



Ekspresi Visual Memori Traumatik

Florenza Octarina¹, Ariesa Pandanwangi², Belinda Sukapura Dewi³
Program Sarjana Seni Rupa Murni, Fakultas Seni Rupa dan Desain,
Universitas Kristen Maranatha
Email: florenzaoctr16@gmail.com

Received: 06 January 2022; Revised: 14 March 2022; Accepted: 30 April 2022
DOI: <http://dx.doi.org/10.37905/aksara.8.2.1231-1242.2022>

Abstrak

Peristiwa kecelakaan yang dialami oleh seseorang, menjadi sebuah pengalaman yang tak terlupakan. Peristiwa yang melekat dalam ingatan kerap menjadi sumber inspirasi seniman dalam proses kreatif. Beberapa seniman besar yang pernah mengalami sebuah peristiwa kecelakaan, justru menjadi gagasan dalam proses penciptaan. Tujuan penciptaan ini untuk memvisualisasikan sebuah peristiwa kecelakaan yang terekam dalam memori dan meninggalkan trauma yang mendalam, sehingga emosi dan ekspresi melalui karya seni dapat diapresiasi oleh apresiator. Metode yang digunakan adalah deskriptif analisis/historis. Hasil dari penciptaan karya seni adalah 4 karya seni dengan menggunakan cat minyak diatas kanvas berukuran 100 x 120 cm yang mengusung traumatis, melalui karya seni tersebut para apresiator mampu merasakan emosi yang ditawarkan oleh seniman. Visualisasi dalam karya ini adalah objek gesture tubuh manusia yang didominasi dengan komposisi memusat atau ditengah dengan warna monokrom hitam, putih, abu-abu.

Kata Kunci: Karya; Ekspresi; Pengalaman; Seniman; Trauma..

Abstract

An accident experienced by a person, becomes an unforgettable experience. Events that are embedded in memory are often a source of inspiration for artists in the creative process. Some great artists who have experienced an accident have become ideas in the process of creation. The purpose of this creation is to visualize an accident that is recorded in memory and leaves a deep trauma, so that emotions and expressions through art can be appreciated by appreciators. The method used is descriptive analysis and historical. The results of the creation of the artwork are 4 works of art using oil paint on canvas measuring 100 x 120 cm which carry trauma, through these artworks the appreciators can feel the emotions offered by the artist. The visualization in this work is the object of the human body gesture which is dominated by a centered or centered composition with black, white, and gray monochrome colors.

Keywords: Artist; Creation; Experience; Expression; Trauma.



PENDAHULUAN

Seni sebagai media terapi untuk menuangkan emosi terhadap seseorang yang mengalami gangguan kesehatan mental dalam bentuk sebuah karya seni (Mahardika, 2017). Seni adalah media atau cara yang sangat positif untuk penyembuhan atau untuk membebaskan kita dari energi negatif yang ada didalam diri dan pikiran. Kesenian mampu untuk menyediakan ruang guna menyembuhkan luka, untuk menghadapi trauma. Kisah ketakutan seseorang yang pernah terjadi dimasa lampau seringkali dapat dijadikan objek untuk kekuatan dalam membuat gagasan visual dalam penciptaan karya seni. Ada banyak kejadian yang dapat menyebabkan trauma, terutama yang dapat mampu mengancam nyawa hingga akhirnya seseorang memilih mengakhiri hidupnya sendiri. Kejadian umum yang sering terjadi diantaranya: kekerasan seksual, kecelakaan mobil atau motor, tertusuk benda, kebakaran rumah, terjatuh, orang terdekat tiba-tiba meninggal, putus hubungan dengan pacar, dan lain-lain. Ada beberapa penyebab utama saat terjadinya rasa ketakutan atau trauma itu muncul, kejadian yang hanya satu kali, tetapi meskipun hanya satu kali dalam seumur hidup, tetapi ada kejadian yang bisa menimbulkan trauma yang mendalam bagi seseorang.

