

## MENTAL ILLNESS DEPRESI DENGAN JUDUL KARYA MENTALLY UNSTABLE PADA PERFORMANCE ART

Geby Ayu Belinda<sup>1</sup>, Donny Trihanondo<sup>2</sup>, Dyah Ayu Wiwid Sintowoko<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Seni Rupa, Fakultas Industri Kreatif, Universitas Telkom, Jl. Telekomunikasi No 1, Terusan Buah Batu – Bojongsoang, Sukapura, Kec. Dayeuhkolot, Kabupaten Bandung, Jawa Barat, 40257  
gebyayu@student.telkomuniversity.ac.id, donnytri@telkomuniversity.ac.id,  
dyahayuws@telkomuniversity.ac.id

**Abstrak:** Seni Rupa memiliki banyak sekali kategori – kategori salah satu nya yaitu seni Performance Art yang penulis angkat sebagai Tugas Akhir ini. Seiring perkembangan jaman tentunya berdampak juga terhadap perkembangan dan kemajuan Seni Rupa dalam segala aspek, semakin banyak bermunculan seniman – seniman Performance Art yang karya nya hebat - hebat hingga mendapat banyak penghargaan. Beberapa seniman – seniman yang karya nya pernah tampil di luar negeri bahkan mendapat penghargaan yaitu, Melati Suryodarmo, FX Harsono, dan masih banyak lagi. Karya tugas akhir ini berjudul Mental Illness Depresi Dengan Judul Karya Mentally Unstable Pada Performance Art, penulis ingin menceritakan tentang keresahan dan depresi yang terjadi pada individu, karena rasa trauma di masa lalu dari kecil hingga dewasa, salah satu penyebabnya bisa dari anak yang broken home, bullying, dan masih banyak lagi. Karya Tugas Akhir Performance Art ini sengaja penulis pilih setelah banyak pertimbangan dan referensi yang di dapatkan, salah satu nya dari tugas yang pernah penulis buat di mata kuliah Performance Art di semester 6.

**Kata Kunci:** mental illness, performance art, *broken home*

**Abstract :** *Fine Arts has many categories, one of which is Performance Art, which the author has appointed as this Final Project. Along with the times, it certainly has an impact on the development and progress of Fine Arts in all aspects, more and more Performance Art artists have emerged whose works are great and have received many awards. Several artists whose works have appeared abroad have even received awards, namely, Melati Suryodarmo, FX Harsono, and many more. This final project entitled Mental Illness Depression with the title Mentally Unstable in Performance Art, the author wants to tell about the anxiety and depression that occurs in individuals, because of trauma in the past from childhood to adulthood, one of the causes can be from a broken home, bullying, and much more. The author chose this Performance Art Final Project after many considerations and references, one of which was from an assignment that the author had made in the Performance Art course in semester 6.*

**Keywords:** *mental illness, performance art, broken home*

## PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi yang semakin berkembang turut mendorong perubahan yang terjadi di era globalisasi di dalam Dunia Seni Rupa. Istilah Globalisasi sendiri diartikan sebagai sesuatu yang memiliki ciri khas sosial kontemporer dengan proses multi-dimensi (Sintowoko, 2021). Dalam perkembangan dunia seni rupa kontemporer Indonesia ini, khususnya karya-karya yang bersinggungan dengan perkembangan teknologi, New Media Art adalah salah satu contohnya (Sanggar Minat. "Performance Art.," 2022).

Performance art sangatlah berbeda dengan seni lukis, seni patung ataupun seni lainnya, banyak juga yang mengira jika Performance Art itu sama halnya dengan Performing Art, karena jika di translasikan kedalam Bahasa Indonesia maka artinya yang akan muncul adalah Seni Pertunjukan. Istilah seni performance ini muncul saat era tahun 1970-an. Performance Art hadir dikarenakan adanya diskriminasi terhadap orang-orang Amerika yang tidak bisa mengunjungi pentas teater, pentas musik, pemutaran film, dan membeli buku puisi agar dapat disebut "berbudaya" jika kaum – kaum pinggiran yang tidak bisa membeli atau mengunjungi pentas tersebut, maka itu di sebut "tidak berbudaya" (Pojokseni, 2021). Penulis menggunakan Performance Art karya tugas akhir Berdasarkan pola pemikiran seperti diatas, maka dalam penelitian ini penulis mengangkat topik dengan judul "Mentally Unstable".

