

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penciptaan

Kematian atau kehilangan adalah peristiwa dalam kehidupan manusia yang bersifat universal, namun unik secara individual. Kematian merupakan fakta biologis yang memiliki aspek sosial, kultural, historis, religious, legal, psikologis, perkembangan, medis, dan etis dimana aspek-aspek tersebut memiliki keterkaitan antara satu sama lain (Papalia, 2008). Begitu pula dengan berduka yang tidak dapat dipisahkan dari kematian. Berduka merupakan respon emosi yang manusiawi sebagai bentuk pertahanan diri yang diekspresikan terhadap kehilangan. Berduka selalu berkaitan secara langsung dengan kehilangan sesuatu atau seseorang yang dianggap berharga atau bernilai (Wisayasaputra 2003:24-25).

Menurut Abineno (1991:1) berduka bukan saja terbatas pada apa yang kita rasakan, tapi juga mencakup apa yang kita pikirkan, apa yang kita kehendaki serta apa yang kita lakukan. Setiap orang tentunya memiliki respon kedukaan yang berbeda. Bagi mereka yang mempunyai kedekatan yang erat terutama kedekatan keluarga dan anggota keluarga yang meninggal, kehilangan tersebut tentu memberi duka yang mendalam.

Kehilangan seseorang yang sangat berharga merupakan suatu hal yang sulit untuk dilalui. Kehilangan bisa ditandai dengan putusnya hubungan satu individu dengan yang lain, *lost contact*, ataupun kehilangan karena kematian atau yang biasa disebut kedukaan. Mereka yang mengalami

kehilangan umumnya akan merasakan gejala seperti tertekan, tidak percaya, dan sedih yang berkelanjutan. Tak hanya itu, kehilangan juga dapat menyebabkan perubahan pada ranah lain seperti kesehatan psikis dan fisik, aktivitas sehari-hari, bahkan masalah keluarga ataupun finansial tergantung hubungan yang dimiliki oleh orang yang telah pergi.

Kehilangan seorang ayah karena kematian menjadikan banyak hal dalam kehidupan berubah 180 derajat. Hilangnya sosok pemimpin keluarga, merasa tidak menerima kasih sayang lagi, hingga masalah finansial yang dialami adalah dampak dari hilangnya sosok ayah. Masalah tersebut akan merambat pada isu kesehatan psikis yang mengharuskan menjalani konsultasi dengan psikolog dan juga menurunnya kesehatan fisik karena perasaan tertekan dan emosi yang berubah menjadi stress yang berkelanjutan.

Individu yang mengalami peristiwa kehilangan, kemungkinan besar akan mengalami fase kedukaan atau biasa dikenal dengan *Five Stages of Grief*. Adapun gejala yang ditunjukkan dalam tahap kedukaan memiliki persamaan gejala dengan *major depressive disorder (MDD)* atau biasa disebut depresi berat. Namun, jika individu yang mengalami *grieving process* tidak ditangani dengan benar, ada kemungkinan tahap kedukaan yang dialami berubah menjadi depresi atau trauma kehilangan yang lebih parah.

Five stages of grief merupakan suatu teori dalam psikologi yang dikembangkan oleh Elizabeth Kubler Ross, seorang psikeater asal Swiss yang juga seorang penulis. Dalam bukunya yang berjudul *On Death and Dying*, ia memperkenalkan *five stages of grief* yang kemudian dikenal sebagai *Kubler*

Ross Model yang meliputi tahapan; *Denial, Anger, Bargaining, Depression,* dan *Acceptance*.

Tidak semua individu mengalami semua tahapan kedukaan secara runtut. begitu juga dengan pengalaman personal berupa yang hanya mengalami 4 tahapan saja yaitu: *Denial, Depression, Bargaining,* dan *Acceptance*. Adapula kasus seperti pengulangan tahapan kedukaan pada individu karena adanya faktor pemicu, seperti tertekan, trauma, timbulnya masalah baru, dan sebagainya.

Maka dari itu, penanganan pada individu yang mengalami tahapan kedukaan harus diperhatikan. Umumnya, individu yang mengalami *grieving process* memiliki *caregiver* sebagai orang terdekat dan psikolog. Namun, adapula individu yang berjuang sendirian dalam menghadapi tahapan kedukaan mereka. Membantu individu memproses emosi yang mereka rasakan merupakan salah satu cara yang dianjurkan agar individu merasa lebih tenang dan lega.