Sejatinya, trauma itu dapat disembuhkan. Ada beberapa cara penyembuhan untuk mengatasi gangguan trauma tersebut yaitu dengan melakukan terapi sendiri maupun dengan bantuan psikiater atau psikolog, kemudian meminum obat sesuai resep dokter, kemudian rajin berolahraga, sering bersosialisasi dengan orang terdekat, berdamai dengan diri sendiri, dan kemudian mencoba melakukan kegiatan-kegiatan positif yang dapat membantu pikiran pulih dan melupakan kejadian tidak menyenangkan tersebut.

Setelah mengetahui penyebab apa saja yang dapat membuat seseorang menjadi mengalami rasa trauma, ternyata ada banyak orang yang trauma karena sesuatu hal, contohnya berkendara dengan motor atau mobil, baik dibonceng atau berkendara sendiri. Kecelakaan adalah hal yang semua orang hindari dan takuti namun kita tidak dapat menghindari kecelakaan selain mencegahnya. Secara logis kita dapat mencegahnya dan berjaga-jaga mulai dari mengecek semua mesin kendaraan, memakai sabuk pengaman, memakai helm, dan tentunya berdoa sebelum bepergian. Berkendara bukan sekedar melewati jalanan dengan kecepatan tertentu, tetapi berkendara itu soal bagaimana kita memiliki etika dan atitut demi keselamatan kendaraan satu sama lain, saling menghormati pengendara lain, dan menjaga keselamatan untuk diri kita sendiri dan orang lain disekitar kita.

Atas gagasan yang telah disampaikan, sangatlah penting bagi para apresiator atau bahkan senimannya sendiri, karena pada saat ini banyak orang yang terganggu aktivitasnya sehari-hari karena merasakan hal yang berbahaya yang dapat menghampirinya yang disebabkan oleh rasa traumanya itu yang terus menghantui perasaan dan pikirannya karena takut hal itu akan terjadi lagi. Seni dapat menjadi wahana komunikasi bagi para penikmatnya dengan seniman. Melalui karya seni yang diciptakan, penikmatnya mampu merasakan emosi karena pengalaman yang ditawarkan oleh seniman. Setiap seniman pasti memiliki tujuan untuk menciptakan karya seni yang tidak lepas dari perasaan spiritual yang dialami sehari-hari (Wijaya, C Kerine, Pandanwangi, Ariesa & Dewi, 2021). Karya seni yang telah diciptakan ini tentunya banyak pesan yang ingin disampaikan. Peristiwa yang menorehkan trauma mendalam dalam kehidupan, dapat menjadi sumber inspirasi penciptaan, sekaligus sebagai pengingat bahwa setiap kejadian yang sudah terjadi di sekitar kita adalah pengalaman berharga. Penciptaan karya



ini secara tidak langsung mampu membangkitkan semangat kembali dan mematahkan rasa keputusasaan. Seniman dapat mengambil pelajaran hidup yang berharga melalui sebuah karya seni. Penciptaan seni dapat dipakai untuk memenuhi kebutuhan pada seorang seniman dengan cara berkreasi dan mengungkapkan ekspresinya (Septian, L Verren, Effendi, Zainal I, Pandanwangi, 2022)

METODE

Metode adalah salah satu faktor yang paling penting untuk memecahkan suatu masalah dan akan turut menentukan sebuah keberhasilan dalam pencapaian suatu hasil penelitian (Salmaa, 2021). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif analitis yang bertujuan untuk mendeskripsikan data yang selanjutnya akan di analisis, sedangkan literasi historis untuk mengungkapkan kisah-kisah trauma yang secara visual dilukis dalam karya seni. Berikut adalah tahapan yang dilakukan dalam proses penciptaan:



Gambar 1. Teknik dan Metode (Sumber: Penulis, 2022)

Berdasarkan gambar 1 diatas, maka dapat dijelaskan sebagai berikut :

Tahap pertama dalam proses penciptaan sebuah karya seni, seniman melakukan observasi, dan hasilnya dijadikan sebagai gagasan penciptaan konsep yang ingin diangkat dan disampaikan secara visual.

Tahap kedua setelah menjadi sebuah gagasan, seniman membuat beberapa sketsa alternatif visual sebelum dibuat di kanvas. Setelah membuat beberapa sketsa, seniman menentukan sketsa mana yang ingin dibesarkan di kanvas.