Mental illness atau disebut juga gangguan kejiwaan, perilaku emosional, yang berdampak menjadi susah bersosialisasi, berkerja, dan aktivitas lainnya. Sama halnya seperti sakit fisik yang memiliki berbeda-beda jenis dan tingkat keparahannya seperti, Gangguan Kecemasan yang membuat penderita merasa cemas dan gelisah, serta sulit mengendalikan perasaan, Gangguan Suasana Hati atau Gangguan Jiwa yang dapat merubah suasana hati dengan cepat meliputi Depresi, Bipolar, dan Siklomitik (Alodokter, 2020).

Setiap individu memiliki 5 jenis gelombang otak yaitu, Gelombang Delta, Gelombang Theta, Gelombang Alfa, Gelombang Beta, Gelombang Gamma, yang diyakini mewakili spektrum kesadaran manusia secara naluriah. Gelombang otak tersebut berubah sepanjang hari akibat pengaruh aktivitas, pikiran, serta perasaan masing-masing individu (Aditya, 2022). Terapi gelombang otak diyakini dapat mengatasi sejumlah gangguan Kesehatan dan mengatasi gangguan mental post-traumatic stress disorder . Kondisi tersebut merupakan gangguan mental yang menyebabkan penderita dilanda serangan panik akibat kejadian traumatis di masa lalu Serangan tersebut dapat berupa pikiran yang tak terkendali, kecemasan akut, hingga mimpi buruk akibat depresi berat (Fadila, 2021).

#### **METODE BERKARYA**

Penulis menggunakan jenis penelitian Dasar dengan pendekatan Kualitatif. Dalam metode Penelitian Dasar ini, biasanya diperuntukkan bagi pengembangan suatu ilmu pengetahuan dan di arahkan pada pengembangan teori untuk menemukan sebuah teori baru. Penelitian ini lebih focus untuk upaya mengetahui, menjelaskan, dan memprediksi fenomena – fenomena yang terjadi di kehidupan manusia, baik itu alam maupun sosial (Arum, 2021).

Penulis mengangkat tentang Mental Illness yang di terapkan menggunakan Performance Art, Karya Tugas Akhir ini yang akan ditampilkan secara langsung pada saat Sidang Akhir, dalam karya Tugas Akhir menceritakan tentang seorang wanita yang depresi, kehilangan gairah hidup dan sedang mencari kebahagiaan karena trauma masa lalu oleh kondisi keluarganya yang Broken Home, dalam sebuah ruangan Wanita itu menemukan kebahagiaannya dan setelah di dapatkan ternyata kebahagiaannya itu tidak berlangsung lama, hingga akhirnya kembali ke realita yang ada.

Karya Performance Art ini dibuat tujuannya untuk menginformasikan dan lebih mengedukasi kepada penonton, tentang mental illness Depresi yang dapat berdampak pada kehidupan sehari – hari, juga bisa menimbulkan kecemasan yang berlebih, dan akibat buruk yang terjadi ialah bunuh diri. Selain untuk memberitahu dampaknya, penulis juga ingin menyampaikan bahwa sebenarnya peran penting keluarga dalam kasus mental illness itu sangatlah berpengaruh, dukungan dan suasana yang optimis bisa membuat seseorang yang mengalami mental illness dapat sedikit demi sedikit terobati.

## HASIL DAN DISKUSI

Pada bab pembahasan ini, penulis akan menyajikan proses penciptaan karya yang menempuh beberapa fase dalam produksi dilaksanakan, yaitu:

### Pra-produksi

Pra-produksi dilakukan sebelum memulai *shooting* seperti proses perisapan konsep, *story board*, peralatan yang akan digunakan untuk nanti *shooting*, dan masih banyak lagi. Berikut ini proses produksi yang telah penulis lakukan, yaitu melakukan proses bimbingan kepada dosen pembimbing mengenai konsep karya, menyiapkan peralatan yang digunakan dalam proses pembuatan *Performance Art* yang meliputi kamera, kain hitam, plastik bening, kanvas putih, pewarna makanan, *bowl* transparan, dan *lighting*, menentukan dan membuat set lokasi untuk pembuatan video yang penulis lakukan di rumah pribadi, membuat *Mood Board & story board* agar mempermudah pembuatan video *Performance Art*.

