

**MANIFESTASI RINDU KEPADA IBU SEBAGAI  
TERAPI SENI****Oleh:****Bernadetha Dwi Puspitasari****ABSTRAK**

Ketika berbicara tentang ibu, tidak lagi berbicara mengenai fisiknya, tetapi lebih sering berbicara mengenai kasihnya, perjuangannya, cara mendidiknya, hingga doa dan harapannya. Dimanapun berada, doa ibu senantiasa menguatkan dan membuat yakin akan apa yang tengah dikerjakan. Berbeda ketika seseorang tidak lagi memiliki ibu, hal yang akan sering dirasakan adalah rasa rindu atau rasa penyesalan karena mungkin belum sempat membahagiakan semasa hidup ibunya. Rasa kehilangan ini merupakan situasi yang dapat dialami oleh semua orang. Keseluruhan rasa kehilangan tersebut, sangat berdampak bagi emosi penulis sehingga dibutuhkan sebuah cara melalui seni untuk mengurangi perasaan sedih serta rindu kepada ibu dalam kehidupan sehari-hari sebagai terapi. Terapi seni sebagai solusi yang penulis yakini memiliki kemampuan untuk menerjemahkan isi pikiran, mencatat dan menyampaikan berbagai tingkatan emosi, dari rasa nyaman, hingga kesedihan yang terdalam, dari mulai kejadian yang membahagiakan hingga trauma. Selama proses kreativitas penciptaan karya seni, semua emosi dan pikiran yang mengendap akan tereksternalisasi atau tersalurkan. Kata kunci: Manifestasi, ibu, rindu, terapi seni

**ABSTRACT**

*When talking about mothers, they no longer talk about their physicality, but often talk about their love, their struggles, how to educate them, to their prayers and hopes, a mother for her child. Wherever it is, mother's prayers always strengthen and make sure what is being done. It is different when someone no longer has a mother, the thing that will often be felt is longing or regret because they may not have had time to be happy during their mother's life. This sense of loss is an actual and potential situation that can be experienced by everyone in this world when separation from someone who previously existed does not exist. The whole sense of loss has a huge impact on the author's emotions. The author needs a way through art to reduce feelings of sadness and homesickness for mothers in everyday life as therapy. Art therapy as a solution that the author believes has the ability to translate thoughts, record and convey various levels of emotions, from comfort to the deepest sadness, from happy events to trauma. Art therapy is very useful as a "valve" to release previously pent up positive and negative memory impulses. During the creative process of creating works of art, all emotions and thoughts that settle will be externalized or channeled. Key words: Manifestation, mother, longing, art therapy*

## 1. Pendahuluan

Ibu merupakan orang tua yang paling dekat dengan anaknya, namun ketika seseorang dihadapkan pada suatu peristiwa yang tidak diinginkan dalam hidupnya pasti akan terasa berat menerimanya. Seperti pada peristiwa kematian ibu yang secara otomatis memutuskan hubungan komunikasi antara penulis dan ibu. Peristiwa tersebut sulit untuk diterima, mungkin oleh siapapun karena tidak ada satu orangpun yang benar-benar siap ketika harus kehilangan ibu yang dicintainya. Intensitas dan lamanya respon perasaan-perasaan tersebut memang tergantung pada penyebab kesedihannya, tergantung pada kemampuan mengalami kesedihan dan sistem lingkungan yang diterimanya.

Pada kasus ini, kematian ibu penulis disebabkan oleh penyakit Leukimia (kanker darah) dan penulis membutuhkan waktu yang lama untuk melupakan peristiwa duka yang penulis alami selama ibu sakit hingga pada detik kematian ibu. Walau hingga saat ini belum mampu untuk melupakan seluruh perasaan sedih yang penulis rasakan, beberapa upaya sudah penulis coba agar dapat mengurangi dampak dari rasa kehilangan tersebut.