Tahap ketiga pemindahan ke atas kanvas, dan dibuat menjadi subject matter sesuai dengan konsep awal, setelah jadi kemudian melakukan pemilihan warna yang sesuai dengan konsep dan tema yang sudah dibuat sebelumnya. Selanjutnya adalah pewarnaan dengan menggunakan warna-warna yang telah dipilih, dimix dengan warna lainnya dengan menggunakan cat minyak.

Tahap keempat seniman melakukan pengecekan kembali dan memastikan bahwa karyanya siap untuk di pameran.

Karya yang diciptakan oleh seniman berjumlah 4 karya dengan posisi *center* atau ditengah agar para apresiator dapat melihat langsung objek visual yang sudah ditargetkan. 4 karya ini menggunakan media cat minyak diatas kanvas berukuran 100 x 120 cm.

Metode yang digunakan dalam penelitian penciptaan ini adalah deskriptif analitis dan historis yang merupakan sebuah penelitian yang mengenai pengumpulan dan evaluasi data yang sudah terkumpul dengan secara sistematis yang berkaitan dengan kejadian

peristiwa di masa lampau yang diperuntukan sebagai kebenaran yang berkaitan dengan adanya sebab-akibat.

Sumber data dalam penelitian ini adalah :

1. Data primer adalah data yang diperoleh dari cerita para pelaku kejadian peristiwa yang sudah dialaminya di masa lampau.
2. Data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber lain seperti buku biografi, seniman referensi yang memiliki gagasan yang serupa yang berkaitan dengan peristiwa tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Seniman dalam proses dalam penciptaannya, salah satunya menggali dari latar belakang peristiwa apa yang membuatnya trauma, kemudian peristiwa tersebut dijadikan sebuah sumber gagasan yang dituangkannya melalui pengamatan terhadap apa yang sudah dialaminya, yang selanjutnya terus digali berbagai kemungkinan terhadap apa yang telah dialaminya. Hal tersebut dapat dilihat pada gambar 2 dibawah ini



Gambar 2. Kerangka penciptaan (Sumber: Penulis, 2022)

Berdasarkan gambar 2, untuk mencapai hasil yang diinginkan, di latar belakang melakukan 2 pengamatan. Pengamatan pertama itu sesuai dengan pengalaman trauma yang telah terjadi, menentukan ekspresi, gesture, dan warna yang sesuai dengan tema dan konsep yang ada. Kemudian pada pengamatan kedua, melakukan studi literasi pada internet dan buku mengenai seniman referensi yaitu I Gusti Ayu Murniasih dan Frida Kahlo.

Hasil pencapaian penciptaan keseluruhan adalah 4 karya menggunakan cat minyak diatas kanvas dengan ukuran 100 x 120 cm. Keempat karya seni ini memberikan



makna dan pesan kepada apresiator mengenai peristiwa yang pernah mendatangkan trauma mendalam seniman sehingga diharapkan dapat melibatkan emosi publik.

Manusia dengan Segala Permasalahannya

Pada hakekatnya, manusia yang masih berada di bumi dan masih menginjak tanah pasti memiliki banyak kejadian di dalam hidupnya, manusia bukanlah penghuni tunggal yang berada di bumi ini. Banyak manusia-manusia lain yang memiliki rasa yang sama dengan pengalaman yang tentunya berbeda-beda. Kisah seseorang yang terjadi di hidupnya seringkali memberikan pesan dan kesan yang tersimpan di hati dan pikiran, baik hal negatif maupun hal positif. Pengalaman tidak mengenakan yang terjadi di dalam diri manusia yang melekat dalam pikiran dan perasaan dapat disebut sebagai trauma. Trauma psikologis yang terjadi pada diri seseorang adalah (Makarim Fadhli, 2019) sebuah kondisi yang diakibatkan dari peristiwa buruk. Trauma sering dikaitkan dengan tekanan emosional dan psikologis yang besar. Peristiwa buruk yang telah terjadi pada seseorang dapat membuat orang tersebut merasa tidak aman, tidak sanggup untuk menghadapi dunia yang rasanya dapat menimbulkan bahaya, dan merasa tidak berdaya. Saat rasa trauma itu muncul, orang yang merasakan akan tersiksa dengan emosi dan segala ketakutan yang terus menghantui pikirannya dengan ingatan yang kuat tentang kejadian yang sebelumnya pernah dialami, serta kecemasan yang mengingatkan akan peristiwa tersebut akan terjadi lagi. Hal ini tentu sangat mengganggu kehidupan sehari-hari.