### Produksi

Produksi suatu pelaksanaan pembuatan video seperti *set up* pemasangan *background* untuk video dan proses pengambilan *shoot* karya *Performance Art*.

### Pasca-produksi

Pada bagian ini penulis mengerjakan *editing* video yang sebelumnya telah di buat seperti memasukan video, penyesuaian video dengan audio, dan menambahkan *text* di video.

### Hasil Karya

Hasil karya Tugas Akhir ini ditunjukkan atau ditampilkan secara langsung dengan durasi *Performance* selama 2 menit 22 detik yang hasil karya seni *Performance Art* akan di *upload* ke youtube oleh penulis. Dari berbagai proses karya yang telah dilakukan penulis melewati banyak referensi dan masukan dari pembimbing akhirnya Tugas Akhir ini selesai dengan tepat waktu. Hasil karya ini dibuat dengan mengambil pokok masalah *Mental Illness* Depresi karena penulis ingin membagi dan menjadikan ini sebagai informasi secara visual lewat karya seni *Performance Art*. Berikut adalah cover dan link karya *Mentally Unstable* :



Gambar 1 Hasil Karya  
Sumber: dokumentasi penulis

## KESIMPULAN

Tugas Akhir yang penulis buat berjudul MENTALLY UNSTABLE ini bertujuan untuk meraih gelar Sarjana Seni , membahas tentang Mental Illness Depresi yang banyak di rasakan oleh setiap individu, entah itu dari hal kecil hingga hal yang serius.

Performance Art ini berisi tentang keresahan dan hal yang pernah di alami oleh penulis, karena banyak nya tekanan yang membuat penulis merasakan depresi berat hingga pernah merasa ingin mengakhiri hidup. Performance Art yang telah di buat penulis ini menceritakan perspektif penulis saat merasakan depresi, ide tema ini telah ada sejak semester 6 di mata kuliah Performance yang di jadikan tugas, namun masih belum matang. Lewat karya – karya nya penulis mulai menemukan ide – ide baru yang dapat melengkapi karya sebelumnya, penulis membuat sketsa storyboard, dan memikirkan setiap makna bahan yang di pakai saat Performance Art oleh penulis.

Saran penulis untuk institusi kampus memperbanyak lagi fasilitas bagi mahasiswa yang membutuhkan ruangan studio Performance Art, agar para mahasiswa yang memiliki minat pada seni Performance mendapat fasilitas yang cukup dan lebih baik lagi. Saran penulis untuk masyarakat kedepannya dapat lebih melirik para seniman Performance Art dan menambah kesadaran akan dampak yang terjadi jika mengabaikan Mental illness Depresi yang dapat membahayakan diri seperti percobaan bunuh diri. Saran penulis untuk pengkayaan kedepannya adalah untuk lebih mengembangkan dan mencari referensi membahas Mental Illness yang masih sangat banyak dan sangat menarik untuk di di angkat menjadi karya- karya yang baru kedepannya. Semoga hasil Karya Tugas Akhir yang telah penulis buat dapat bermanfaat, dan berguna bagi banyak pihak, terutama untuk mahasiswa Telkom University yang mengambil Performance Art di Tugas Akhir nantinya. Penulis sangat menyadari bahwa Karya Tugas Akhir berupa Performance Art ini masih banyak kekurangan dan tidak luput dari kesalahan, dalam segi

produksi, visual, pesan, dan cara penyampaian setiap Gerakan yang penulis lakukan.