Peristiwa kematian bukan hanya melibatkan seseorang yang meninggal dunia tapi juga berdampak bagi orang terdekat yang ditinggalkan. Seperti yang penulis alami selama ini, ada dampak yang dialami atau bahkan setiap individu yang mengalaminya tetapi melalui proses waktu, umumnya akan berangsur-angsur pulih ke keadaan semula. Dampak kehilangan ini bisa beragam pada setiap individu termasuk yang penulis alami, faktor emosi dan usia juga mempengaruhi proses duka dari masing-masing individu. Penulis sempat merasa tidak aman, serta berpikir kehilangan sosok ibu dapat mengancam perkembangan hidup selanjutnya. Oleh karena itu pada kesempatan ini, penulis ingin menciptakan karya seni sebagai manifestasi rasa rindu kepada ibu dan ingin mentransfer atau menghadirkan sosok ibu dalam karya seni penulis. Serta

mengangkat simbol-simbol yang mewakili rasa rindu terhadap sosok ibu sebagai ungkapan rasa yang mendalam kepada ibu kedalam sebuah media seni. Selain sebagai self therapy penulis sendiri, terapi seni ini menurut penulis dapat membantu penulis untuk melihat ibu dalam fisik karya seni penulis. Agar ibu tidak lagi hanya ada di dalam pikiran penulis saja, tetapi penulis dapat menghadirkan ibu secara nyata dalam bentuk karya seni, juga agar orang lain dapat melihat ibu penulis dan mengetahui makna seorang “ibu” bagi penulis. Penulis percaya bahwa proses terapi seni ini dapat membantu penulis untuk lebih positif dalam hal pikiran maupun sikap penulis dikemudian hari.

## 2. Rumusan Masalah

1. Bagaimana caranya menggunakan perumpamaan yang tepat agar makna rasa rindu terhadap ibu dapat digambarkan atau divisualisasikan?
2. Simbol-simbol apa saja yang dipakai untuk menciptakan konsep kerinduan terhadap ibu melalui terapi seni?

## 3. Teori dan Metode

### A. Teori

Teori *grief* mencoba untuk menyelami masalah emosional psikologi yang dirasakan, maka dari itu dicari beberapa literatur buku-buku psikologi, membaca teori-teori yang berhubungan dengan apa yang dirasakan selama ini. Pada teori *grief* hal ini seperti fakta yang memperkuat alasan-alasan sikap atau pikiran penulis selama ini ada pada teori tersebut. Menurut Santrock (2004: 272) dukacita (*grief*) adalah kelumpuhan emosional, tidak percaya, kecemasan akan berpisah, putus asa, sedih, dan kesepian yang menyertai disaat kita kehilangan orang yang kita cintai. Selain itu masih banyak teori psikologi lain yang penulis temukan yang menjelaskan unsur-unsur emosional seseorang tentang alam pikiran dan rasa.

Peristiwa kematian dapat menyebabkan *grief*, dapat dialami oleh siapa

saja di dunia ini. *Grief* yang dialami tidak boleh dibiarkan berlarut-larut karena *grief* yang berkepanjangan dapat menimbulkan stres bahkan depresi sehingga seseorang tidak dapat melanjutkan perkembangan hidupnya, terutama perkembangan emosional dan sosial mereka. Rasa rindu kepada ibu merupakan masalah penting yang perlu penulis angkat dan menjadi penelitian penulis secara pribadi untuk dijadikan *self treatment* melalui terapi seni bagi diri penulis sendiri.

Stewart, dkk (1988: 605) mengemukakan bahwa dukacita merupakan perasaan sedih ketika orang yang dicintai meninggal. Menurut Parkes and Weiss, 1983 (dalam Stewart, dkk, 1988: 605), dukacita merupakan trauma paling berat yang pernah dirasakan oleh kebanyakan orang. Berdasarkan definisi-definisi tersebut maka dukacita dapat diartikan sebagai respon emosional terhadap kehilangan seseorang melalui kematian, yang merupakan penderitaan emosional yang kuat serta mendalam dan dapat diekspresikan dengan berbagai cara. Kehilangan tersebut dapat terjadi pada seseorang yang dicintai atau memiliki ikatan emosional yang kuat dengan orang yang ditinggalkan. Satu pandangan menyebutkan bahwa kita akan melewati 3 fase duka cita setelah kita kehilangan seseorang yang kita cintai: shock, putus asa, dan pulih kembali menurut Averill 1968 (dalam Santrock, 2004: halaman 272). Berdasarkan J. T. Brown & Stoudemire, 1983; R. Schulz, 1978 (dalam Papalia, dkk 2008: halaman 957) proses penyelesaian duka (*griefwork*), penyelesaian masalah psikologis yang dihubungkan dengan duka, biasanya mengikuti jalur berikut, walaupun sebagaimana tahap Kubler-Ross (dalam Santrock, 2004: 272), tahapan tersebut dapat bervariasi. Papalia (2008: 957) mengemukakan bahwa tiga tahap yang dapat dilalui seseorang sehubungan dengan dukacita yang dialaminya, yaitu: a). Syok dan tidak percaya. Setelah peristiwa kematian terjadi, seseorang yang ditinggalkan akan mengalami