Pada umumnya (Hapsari Annisa, 2021), setiap reaksi trauma pada manusia yang muncul adalah hal yang normal, karena itu merupakan bagian dari proses alami yang muncul dari dalam tubuh manusia untuk pulih dari rasa trauma yang dialaminya, respon atau reaksi akibat trauma yang muncul pada setiap manusia itu berbeda-beda bentuknya mulai dari perubahan bentuk fisik atau psikologis.

Studi Kasus Peristiwa yang Mendatangkan Trauma

Salah satu kasus mengapa bisa terjadi trauma adalah dengan kejadian mengerikan yang terus menghantui perasaan dan pikiran. Hal yang tidak mengenakan dimasa lampau inilah yang menjadi gagasan dalam penciptaan sebuah karya seni. Pada Januari 2020, terjadi pengalaman kejadian mengerikan dan tidak bisa terlupakan yaitu kecelakaan kendaraan umum di jalan tol dengan mobil travel yang ditumpangi seseorang. Pada kejadian tersebut, di dalam mobil terdapat 5 orang penumpang yang terdiri atas seorang sopir, dan 4 orang penumpang. Peristiwa kecelakaan tersebut menyebabkan salah satu penumpangnya mengalami luka yang parah yaitu patah tulang di bagian tangan kiri dan benturan hebat di mata yang menyebabkan agak terganggu penglihatannya. Kecelakaan tersebut, belum jelas terjadinya, disebabkan karena sopir mengantuk atau pecah ban mobil, sehingga sopir kehilangan kendali dan keseimbangan dalam berkendara sehingga mengakibatkan mobil terbanting ke kiri jalan hingga terguling berkali-kali. Posisi mobil terbalik dengan kondisi ban berada di atas, badan mobil di bawah, dan mengenai papan petunjuk jalan hingga bengkok. Kondisi semua penumpang mengalami kecelakaan tragis dan yang paling parah adalah seorang penumpang.

Jalan tol yang seharusnya menawarkan keamanan karena dapat mempersingkat waktu perjalanan, namun di sisi lain faktanya memaksa pengemudi membawa kendaraan secara intens yang tinggi dengan jarak tempuh yang panjang. Maka dari itu, harus



diperhatikan kembali bagi setiap pengemudi harus memeriksa kendaraan yang dibawanya mulai dari ban, rem, sabuk pengaman, dan lain-lain agar selalu selamat diperjalanan.

Seni Sebagai Media Terapi

Seni adalah media positif yang berguna sebagai alat untuk membebaskan energi negatif bagi para penikmatnya, seni memiliki sifat yang dapat menyembuhkan, seni menjadi salah satu

medium ekspresi jiwa dan kesenian mampu untuk menyembuhkan luka batin, untuk mengungkapkan emosi trauma, menjadi sumber inspirasi, dan dapat membantu orang lain untuk turut membagikan cerita mereka melalui sebuah karya seni. Pentingnya seni sebagai media terapi adalah untuk mengungkapkan atau menuangkan emosi terhadap para individu yang memiliki gangguan kesehatan mental dalam bentuk sebuah karya seni, baik untuk yang menciptakan maupun orang lain yang melihat karya tersebut.

Seniman Referensi

Proses penciptaan ini memiliki acuan beberapa seniman yang direferensikan, hal ini menjadi bagian dari proses untuk mendapatkan gagasan penciptaan. Seniman-seniman tersebut dipilih karena memiliki kisah hidupnya yang mengalami trauma mendalam dalam hidupnya yang kemudian menjadi gagasan dalam proses kreatifnya. Seniman referensi yang menginspirasi melalui perjuangan kisah traumatis yang pernah dialami dan diperjuangkannya diangkat sebagai karya yang luar biasa adalah IGAK Murniasih dan Frida Kahlo.

