

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Rindu kepada ibu menjadi sebuah alasan mengapa selama ini dari kebanyakan karya yang penulis ciptakan bermakna personal dan berhubungan dengan psikologi diri sendiri. Beberapa karya yang diciptakan secara sengaja atau mengalir begitu saja ternyata mampu menghadirkan simbol-simbol perempuan dan simbol spiritual yang penulis yakini. Baik ada kaitannya dengan memori bahagia tentang ibu maupun peristiwa-peristiwa duka saat meninggalnya ibu. Hal ini seperti bentuk terapi yang berulang kali penulis jalani, karena perasaan yang timbul setelah itu adalah perasaan lega yang seakan-akan beban di hati sedikit terobati.

Bentuk manifestasi dari rasa rindu kepada ibu ini sudah penulis jalani semenjak tahun 2002 kebanyakan awalnya dengan membuat karya lukis, jauh sebelum penulis mengenal teknik grafis yakni *silk screen*. Berbagai tahapan pembuatan karya seperti sketsa dan pengumpulan ide-ide karya, kebanyakan penulis tampung ke dalam catatan-catatan khusus yang berkaitan dengan ibu dan rasa rindu yang penulis alami (seperti catatan terapi). Teknik *silk screen* penulis pilih sebagai teknik yang mampu menghadirkan gambaran original yang penulis buat sebelum pada buku sketsa. Garis dan bentuk dapat sama persis di transfer ke dalam bentuk film, yang kemudian dicetak dengan hasil yang sama persis dengan bentuk dan warna yang penulis buat pada gambar sketsa. Teknik *silk screen* ini

lah yang mampu melanjutkan manifestasi perasaan serta emosi yang penulis tuang dalam sebuah sketsa manual menjadi sebuah karya seni grafis. Tetapi penulis yakin bahwa karya yang penulis buat sebagai manifestasi rasa rindu kepada ibu ini tidak berhenti sampai di sini. Selama masih hidup penulis pasti akan merindukan ibu dan kerinduan itu akan menjadi alasan untuk berkarya serta menjadikan kegiatan berkarya tersebut sebagai terapi seni bagi penulis sendiri.

Akhir kata, seni sebagai alat terapi untuk menciptakan karya bertema manifestasi rasa rindu kepada ibu ini penulis anggap berhasil. Sebagai tolak ukurnya adalah secara psikologis penulis lebih merasa lega dan tenang, karena mampu memindahkan isi kepala dan perasaan hati penulis ke dalam sebuah bentuk fisik karya yang biasa penulis nilai dan rasakan sendiri. Melalui terapi ini pula, sebagian dari sikap penulis yang selama ini tertutup pada keluarga saat ini bisa lebih terbuka. Walau memang tidak total dapat mengobati dampak dari kehilangan ibu, tetapi penulis yakin melalui terapi seni ini, akan mampu menjadi jalan dan solusi bagi masalah psikologi penulis dikemudian hari.

B. Saran

Individu yang mengalami *grief* diharapkan mampu memulai kehidupan yang lebih baik dengan melalui semua tahapan *grief* dengan baik, dan bagi yang belum bisa keluar dari tahap *recovery* diharapkan agar subjek bisa segera belajar menghilangkan trauma yang dia rasakan supaya bisa kembali pada hidup yang normal.

DAFTAR PUSTAKA

- Effendy. *Dasar-dasar Kepewatan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta. EGC, 2004.
- Ellen Winner. *Invented World: The Psychology of the Art*, Harvard University Press, 1982.
- Erbe Sentanu. *Quantum Iklas: Teknologi aktivitas dan kekuatan hati*. Alex Media Komputindo. Jakarta, 2007.
- Irma Damajanti. *Psikologi Seni*, PT Kiblat Buku Utama, Bandung, 2006.
- Lemme, B. H. *Development in Adulthood*. USA: Allyn & Bacon, 1995.
- M. Dwi Marianto. *ART & LEVITATION: Seni dalam Cakrawala Quantum*. Penerbit: Pohon Cahaya, Yogyakarta, 2015.
- Mike Susanto,. *Diksi Rupa: Kumpulan Istilah Seni Rupa*. Yogyakarta. Penerbit: Kanisius, 2002.
- Papalia, D. E, Olds, S. W. & Feldman. *Human Development Psikologi Perkembangan* (9th ed). Jakarta: Kencana, 2008.
- Santrock, J. W. *Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup* (5th ed). Jakarta: Erlangga, 2004.
- Sarwono, Sarlito Wirawan. *Pengantar Psikologi Umum*. Rajawali, Jakarta, Press, 2009.
- Sarwono, S. W. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2004.
- Sarwono, Sarlito Wirawan. *Pengantar Psikologi Umum*. Rajawali, Jakarta, Press, 2009.
- Stewart, C. A, Perlmutter, M. Friedman, S. *Lifelong Human Development*. USA: Willey, 1988.
- Suryani, Eko dan Hesti Widyasih. *Psikologi Ibu dan Anak*. Penerbit:Fitramaya, Yogyakarta, 2001.
- Yuliawati, Livia, J. L. Setiawan & T.W. Mulia. *Perubahan Pada Remaja Tanpa Ayah*. *Arkhe Th. 12/No.1/2007*. 2007.
- Harper, J.M. 2001. Men and Grief. Online.
<http://www.grief.net.org/library/grief.html> (diakses pada tanggal 26 Maret 2017, jam 17:15 WIB)

get-happy.org/index.php/2015/12/07/memahami-art-psychotherapy-psikoterapi-seni/ (diakses pada tanggal 17 Januari 2017, jam 13:45 WIB)

<http://www.google.co.id/amp/s/app.kompas.com/amp/sains/read/2012/09/04/06520098/Terapi.Seni.Solusi.bagi.Gangguan.Jiwa> (diakses pada tanggal 17 Januari 2017, jam 17:33 WIB)

Lifestyle.kompas.com/read/2012/07/23/05/23/05115463/terapi.seni.jadi.sarana (diakses pada tanggal 18 Januari 2017, jam 10.12 WIB)

<http://www.google.co.id/amp/s/app.kompas.com/amp/sains/read/2012/09/04/06520098/Terapi.Seni.Solusi.bagi.Gangguan.Jiwa> (diakses pada tanggal 17 Januari 2017, jam 17:50 WIB)

<http://www.google.co.id/amp/s/app.kompas.com/amp/sains/read/2012/09/04/06520098/Terapi.Seni.Solusi.bagi.Gangguan.Jiwa> (diakses pada tanggal 03 Maret 2017, jam 13.15 WIB)

Jokowarino.id/pengertian-dan-defenisi-simbol/ (diakses pada tanggal 23 Desember 2016, jam 09.45 WIB)

Edupaint.com/warna/roda-warna/505-read-110620-teori-warna-dan-ahlinya.html (diakses pada tanggal 12 Maret 2017, jam 10.55 WIB)