kehilangan dan kebingungan. Ketika ia menyadari bahwa ia telah ditinggalkan, ia akan mengalami perasaan sedih yang meluap-luap serta berkali-kali menangis.

b). Asik dengan kenangan mereka yang meninggal

Pada tahap ini, seseorang yang ditinggalkan berusaha menerima kematian yang terjadi namun tetap tidak bisa menerima dengan sepenuhnya. Tahap ini berlangsung selama enam bulan atau lebih.

c). Resolusi  
Tahap ini muncul ketika seseorang yang berduka mulai mencurahkan kembali perhatiannya pada aktivitas sehari-hari. Kenangan akan seseorang yang telah meninggal menimbulkan perasaan cinta yang bertabur duka.

### **Terapi seni**

Terapi Seni menurut British Association of Art Therapists adalah sebagai bentuk psikoterapi yang menggunakan seni sebagai bentuk komunikasi dan ekspresi. Sedangkan menurut Malchiodi (1998) terapi seni adalah bentuk terapi yang membantu individu dari segala usia untuk menciptakan makna dan mencapai visi (kesehatan jiwa). Pada terapi seni yang terpenting bukanlah hasil akhir proses berkarya, tetapi proses berkeseniannya itu sendiri. Sementara itu Menurut ahli psikologi klinis Monty Prawitartita Satiadarma dari Universitas Tarumanegara Jakarta, menyebutkan bahwa menjaga keseimbangan hidup memerlukan saluran.

Terapi seni merupakan salah satu saluran dan merupakan bagian penting untuk pemeliharaan kesehatan emosi dan kejiwaan. Monty Prawitartita Satiadarma juga mengatakan metato kulit bukan bagian dari terapi seni, tetapi metode pengalihan rasa sakit dengan memindahkan layar proyeksi ke dalam kanvas tubuh seseorang. Secara umum seni mengutamakan unsur keindahan dan memiliki arah efektif bagi kejiwaan dan seni menjadi jembatan antara dunia luar dan dunia dalam (batin). Pada diskusi Indonesian Street Art Database juli 2015 dihadirkan dua narasumber yakni Khairani Barokka dan Hana Alfikih yang

membicarakan terapi seni dan kaitannya dengan kompatibilitas.(www.gethappy.org). Mereka memaparkan bahwa terapi seni mengubah diri seseorang dari kurang baik menjadi lebih baik.(www.kompas.com)

### **Psikologi dalam Seni**

Psikologi berasal dari kata Yunani "*Psyche*" yang artinya jiwa, "*Logos*" berarti ilmu pengetahuan. Jadi secara etimologi psikologi berarti: "adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku manusia, baik sebagai individu maupun dalam hubungannya dengan lingkungannya. Tingkah laku tersebut berupa tingkah laku yang tampak maupun tidak tampak, tingkah laku yang disadari maupun yang tidak disadari.(Wirawan, 2009) Psikologi Seni adalah bagian dari ilmu psikologi yang memfokuskan diri pada pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan para pendukung dalam proses artistik yaitu seniman, pengamat dan kritikus. Di antara ketiganya, peran seniman dan pengamat mendapat perhatian besar. Seorang psikolog seni terutama tertarik pada proses-proses psikologis yang memungkinkan penciptaan dan tanggapan terhadap seni.