IGAK Murniasih (Bagus Filter, 2021), memiliki nama lengkap I Gusti Ayu Kadek Murniasih adalah seniman perempuan asal Tabanan, Bali yang lahir pada 21 Mei 1996 dan wafat pada 11 Januari 2006 di Ubud. Pada tahun 1987 beliau berpindah tempat tinggal di Ubud untuk belajar melukis, dan pada tahun 1995 beliau terlibat dalam pameran kelompok di Indonesia maupun diluar negeri, bahkan beliau sering berpameran tunggal. Murni memiliki caranya sendiri untuk membagikan, meluapkan, atau mengekspresikan isi hati, imajinasi, bahkan kritik dan pengalamannya melalui sebuah karya. Semasa hidupnya, Murni pernah mengalami traumatis yang diakibatkan oleh pelecehan seksual yang dilakukan oleh ayahnya sendiri ketika Murni masih muda. Murnipun bertemu dengan suaminya, namun hubungan rumah tangganya tidak berjalan harmonis. Pada saat itu murni mengalami kemandulan sehingga suaminya menikahi wanita lain. Karya-karya Murni dinilai blak-blakan, karyanya dinilai kotor, sesat dan tidak bermoral. Murni melukis sebuah kehidupan yang beliau alami, tentang tubuh perempuan, sensualitas, dan kedalaman alam bawah sadar.

Frida Kahlo, seorang seniman kelahiran 6 Juli 1907 yang berasal dari Meksiko dan wafat pada 13 Juli 1954. Sepanjang hidupnya, Frida selalu bersinggungan dengan penderitaan yang dialaminya, namun penderitaan tersebut tidak menghalanginya untuk berkarya. Frida belajar melukis untuk menuangkan rasa sakit dan kisah hidupnya yang tragis. Frida membuat lukisan dengan goresan yang kuat dan berwarna cerah berani. Sejak usia 6 tahun, Frida mengidap polio yang membuat kaki kanannya terlihat lebih kecil dibandingkan dengan kaki kirinya. Pada tahun 1925 sejak usianya 18 tahun, Frida mengalami kejadian yang sangat mengerikan yaitu menjadi korban kecelakaan bus yang membuatnya harus menjalani 30 operasi medis selama hidupnya. Kecelakaan tersebut



mematahkan tulang pinggul, punggung, dan tulang selangka, dua tulang rusuknya remuk, dan kakinya patah. Frida banyak melukis tentang dirinya karena hal itu yang sangat dekat dengan dirinya. Pada perjalanan karirnya Frida memiliki pameran tunggal di New York City. Setiap karyanya berasal dari kejadian-kejadian yang pernah beliau alami. Setiap manusia pasti memiliki trauma didalam hidupnya dan juga setiap manusia memiliki cara masing-masing untuk melampiaskan rasa traumanya.

Konsep Estetik

Estetika adalah ilmu yang membahas mengenai keindahan, bagaimana suatu keindahan dapat terbentuk, serta bagaimana keindahan tersebut bisa disadari dan dirasakan oleh manusia (Prawiro. M, 2019). Terdapat beberapa unsur yang perlu diperhatikan dalam mengkaji nilai estetika suatu objek, yaitu warna, bentuk, tema, irama, dan lain-lain. Karya yang di ciptakan adalah dengan gaya minimalis dan menggunakan warna monokrom. Karya tersebut menggunakan unsur garis dan warna yang minimalis karena sesuai dengan tema yang diangkat adalah traumatik dengan memiliki makna tidak bersemangat dan masih terjebak dalam zona rasa trauma itu.