### **PERNYATAAN PENGHARGAAN**

Ucapan terima kasih untuk berbagai pihak baik akademisi fakultas industry kreatif universitas Telkom, keluarga, dan berbagai pihak yang telah membantu dan mendukung penulis hingga dapat menyelesaikan karya Performance Art ini.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Aditya, P. (2022). 5 Jenis Gelombang Otak dan Waktu Kemunculannya. <https://www.sehatq.com/artikel/gelombang-%0Aotak-dan-pengaruhnya-terhadap-kehidupan-manusia>
- Alodokter. (2020). Macam-Macam Gangguan Jiwa yang Umum Terjadi. <https://www.alodokter.com/macam-macam-gangguan-jiwa-yang-umum-%0Aterjadi#:~:text=Trauma berat akibat suatu peristiwa,gangguan%0A%0Akepribadian%2C dan gangguan makan>.
- Apa Itu Performance Art? Apakah Sama dengan Seni Pertunjukan? (2021). Pojok Seni. <https://www.pojokseni.com/2021/02/apa-itu-performance-art-apakah-sama.html>
- detikhot. (2018). "Writing in the Rain" FX Harsono Hadir di Times Square New York. <https://hot.detik.com/art/d-3805701/writing-in-the-rain-fx-harsono-hadir-di-times-%0Asquare-new-york>.
- Digital Archive of Indonesian Temporary Art. (2016). Perilaku Seni (Melati Suryodarmo). <http://archive.ivaa-online.org/pelakuseni/melati-suryodarmo-1>
- Fadila, I. (2021). Memahami Peran dan Jenis Gelombang Otak dalam Aktivitas Manusia. Helosehat. <https://hellosehat.com/saraf/gelombang-otak/>

- Fadli, R. (2022). Ini 3 Depresi pada Anak Broken Home. Halodoc.  
<https://www.halodoc.com/artikel/ini-3-depresi-pada-anak-broken-%0Ahome>
- Halodoc. (2022). Kesehatan Mental.  
<https://www.halodoc.com/kesehatan/kesehatan-mental>
- Hapsari, A. (2021). Anxiety Disorder (Gangguan Kecemasan).  
<https://helohehat.com/mental/gangguan-kecemasan/anxiety-disorder/>
- Indopositive. (2019). Pengertian Kebahagiaan dari Perspektif Psikologi Positif.  
<https://www.indopositive.org/2019/11/pengertian-kebahagiaan-dari-%0Aperspektif.html>
- Maria, N. (2022). Mental Illness adalah Gangguan Kejiwaan, Pahami Gejala dan Pemicunya. Sehatq.Com. <https://www.sehatq.com/artikel/apa-itu-mental-illness-ini-penjelasan-lengkapny>
- Museummacam. (2021). Performans Eins und Eins (2017).  
<https://www.museummacam.org/performance/melati-suryodarmo-eins-und-eins>
- Sanggar Minat. "Performance Art." (2022). Sanggar Minat.  
<http://sanggarminat.ukm.um.ac.id/performance-art/>
- Sintowoko, D. A. W. (2021). Hibridisasi budaya: studi kasus dua drama korea tahun 2018-2020. ProTVF, 5(2), 270. <https://doi.org/10.24198/ptvf.v5i2.31687>
- Sintowoko, D. A. W. (2022). Mood Cues Dalam Film Kartini : Hubungan Antara. 18(1), 1–16.
- Trihanondo, D., Haryotedjo, T., & Prabawa, I. (2017). Psikologi Ruangan pada Program Studi Intermedia dalam Mendukung Atmosfer Akademik. Seminar Nasional Seni Dan Desain: Membangun Tradisi Inovasi Melalui Riset Berbasis Praktik Seni & Desain.
- Tulus. (2016). Mengenal Melati Suryodarmo. Tulus.  
<https://www.situstulus.com/mengenal-melati-suryodarmo/>

Whiteboard Journal. (2018). Mengenal Kemunculan dan Perkembangan Performance Art di Indonesia.

<https://www.whiteboardjournal.com/ideas/mengenal-kemunculan-dan-perkembangan-performance-art-di-indonesia/>

Wikipedia. (2022a). FX Harsono.

[https://id.wikipedia.org/w/index.php?title=FX\\_Harsono&oldid=21195516](https://id.wikipedia.org/w/index.php?title=FX_Harsono&oldid=21195516)

Wikipedia. (2022b). Melati Suryodarmo.