### **B. Metode**

Penulis memilih teknik cetak saring atau sablon untuk menciptakan karya. Teknik ini mampu mencapai garis-garis detail dan blok warna yang diinginkan. Melalui teknik ini juga penulis dapat mentransfer langsung gambar tangan yang dibuat ke atas *screen*. Gambar yang tentu saja memiliki sentuhan dari perasaan penulis ketika digambar secara langsung. Teknik cetak saring dipilih selain karena bisa menghasilkan dengan jumlah yang banyak, kualitas film yang bisa dikatakan baik, adapun hasil cetakan juga relatif stabil. Selain itu penulis lebih banyak menggunakan simbol-simbol sebagai bentuk makna personal yang di yakini. Permainan garis, komposisi, warna dan tekstur juga penulis pakai sebagai bagian dari uraian cerita yang penulis buat pada karya-karya yang diciptakan.

Berikut akan diuraikan beberapa elemen yang terkandung dalam konsep perwujudan:  
1. Garis

Pilihan garis yang digunakan adalah sebagai pemisah bentuk satu dengan yang lain, garis yang tercipta dari adanya perbedaan warna, setiap garis yang digunakan menimbulkan kesan psikologis dan persepsi tersendiri. Misalnya garis "S" sering dirasa sebagai sesuatu yang lembut dibandingkan dengan garis berbentuk "Z" yang terkesan tegas dan kaku. Hal ini disebabkan karena ingatan kita akan bentuk lekuk tubuh atau ombak. Selain garis sebagai pembentuk kontur, garis merupakan bagian dari elementer untuk mengungkapkan gerak dan bentuk, baik bentuk dua dimensi maupun tiga dimensi. Garis memiliki kemampuan untuk mengungkapkan suasana, penulis menciptakan sebuah garis yang terjadi karena proses stimulasi dari bentuk-bentuk sederhana yang sering penulis amati. Lebih jauh lagi garis sesuai dengan fungsinya yang khas, mampu membentuk simbol yang memiliki pengertian khusus. Penggunaan garis sebagai simbol pertama kali diperkenalkan oleh Otto Neurath (1882 - 1945) seorang pengajar dan ilmuwan sosial, yang menamakan simbol sebagai Isotype. Lalu kemudian bahasa Isotype ini berkembang dan menjadi salah satu bahasa gambar yang mampu mewakili berbagai bentuk komunikasi.(www.karib.ayobaio.org)

### 2. Simbol

Kata Simbol berasal dari kata *symbollo* yang berasal dari bahasa Yunani berarti "melempar bersama-sama". Melempar atau meletakkan bersama-sama dalam satu ide atau konsep objek yang kelihatan, sehingga objek tersebut mewakili gagasan. Simbol dapat menghantarkan seseorang ke dalam gagasan atau konsep masa depan maupun masa lalu. Simbol adalah gambar yang digunakan untuk mendukung teks, membuat makna yang lebih jelas dan lebih mudah dipahami.(www.jokowarino.id) Simbol yang penulis tampilkan pada karya memiliki latar

belakang pengalaman yang pernah dialami, dan memiliki arti atau makna personal, baik secara spiritual maupun teori-teori yang penulis dapatkan melalui beberapa sumber. Berikut adalah beberapa contoh inspirasi simbol yang memiliki arti khusus bagi penulis:

- Simbol hati (Jantung)

Pada Zaman dulu, para Sumerian Assyrian menganggap manusia berpikir dan berperasaan menggunakan organ hati (liver). Tetapi hal ini dibantah oleh Aristoteles Yang menganggap bahwa untuk berpikir dan berperasaan, manusia menggunakan jantung. (Sentanu, 2007) Di Indonesia heart yang dimaksudkan adalah hati tetapi melalui terjemahan heart adalah jantung. Hati dalam konteks pemaknaan penulis adalah cinta dan merupakan pusat dari kehidupan (keluarga).

- Simbol Piala Anggur dan Sibori

Simbol ini mewakili sebuah liturgi ekaristi dalam misa agama katolik. Liturgi ini juga merupakan bagian penting di dalam misa, dan juga peristiwa penting juga bagi penulis. Hal ini dikarenakan, ketika penulis menerimahosti, penulis seakan telah bersatu bersama pencipta (konteks keimanan).