Banyak cara untuk membantu mereka memproses emosi atau meluapkan perasaan mereka. Salah satunya adalah kegiatan terapi seni. Kegiatan mencoret-coret dan menulis dapat efektif dalam perbaikan emosional dan mengurangi rasa sakit pada penyakit. Terapi seni dapat bermanfaat dalam membangun kembali keterikatan yang sehat melalui pengalaman sensorik, interaksi, gerakan, dan aktivitas lainnya (Pennebaker, 1997).

Perkembangan terapi seni tidak selalu berhubungan dengan terapis. Dalam praktiknya, terapi seni telah berkembang menjadi terapi sederhana yang

dapat dilakukam secara mandiri. Dengan meluangkan waktu sendiri untuk melakukan kegiatan kreatif yang bersifat menenangkan tanpa perlu didampingi oleh ahli terapi seni.

Praktik terapi seni mandiri bertujuan untuk menghadirkan relaksasi dalam proses berkreasi. Beberapa kegiatan yang pernah dipraktikkan untuk terapi seni meliputi: menggambar, melukis, berkolase, atau bentuk seni lainnya yang berperan sebagai terapeutik. Dalam terapi seni juga tak lepas dengan ekspresi artistik yang merupakan aktivitas yang melibatkan otak dengan cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengobatan dan evaluasi terapeutik.

Salah satu kegiatan berkesenian yang dapat menjadi psikoterapi adalah berkolase. Kegiatan berkolase memungkinkan seseorang untuk mengekspresikan diri dengan bebas menggunakan berbagai sumber sebagai materi kolase baik media cetak maupun non-cetak. Baik kolase manual ataupun digital, dalam konteks terapi seni keduanya tidak masalah. Karena poin utama dari seni terapeutik adalah menikmati proses berkeseniannya sebagai media penyaluran emosi (Susan I. Buchalter, 2009).

Berdasarkan pemaparan tentang kegiatan berkolase dapat menjadi salah satu bentuk terapi seni, maka dari itu perupa memutuskan untuk mengeksplorasi media kolase, baik itu kolase manual maupun kolase digital. Walaupun lebih banyak yang menerapkan kegiatan berkolase manual untuk terapi seni, namun perupa lebih tertarik dengan media kolase digital. Karena banyak aspek visual dari kolase digital yang dapat digali lebih dalam. Kelebihan dari seni kolase digital salah satunya dapat dikombinasikan dengan

gerakan atau animasi, sehingga memiliki *point of interest* tersendiri. Kolase digital juga dapat diakses dengan mudah secara digital dan tidak terbatas dalam *platform*.

Latar belakang di atas, mendorong perupa untuk merefleksikan tahapan kedukaan personal dalam penciptaan karya seni dengan kolase digital sebagai medianya. Seiring berjalannya waktu, media kolase digital ini menjadi suatu media baru yang perupa gemari dan tekuni sebagai kegiatan berkesenian maupun *therapeutic*.

B. Perkembangan Ide Penciptaan

Ide pertama yang terlintas saat pencarian gagasan penciptaan ini ialah ‘*Catcalling* sebagai bentuk pelecehan terhadap wanita di tempat umum’, dimana sebenarnya tema ini juga berasal dari sebuah pengamatan perupa saat menaiki transportasi umum seperti transjakarta dan KRL, meskipun telah ada gerbong khusus wanita dan bilik khusus wanita pada transportasi umum, hal ini dirasa kurang efektif karena jumlah penumpang yang selalu melebihi kapasitas transportasi umum yang seharusnya.

Tema ini kemudian tidak dilanjutkan, karena sudah banyak senior yang lebih dulu memilih tema yang serupa. Kemudian, perupa diminta untuk mengganti topik lain yang tentunya tetap memiliki kaitan personal. Akhirnya terlintas untuk mengangkat topik seputar kejahatan pedofilia yang juga pernah dialami oleh perupa. Namun, perupa memilih untuk mengubah lagi idenya karena dinilai masih kurang personal.

