa-peristiwa kelam yang terjadi pada masa itu. Berperang melawan aparat, bersinggungan dengan senjata api, menjadi korban atas peristiwa kerusuhan anti etnis Cina, menjadi korban pelecehan seksual, menjadi korban salah tangkap, hingga melihat banyak sekali kematian dan pembunuhan dalam hidupnya. Tekanan-tekanan tersebutlah yang kemudian berpengaruh terhadap kondisi psikologis seniman. Depresi hingga menyebabkan hilangnya ingatan secara temporer, melakukan terapi kepada professional, melakukan farmakoterapi selama beberapa tahun, serta melakukan beberapa kali tindakan impulsif, seperti percobaan bunuh diri.

Selama puluhan tahun, seniman sekalipun tidak pernah menceritakan pengalaman hidupnya kepada orang lain. Kisah hidupnya hanya berakhir pada catatan harian dan karya-karyanya yang ia simpan sendiri. Hingga kemudian pada umur 30an ia mulai berani membuat karya tentang pengalaman-pengalaman traumatiknyanya. Sedangkan cerita-cerita hidupnya baru mulai terbongkar dan diceritakan kepada teman-temannya sejak 6 tahun terakhir (sejak tahun 2018). Dengan semua pengalaman hidup yang telah ia lalui, apa yang kemudian menjadi sangat penting dan menarik dalam konteks penelitian ini adalah bagaimana cara seniman untuk bertahan dengan pengalaman-pengalaman traumatis tersebut.

Dengan melakukan metode yang ia temukan sendiri dalam kurun waktu sekitar 25 tahun (kurun waktu yang dibutuhkan untuk menemukan metode yang tepat), seniman melakukan proses pengelolaan emosi terhadap pengalaman-pengalaman traumatik yang telah ia alami selama hidupnya. Sebuah proses yang tidak dilakukan dengan sekali percobaan. Metode riset yang ia lakukan melalui beberapa cara yaitu: Membuat catatan harian sejak ia berusia 8 tahun sampai saat ini. Mencatat segala hal yang pernah terjadi dihidupnya. Hal tersebut dilakukan karena KH tidak bisa mengatasi tekanan-tekanan mental yang ia alami (catatan harian berbentuk teks visual/sketsa). Membaca literatur. Melakukan riset kepada teman-temannya yang mengalami hal serupa (sama-sama memiliki tekanan hidup yang tidak bisa diatasi), yang kemudian direkam melalui catatan harian dan direfleksikan ke diri sendiri. Pengobatan psikiater

yang juga dilakukan dengan farmakoterapi, mengkonsumsi obat-obatan untuk mengatasi serangan panik, dan juga melukis.

KH sebagai pasien dengan riwayat pengobatan medis yang gagal, melukis menjadi cara yang terus ia lakukan selama hidupnya sebagai sebuah proses penyembuhan atas pengalaman-pengalaman traumatikanya. Berawal dari catatan-catatan hariannya, seniman mengolahnya ke dalam karya-karya rupa. Secara visual kekaryaannya, karyanya secara eksplisit menggambarkan pengalaman-pengalaman traumatikanya, dan menampilkan simbol-simbol yang sangat bersinggungan dengan masa lalunya, seperti peluru, darah, pistol, ikan yang terpotong, simbol-simbol dalam budaya Cina, serta simbol-simbol religi dalam agama Kristen. Sebagian besar karyanya menceritakan tentang tekanan psikologis yang ia hadapi. Hal tersebut terlihat pula dari judul-judul yang ia bubuhkan ke dalam karya-karyanya, seperti skizofrenia, delusional disorder, anjing gila, tidur panjang, dan terhantui ledakan. Seniman cenderung memiliki gambaran tentang dirinya masing-masing yang ditunjukkan melalui karya.

Penelitian ini akan berfokus pada proses penyembuhan diri yang dilakukan oleh seniman secara mandiri, dan bagaimana proses tersebut tervisualisasikan di dalam karya lukis. Selain itu, kesadaran akan pentingnya kesehatan mental saat ini semakin tinggi melalui akses informasi dan literasi yang mudah di dapat. Meskipun demikian, upaya untuk memilih jalur penyembuhan secara professional bagi penderita gangguan psikologis terkadang tidak menjadi pilihan yang dipilih oleh mereka. Penelitian ini menawarkan bagaimana seniman atau masyarakat umum yang memiliki gejala stress

pasca trauma/PTSD dapat menerapkan langkah-langkah penyembuhan yang dapat dilakukan secara mandiri melalui praktik kreatif seni ataupun praktik logoterapi.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, permasalahan yang akan diangkat dalam penelitian ini ada tiga, yang pertama ialah tentang apakah melukis dirasa menjadi metode yang paling tepat dalam proses penyembuhan diri seniman. Seperti apakah proses ini menjadi proses yang dirancang khusus dan terstruktur oleh seniman dalam proses penyembuhannya, sehingga peneliti dapat menggali lebih dalam apakah melukis menjadi satu-satunya metode ataukah menjadi opsi alternatif. Jika demikian maka permasalahan yang perlu digali lebih dalam juga berkaitan dengan mengapa melukis dirasa menjadi metode yang paling tepat.

Kemudian permasalahan yang berikutnya adalah tentang bagaimana proses penyembuhan diri yang dilakukan seniman. Sejatinya dipengaruhi oleh perkembangan ‘terapi seni’, yang selama ini diketahui adalah proses terapi yang dilakukan menggunakan media seni kepada pasien dengan bantuan terapis. Namun dalam konteks penelitian ini seniman melakukan secara mandiri untuk menyelesaikan tekanan-tekanan psikologis yang dihadapi dengan melukis. Hal terakhir yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah seperti apa pengalaman traumatis seniman terepresentasi di dalam karya, apakah pengalaman tersebut berpengaruh terhadap visualisasi karya yang dihasilkan atau tidak.

### **C. Pertanyaan Penelitian**

1. Mengapa melukis menjadi metode yang paling tepat dalam proses penyembuhan diri seorang seniman KH yang menderita PTSD?
2. Bagaimana seniman KH menerapkan proses penyembuhan diri dengan melukis?
3. Seperti apa karya-karya seniman KH yang merepresentasi pengalaman-pengalamannya?

### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui mengapa melukis menjadi metode yang paling tepat dalam proses penyembuhan diri seniman. Penelitian ini juga dilakukan untuk mengetahui bagaimana proses penyembuhan diri yang dilakukan oleh seniman dengan melukis secara spesifik. Selain itu penelitian ini dilakukan untuk melihat bagaimana visualisasi karya sebagai bentuk representasi dari pengalaman traumatis seniman.

### **E. Manfaat Penelitian**

Dari segi akademis dan keterkaitannya dengan perkembangan ilmu pengetahuan, diharapkan penelitian ini mampu memberikan tambahan referensi pada bidang yang terkait, seperti penyembuhan diri melalui seni dan logoterapi. Bagi peneliti, penelitian ini berguna untuk dapat lebih memahami bagaimana seni dapat digunakan sebagai media untuk proses penyembuhan diri, dan bagaimana seni dapat

membantu seseorang dalam meningkatkan makna kehidupan mereka. Bagi publik, dapat menambah pengetahuan bahwa seni dapat memiliki fungsi yang luas tidak hanya sebagai media penyaluran ekspresi namun juga memiliki efek terapeutik yang dapat mempengaruhi kondisi psikologis pencipta karya.