- Simbol PX

Lambang ini biasa terdapat pada gereja katolik PX adalah gereja sebagai tanda resmi untuk menandakan Kristus. Lambang ini diambil dari dua huruf pertama Yunani yaitu "CRISTOS" yang berbunyi Christos atau Kristus.

- Simbol Alfa dan Omega

Lambang ini sering ditemui pada lilin paskah atau kasula (jubah) yang dipakai Romo. Abjad Yunani, Alfa (A) dan Omega (O) huruf pertama dan terakhir yang dipakai mewakili artian awal dan akhir dan melambangkan Allah sebagai awal dan akhir asal dan tujuan manusia, seperti kehidupan dan kematian.

### 3. Bentuk

Selain simbol yang telah disebutkan di atas, juga digunakan bentuk-bentuk figuratif yang telah mengalami proses deformasi sebagai perwakilan dari inspirasi bentuk-bentuk manusia dan lain sebagainya. Deformasi adalah perubahan

susunan bentuk yang sangat kuat / besar sehingga kadang-kadang tidak lagi berwujud figur semula atau wujud sebenarnya. Sehingga hal ini dapat memunculkan figur / karakter baru yang lain dari sebelumnya. (Susanto, 2002) Bentuk figuratif dipilih karena dapat menggambarkan bentuk yang biasa dikenal sebagai objek-objek alami, manusia, tumbuhan, hewan, gunung, laut, sungai dan benda-benda mati lainnya yang penulis gambarkan dengan cara meniru rupa serta warna benda-benda tersebut. Bentuknya tidak meniru rupa sesungguhnya, tetapi sudah dirubah untuk kepentingan pemaknaan, misalnya, bentuk tubuh manusia yang diperpanjangkan lain-lain. Bentuk deformasi dilakukan bertujuan mengubah atau memisahkan bagian bentuk demi mencapai keinginan visual yang penulis harapkan tetapi tidak meninggalkan keselarasan maknanya.

### 4. Warna

Warna memiliki peranan penting bagi manusia dan seni sebagai elemen estetika, representasi dari alam, alat atau sarana media komunikasi (fungsi representasi). Pada tahun 1858, Munsell menyelidiki warna dengan standar warna untuk aspek fisik dan psikis. (www.edupaint.com) Pada umumnya pemahaman warna dan maknanya berbeda tergantung pada budaya, ideologi dan agama suatu tempat. Dibeberapa situasi setiap negara dapat memiliki makna warna yang berbeda. Warna mampu memberikan kesan dan identitas tertentu pada sebuah gambar dan bentuk. Warna-warna yang penulis gunakan kebanyakan berasal dari referensi alam, seperti warna api dan air dan memiliki arti psikologis personal. Warna pada simbol religi dan mitos juga ditampilkan dalam karya yang dibuat juga warna yang berkaitan dengan ingatan penulis akan beberapa memori.

### 5. Komposisi

Komposisi yang ditampilkan pada karya adalah komposisi yang memiliki satu pusat perhatian (fokus) dan memiliki keseimbangan unsur-unsur simbol dan

bentuk lain di dalamnya. Penulis banyak menampilkan visual komposisi yang terkesan seimbang baik simetris maupun asimetris dengan jumlah elemen bentuk yang berbeda-beda. Keseimbangan pada karya juga diatur oleh proporsi objek utama pada gambar berupa pengaturan ukuran besar dan kecilnya agar lebih menonjol (centre of interest). Selain itu keserasian dan komposisi juga dipikirkan dengan matang, perpaduan unsur rupa yang selaras dan berhubungan, tidak bertentangan satu dengan yang lain melalui perpaduan warna. Pengulangan bentuk dan tatanan gambar pada karya akan menimbulkan kesan gerak (irama) bagi orang yang melihatnya. Kesan gerak yang dibuat misa monoton (sama) baik dari segi ukuran, warna maupun jarak. Atau juga kesan irama yang ditata selang seling baik dari segi bentuk, warna dan ukuran.

#### 6. Ruang

Karya dua dimensi dibuat dimana ruang dapat mengacu pada luas bidang gambar. Unsur ruang dua dimensi bersifat semu akibat kesan penggambaran yang penulis tampilkan yakni melalui penggunaan perspektif, peralihan warna, gelap terang dan tekstur.