Seni minimalis sendiri hanya berfokus pada penggunaan bahasa sederhana dan jelas menggunakan garis-garis sederhana dan warna murni. Seniman minimalis berfokus pada penggunaan bahan-bahan tertentu yang paling penting untuk menciptakan sebuah karya seni tanpa memberikan banyak dekorasi. Karya-karya tersebut menggunakan warna monokrom hitam, putih, dan abu-abu karena warna-warna tersebut merepresentasikan rasa sakit yang mendalam, memiliki kesan putus asa, gelap, tidak ada lagi warna dihidupnya, dan rasa ingin menyerah. Karakter visual tersebut dibuat dengan komposisi *center* atau ditengah karena sebagai vokal point. Karya tersebut memiliki gesture dan ekspresi dengan simbolis bentuk manusia yang distorsi atau tidak proporsional. Distorsi sendiri memiliki pengertian perubahan bentuk, bentuk yang berbeda dari aslinya namun memiliki makna yang sesungguhnya. Distorsi adalah melebih-lebihkan dan menonjolkan bentuk pada area tertentu sehingga menguatkan karakter yang ingin difokuskan (Prawiro, 2018). Di bawah ini adalah karya-karya yang telah dieksekusi untuk diangkat menjadi sebuah penciptaan dengan gagasan yang telah dibahas sebelumnya. Adapun karya-karya tersebut adalah:



Tak Berdaya yang di ciptakan oleh Florenza pada tahun 2022 menggunakan media cat minyak diatas kanvas dengan ukuran 100 x 120 cm (gambar 3).



Gambar 3. Tak Berdaya (Sumber: Florenza Octarina, 2022)

Karya pada gambar 3 terdapat subject matter figur yang mendominasi bidang, dibuat dengan menggunakan warna hitam sedangkan *background* berwarna abu-abu. Karya yang dibuat ini adalah masa-masa dimana seseorang tengah berada disatu titik mengalami musibah yang membuatnya trauma akan suatu kejadian, tubuh yang terpuruk, sangat tidak berdaya, dan sangat memerlukan bantuan orang lain. Gesture manusia yang dibuat dengan garis kusut yang tebal dan tidak menampakkan detail anggota tubuhnya ini mencirikan bahwa hanya gesture yang penting dalam karya ini. komposisi pada karya ini dibuat *center* sehingga apresiator bisa langsung mendapatkan asumsi mereka sendiri.

Lukisan pada gambar 4 dengan judul karya digendong diciptakan oleh Florenza pada tahun 2022, dengan menggunakan media cat minyak diatas kanvas, berukuran 100 x 120 cm.



Gambar 4. Digendong (Sumber: Florenza Octarina, 2022)



Lukisan pada gambar 2 memvisualisasikan dua orang figure yang terdiri atas seorang figure yang sedang berdiri dengan warna hitam dan menggendong figure lainnya yang terkulai lemas dengan warna putih. Bayangan figure yang sedang berdiri berwarna abu-abu dengan latar belakang lukisan yang didominasi warna abu muda. Komposisi lukisan ini memusat dengan objek yang mendominasi bidang. Interpretasi lukisan ini secara visual menyampaikan pesan bahwa figur yang sedang berdiri adalah penolong bagi manusia yang sedang digendong dalam kondisi terkulai lemas.

Lukisan pada gambar 5 dengan judul Ingin Keluar yang dibuat oleh Florenza pada tahun 2022 dengan menggunakan media cat minyak di atas kanvas, berukuran 100 x 120 cm.



Gambar 5. Ingin Keluar (Sumber: Florenza Octarina, 2022)

Lukisan ini memvisualisasikan seseorang dengan bayangan yang terus ada bersamanya yang ingin keluar dari zona keterpurukannya yang ia alami yaitu traumanya yang terus menghantui dan mengganggu pikirannya. Manusia tersebut memiliki karakter ingin tenang, ingin berdamai dengan keadaannya, dan ingin tidak ada lagi hal negatif yang terus muncul dalam pikirannya. Visual tersebut masih dilatar belakangi dengan warna abu-abu karena memiliki rasa sakit yang mendalam.



Lukisan pada gambar 6 dengan judul mencoba, diciptakan oleh Florenza pada tahun 2022 dengan menggunakan media cat minyak diatas kanvas yang berukuran 100 x 120 cm.



