

ABSTRAK

Dalam pemahamannya, masyarakat di masa kini lebih mengetahui dan berwawasan mengenai kesehatan kejiwaan dibandingkan masyarakat beberapa dekade yang lalu. Kesehatan mental atau jiwa tidak lagi dianggap hal yang tabu, melainkan menjadi hal yang lumrah seperti bagaimana masyarakat beranggapan bahwa adalah wajar bila seseorang merasa tidak enak badan. Hal ini juga merambah ke ranah seni, di mana seni sejak dahulu tidak pernah absen menjadi media penyalur emosi dan perasaan seseorang. Penyaluran emosi dan perasaan dapat meringankan perasaan tidak menyenangkan yang dirasakan. Salah satu gangguan mental yang dewasa ini banyak ditemui adalah gangguan kecemasan, yang bisa bersumber dan dipicu oleh apa saja. Tujuan dari dilakukannya tugas akhir ini adalah untuk membantu penulis meringankan ledakan perasaan yang sedang dialami akibat dari gangguan kecemasan, serta menyediakan wadah bagi penulis untuk menyalurkan emosi dan perasaan sehingga lingkungan sekitar penulis bisa sedikit banyaknya melihat secara visual seperti apa hal yang sedang dialami oleh penulis. Dalam implementasinya, penulis menggunakan media karya seni lukis bercorak ekspresionisme; dengan cat, kuas, dan kanvas berukuran 100 x 80 cm, kanvas 70 x 70 cm, dan kanvas dengan ukuran 60 x 80 cm sebagai alat penunjang. Pengerjaan dilakukan dimulai dari membuat sketsa digital. Sketsa digital menjadi acuan yang kemudian dituangkan secara manual pada media kanvas dengan ukuran yang telah ditentukan dan menggunakan modelling paste sebagai dasar, kemudian dicat menggunakan cat akrilik, dan menggunakan campuran modelling paste dengan cat untuk Penggayaan ekspresionisme sebagai proses terakhir. Diharapkan nantinya karya seni ini dapat menjadi media terapi penulis sekaligus dapat dinikmati oleh pengamat dan pecinta karya seni.

Kata kunci: Gangguan Kecemasan, Kesehatan Mental, Seni Lukis, Ekspresionisme