#### 7. Tekstur

Tekstur yang dibuat terdiri dari tekstur kasar lembut, halus, kasar, berpori dan sebagainya, hal ini mewakili sifat simbol atau benda yang ditampilkan pada karya .

#### 4. Karya

Objek utama karya Salam MArIA adalah sebuah tangan dengan sikap “baptis” yang sering dilakukan oleh imam gereja Katolik dan beberapa pose atau bentuk tangan pada patung-patung Yesus Kristus. Bermakna personal sebagai wujud penyerahan diri kepada sang Ilahi, dalam hal ini yang penulis maksud adalah ibu yang menerima Sakramen Minyak Suci sehari sebelum beliau meninggal. Sakramen Minyak Suci adalah salah satu dari tujuh sakramen pada agama katolik yang biasa dilakukan pada orang-orang yang sedang sakit

keras. Sakramen ini berupa pengurapan Minyak suci oleh Romo (Imam gereja Katolik) pada seseorang yang sakit keras.



Gambar 5.  
“Salam Maria (Mother in Heaven)”  
Silk screen di atas kertas  
18,5 cm x 35 cm 2016  
(Sumber: dokumentasi pribadi)

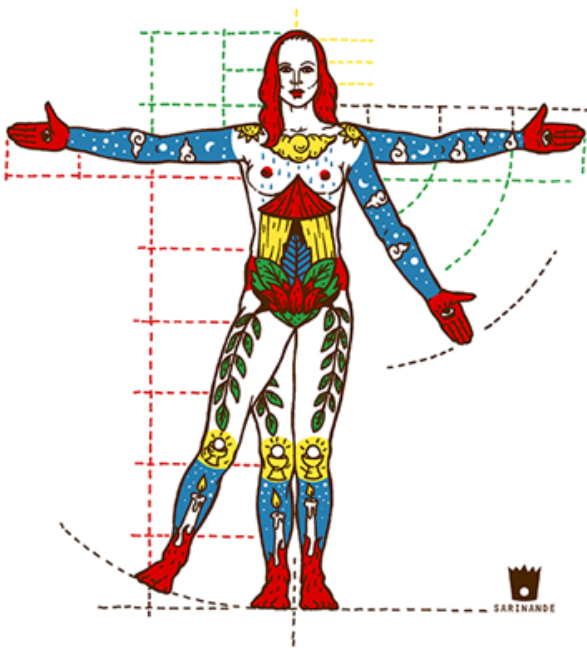
Karya ini sarat akan makna rohani, pada bagian dalam tangan terdapat lafal doa penting dalam agama katolik, yakni “Salam Maria”, sebagai perwakilan ungkapan doa kepada Sang Ibu (ibu penulis dan ibu Yesus Kristus). Simbol-simbol yang dipakai juga masih merupakan simbol gereja atau rohani, dan terdapat simbol alpha - omega yang berarti awal dan akhir atau kelahiran dan kematian. Sementara warna dominan biru memberi kesan kesejukan dan damai serta menenangkan pikiran, yang bermakna bahwa ibu sudah tenang/damai.

Matius 5 : 15 adalah isi dari sebuah ayat di Alkitab yang berbunyi; “lagipula orang tidak menyalakan pelita lalu meletakkannya di bawah gantang, melainkan di atas kaki dian sehingga menerangi semua orang di dalam rumah itu”.

Ayat di atas penulis maknai sebagai seorang manusia adalah pelita bagi keluarganya, khususnya bagi orang tuanya. Gambar seorang perempuan terinspirasi dari gambar anatomi tubuh oleh Leonardo Da Vinci, yang mewakili makna bahwa manusia dirancang dan digambarkan oleh Tuhan untuk menjadi pelita bagi orang tua, keluarga dan sesamanya (menjadi manusia yang berguna). Simbol yang dipakai masih berhubungan dengan simbol

gereja Katolik dan bermakna religius. Pada bagian perut terdapat bentuk rumah dan bunga yang subur artinya bahwa sosok itu bukan hanya perempuan tetapi juga sebagai ibu. Warna-warna yang dipakai adalah perwakilan dari makna semangat (merah), cinta (merah), kedamaian (biru), sebuah tempat yang luas (biru), cahaya (sinar) kegembiraan (kuning), dan harmoni/menenangkan (hijau). Sementara garis putus-putus pada gambar memiliki arti garis bantu (sketsa) untuk mewujudkan hasil yang sempurna dan baik.