Perupa berpikir dengan melihat keadaan yang sedang dialami oleh banyak orang dan tentunya juga dialami oleh perupa selama masa pandemi ini. Perupa sangat tertarik untuk mengangkat ide tentang 'Burn Out' dan 'Mental Health Issues' yang saat ini mulai banyak diperbincangkan selama 2 tahun terakhir. Masyarakat seperti baru menyadari bahwa *mental issues* ini tak kalah pentingnya dengan kesehatan fisik. Faktanya kesehatan mental memiliki pengaruh besar pada kesehatan fisik juga.

Namun, ide tersebut dirasa masih kurang personal juga karena hampir semua orang mengalaminya. Kemudian, perupa mengeksplorasi kembali ide yang lebih personal yang hanya dialami oleh perupa sendiri, yaitu perasaan sedih dan duka yang berkelanjutan karena kehilangan seseorang yang berharga hingga menyebabkan dampak yang besar terhadap perupa. Maka dari itu, perupa mendapatkan ide untuk merefleksikan tahap kedukaan atau yang lebih dikenal dengan *five Stages of Grief* dalam karya seni kolase digital.

C. Fokus Penciptaan

1. Berasal dari sumber inspirasi realitas internal berupa pengalaman personal yang pernah dialami oleh perupa berupa tahapan kedukaan yang pernah dialami setelah kehilangan sosok ayah.
2. Memvisualisasikan refleksi tahapan kedukaan yang menggambarkan kilas balik bagaimana proses kedukaan yang dialami secara personal meliputi fase: *Denial*, *Depression*, *Bargaining*, dan *Acceptance* dalam penciptaan karya seni kolase digital.

3. Menggunakan bentuk semi figuratif untuk kepentingan pemaknaan dan metamorfosa yang dinilai dapat memperkuat pemaknaan tentang tahapan kedukaan secara ekspresif.
4. Menggunakan prinsip estetika seni kontemporer yang didasari oleh idiom pluralitas dari seni *postmodern* yang tetap berbasis pada filosofi, namun dengan jangkauan visual yang tidak terbatas dan tidak terikat pada aturan-aturan zaman dahulu, tetapi berkembang sesuai zaman.
5. Merujuk pada komposisi karya seni rupa seperti prinsip kesatuan, keseimbangan, irama, komposisi, proporsi, keselarasan, gradasi, dan kontras.
6. Menggunakan lebih dari satu media dan teknik yang dikombinasi sedemikian rupa hingga menghasilkan karya kolase digital dengan animasi.

D. Tujuan Penciptaan

1. Merefleksikan pengalaman personal tahapan kedukaan dalam karya seni kolase digital.
2. Memvisualisasikan refleksi tahapan kedukaan yang menggambarkan kilas balik bagaimana proses kedukaan yang dialami secara personal meliputi fase: *Denial, Depression, Bargaining, dan Acceptance* dalam penciptaan karya seni kolase digital.

3. Mengolah segala aspek penciptaan yang meliputi: aspek konseptual, visual, dan operasional dalam mewujudkan karya seni kolase digital dengan berbagai tahapan dan eksplorasi.

E. Manfaat Karya

1. Bagi perupa, diharapkan dapat mengembangkan proses kreatif, mengasah kemampuan personal dalam membuat konsep penciptaan karya yang lebih matang, dan tentunya lebih percaya diri untuk bereksplorasi lebih banyak untuk menciptakan karya-karya yang lebih baik lagi.
2. Bagi institusi seni, karya merupakan sebuah perintis yang dapat dijadikan referensi praktik dan bahan kajian untuk melakukan penciptaan karya seni rupa serta diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah terhadap penelitian-penelitian dalam bidang seni rupa.
3. Bagi ilmu pendidikan seni rupa, skripsi penciptaan diharapkan dapat memberikan pengajaran akan pengetahuan kondisi psikologis, empati, refleksi sebagai bentuk interopeksi diri, dan bentuk terapeutik akan pentingnya proses kreatif penciptaan yang diawali dengan sebuah penelitian secara ilmiah.
4. Bagi masyarakat, dapat digunakan sebagai penyampaian pesan, sikap kritis ataupun saran tentang hubungan seni dan psikologis. Diharapkan juga karya ini nantinya dapat menjadi referensi dan inspirasi terciptanya karya baru.