Gambar 6. Mencoba (Sumber: Florenza Octarina, 2022)

Lukisan ini memvisualisasikan seseorang yang berusaha dan ingin mencoba bangkit dari keterpurukannya, meskipun ia masih bergantung atau mengandalkan orang lain, namun didalam dirinya masih ada rasa semangat dan memiliki rasa penuh harapan agar bangkit kembali. Warna abu yang ada pada karya ini merepresentasikan bahwa masih ada kenangan buruk didalam benak seseorang tersebut. Disatu sisi warna pink, biru, dan ungu yang menyelimuti orang tersebut memiliki rasa yang menggambarkan rasa optimis dan mencoba tenang. Warna ungu yang terlihat pada bagian tertentu merupakan kesan dimana seseorang tersebut mengalami luka akibat benturan pada kejadian saat itu.

CONCLUSION

Peristiwa yang mendatangkan traumatic adalah sebuah pengalaman berharga yang dapat dijadikan sumber inspirasi seniman dalam berkarya. Melalui gagasan dan penciptaan karya seni, dapat memberikan pesan kepada para penikmat seni bahwa seni dapat menjadi media untuk meluapkan emosi yang ada didalam diri serta memberikan pembelajaran bahwa setiap kejadian atau setiap masalah yang ada di masalah kita dapat keluar dan menjadi bangkit kembali untuk menyambut masa depan yang lebih tenang dan berdamai dengan keadaan, serta menjadikan setiap kehidupan yang kita alami adalah berharga.



REFERENCES

- Hapsari Annisa. (2021). *Trauma Psikologis*. Hellosehat.Com. <https://hellosehat.com/mental/gangguan-kecemasan/trauma/> [Diakses pada 15 Februari 2022]
- Adrian Adrian. (2020). *Cara Menghilangkan Trauma yang Patut Dicoba*. Alodokter.Com. <https://www.alodokter.com/cara-menghilangkan-trauma-yang-patut-dicoba> [Diakses pada 15 Februari 2022]
- Shafly Naufal. (2021). *Belum Banyak yang Tahu, Ini Sejarah Jalan Tol Pertama di Indonesia, Dulu Ditolak dan Dianggap Merugikan Masyarakat*. Gridoto.Com. <https://www.gridoto.com/read/222829309/belum-banyak-yang-tahu-ini-sejarah-jalan-tol-pertama-di-indonesia-dulu-ditolak-dan-dianggap-merugikan-masyarakat> [Diakses pada 16 Februari 2022]
- Makarim Fadhli. (2019). *Seni Sebagai Terapi Gangguan Jiwa*. Halodoc.Com. <https://www.halodoc.com/artikel/seni-sebagai-terapi-gangguan-jiwa> [Diakses pada 16 Februari 2022]
- Christabella Gracia. (2021). *Trauma Masa Kecil dalam Karya Seni*. Balairungpress.Com. <https://www.balairungpress.com/2021/04/trauma-masa-kecil-dalam-karya-seni/> [Diakses pada 16 Februari 2022]
- Lempe Lempe. (2019). *Mengenal Lebih Dekat Sang Jiwa Seni, Roby Dwi Antono*. Jateng.Garudacitizen.Com. <https://jateng.garudacitizen.com/mengenal-lebih-dekat-sang-jiwa-seni-robby-dwi-antono/> [Diakses pada 16 Februari 2022]
- Oelze Sabine. (2017). *The art of tragedy: 150 years of Käthe Kollwitz*. Dw.Com. <https://www.dw.com/en/the-art-of-tragedy-150-years-of-käthe-kollwitz/a-39600754> [Diakses pada 24 Februari 2022]
- Thabroni Gamal. (2018). *Pengertian Seni: Mendalami Makna dari Pendapat Para Ahli*. Serupa.Id. <https://serupa.id/pengertian-seni/> [Diakses pada 3 Maret 2022]
- Chaliakopoulos Antonis. (2020). *Leo Tolstoy's Essay What is Art*. Thecollector.Com. <https://www.thecollector.com/leo-tolstoy-what-is-art/> [Diakses pada 3 Maret 2022]
- Stanska zuzanna. (2017). *Frida Kahlo, The Broken Column*. Dailyartmagazine.Com. <https://www.dailyartmagazine.com/broken-column-frida-kahlo/> [Diakses pada 3 Maret 2022]
- Bagus Filter. (2021). *Seniman ini Pernah Mendapatkan Pelecehan Seksual, Kini Karyanya Terpajang di Singapura*. Today.Line.Me. <https://today.line.me/id/v2/article/xDmxkn> [Diakses pada 14 Maret 2022]
- Watson Gray. (2022). *Edvard Munch*. Britannica.Com. <https://www.britannica.com/biography/Edvard-Munch> [Diakses pada 14 Maret 2022]
- Indoartnow. (2017). *Rika Ayu*. Indoartnow.Com. <https://indoartnow.com/artists/rika-ayu> [Diakses pada 14 Maret 2022]
- Rahmah Fatimah. (2020). *ARTIST OF THE MONTH: HANA MADNESS*. Wewo.Co.Id. <https://wewo.co.id/artist-of-the-month-hana-madness/> [Diakses pada 14 Maret 2022]
- Artistrunwebsite. (2022). *Trauma and Healing: Art by Susan Harmon*. Artistrunwebsite.Com. <https://www.artistrunwebsite.com/inspiration/2254/Trauma+and+Healing%3A+Ar>