terhadap sesuatu yang menurutnya pahit. Lalu agar hidupnya seperti berjalan biasa saja, makan ia bersikap seperti robot yang semiliki sistem seting didalamnya. Pada sisi lain terdapat seorang anak perempuan yang sedang mengangkat seekor burung Flaminggo. Sosok anak perempuan ini bermakna berapapun usia kita, berapapun ukuran tubuh kita, anak tetaplah anak-anak manis bagi orang tuanya, sedangkan latar belakangnya penulis gambarkan seperti ruangan keluarga yang berarti rumah.



Gambar 6  
 “Matius 5 :15”  
 Silk screen di atas kertas  
 26 cm x 27,5 cm 2016  
 (Sumber: dokumentasi pribadi)



Gambar 7  
 “Mesin Hati”  
 Silk screen di atas kertas  
 25,5 cm x 35 cm 2017  
 (Sumber: dokumentasi pribadi)

Pada karya Mesin HAti, gambar ini dibuat dua sisi yang berbeda namun dari bentuk yang sama, yaitu bentuk hari dan mesin berbentuk hati. Hati yang berbentuk setengah mesin bermakna bahwa terkadang manusia berlaku seperti robot yang memiliki mesin penggerak yang tanpa sadar melakukan aktivitas sama berulang kali. Hal ini seperti perasaan manusia, yang memiliki sifat penyangkalan

Bentuk hati adalah melambangkan isi hati yang menggambarkan sosok perempuan (ibu) yang sedang memeluk anaknya. Karya ini merupakan ungkapan kejujuran yang penulis rasakan, sebuah rasa yang ingin terus dilindungi dan dicintai oleh ibunya, dan sebagai seorang ibu ingin melindungi anaknya hingga kapanpun. Nuansa latar belakang malam bermakna

interaksi ibu ketika anaknya hendak tidur, dalam suasana yang tenang dan nyaman. Warna orange pada bentuk hati melambangkan sebuah rasa hubungan yang erat, optimis dan rasa ceria (bahagia).



Gambar 4  
"Nina Bobo"  
Silk screen di atas kertas  
25 cm x 34 cm 017  
(Sumber: dokumentasi pribadi)

## 5. 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.

Teknik cetak saring dipilih 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 cetak saring ini 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 diri 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.



**KEPUSTAKAAN**

- Effendy. 2004. *Dasar-dasar Keperawatan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC.
- Ellen Winner. 1982. *Invented World: The Psychology of the Art*, Harvard University Press.
- Erbe Sentanu. 2007. *Quantum Iklas: Teknologi aktivitas dan kekuatan hati*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Irma Damajanti. 2006. *Psikologi Seni*, Bandung: PT Kiblat Buku Utama.
- Lemme, B. H. 1995. *Development in Adulthood*. USA: Allyn & Bacon.
- M. Dwi Marianto. 2015. *Art & Levitation: Seni dalam Cakrawala Quantum*. Yogyakarta: Penerbit Pohon Cahaya.
- Mikke Susanto. 2002. *Diksi Rupa: Kumpulan Istilah Seni Rupa*. Yogyakarta: Kanisius.
- Papalia, D. E, Olds, S. W. & Feldman. 2008. *Human Development Psikologi Perkembangan (9th ed)*. Jakarta: Kencana.
- Santrock, J. W. 2004. *Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup (5th ed)*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, Sarlito Wirawan. 2009. *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Rajawali Press.
- Stewart, C. A, Perlmutter, M. Friedman, S. 1988. *Lifelong Human Development*. USA: Willey
- Suryani, Eko dan Hesti Widiasih. 2001. *Psikologi Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Yulawati, Livia, J. L. Setiawan & T.W. 2007. *Mulia. Perubahan Pada Remaja Tanpa Ayah*. Arkhe Th. 12/No.1/2007.