- t+by+Susan+Harmon [Diakses pada 14 Maret 2022]
- Case, C., & Dalley, T. (2014). *The Handbook of Art Therapy*. In *The Handbook of Art Therapy*. <https://doi.org/10.4324/9781315779799> [Diakses pada 19 Maret 2022]
- Prawiro. M. (2019). *Pengertian Estetika: Arti, Unsur, dan Manfaat Estetika Bagi Manusia*. Maxmanroe.Com. <https://www.maxmanroe.com/vid/umum/pengertian-estetika.html> [Diakses pada 21 Maret 2022]
- Fauzi Arli. (2020). *Konsep Berkarya Seni Rupa*. Cerdika.Com. [https://cerdika.com/konsep-berkarya-seni-rupa/#:~:text=Konsep berkarya seni rupa adalah,gagasan hingga menjadi karya sendi.](https://cerdika.com/konsep-berkarya-seni-rupa/#:~:text=Konsep%20berkarya%20seni%20rupa%20adalah,gagasan%20hingga%20menjadi%20karya%20sendi.) [Diakses pada 21 Maret 2022]
- Lukmana Dicki. (2017). *Perjalanan Seorang Seniman Mural Keith Haring*. Siasatpartikelir.Com. <https://siasatpartikelir.com/perjalanan-seorang-seniman-mural-keith-haring/> [Diakses pada 25 Maret 2022]
- Prawiro, M. (2018). *Arti Distorsi Dalam Komunikasi, Pasar, Seni, Ekonomi, dan Contoh Distorsi*. Maxmanroe.Com. <https://www.maxmanroe.com/vid/umum/pengertian-distorsi.html> [Diakses pada 1 April 2022]
- Alya, H. S. (2021). Lukisan Pemandangan: Teknik Spon Dalam Karya Seni Lukis Jelekong. *Ejurnal.Pps.Ung.Ac.Id.* <http://ejurnal.pps.ung.ac.id/index.php/Aksara/article/view/385> [Diakses pada 8 April 2022]
- Septian, L Verren, Effendi, Zainal I, Pandanwangi, A. (2022). The Vibrant of Harmony. *Ejurnal.Pps.Ung.Ac.Id.* <https://ejurnal.pps.ung.ac.id/index.php/Aksara/article/view/801> [Diakses pada 8 April 2022]
- Wijaya, C Kerine, Pandanwangi, Ariesa & Dewi, S. B. (2021). Mirror As Inspiration In The Creation Of Artworks. *Ejurnal.Pps.Ung.Ac.Id.* <https://ejurnal.pps.ung.ac.id/index.php/Aksara/article/view/668> [Diakses pada 8 April 2022]
- Salmaa. (2021). *Pengertian Penelitian Deskriptif, Karakter, Ciri-Ciri dan Contohnya*. Duniadosen.Com. <https://www.duniadosen.com/penelitian-deskriptif/> [Diakses pada 11 April 2022]