

## ***Art Therapy Melukis di Atas Kain Bagi Warga Binaan Lembaga Pemasarakatan di Surabaya***

**Anindya Arum Cempaka\* & Maria Theresia Arie Lilyana**

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Katolik  
Widya Mandala Surabaya  
Jl. Kalisari Selatan No.1 Kalisari, Pakuwon City, Kec. Mulyorejo, Surabaya, Jawa  
Timur 60112

\*Email: [anindya@ukwms.ac.id](mailto:anindya@ukwms.ac.id)

### **ABSTRACT**

Various kinds of problems and pressures inmates (WBP) face during the punishment can trigger psychiatric issues. These psychiatric problems can manifest as actions that harm the environment or each other. Humans themselves are never separated from the dynamics of emotions in their lives. However, when life is at its lowest point, negative emotions spiral out of control and become a ticking time bomb. Negative emotions at their peak need to be channeled so as not to destroy the human being himself. The channeling of negative feelings does not have to be conducted concretely through words but through a cathartic process through works of art. Artworks can be a symbolic embodiment of life storylines, trauma, or anxiety. Art therapy activities aim to be catharsis or release of emotions in dealing with life's pressures so that participants can feel more prosperous while serving their sentences. Evaluation of activities through observation and interviews with participants, and the results are 13 participants expressed satisfaction with the activities that had been carried out.

### **Keywords**

Art therapy,  
emotional release,  
inmates



*BERDAYA : Jurnal  
Pendidikan dan  
Pengabdian Kepada  
Masyarakat*  
Vol 5, No.1, 2023, pp. 41-  
50  
eISSN 2721-6381

---

### **Article History**

Received 1/9/2023 / Accepted 4/25/2023/ First Published: 4/30/2023

**To cite this article:** Cempaka, A., & Lilyana, M. T. A. (2023). Art Therapy Melukis di Atas Kain Bagi Warga Binaan Lembaga Pemasarakatan di Surabaya. *BERDAYA: Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 41-50. <https://doi.org/10.36407/berdaya.v5i1.899>



© The Author(s)2023

. This open access article is distributed under a Creative Commons  
Attribution (CC-BY) 4.0 license

**ABSTRAK**

**Profil Penulis**

Berbagai macam masalah dan tekanan yang dihadapi warga binaan pemasyarakatan (WBP) saat menjalani hukuman dapat mencetuskan masalah kejiwaan. Masalah kejiwaan tersebut dapat bermanifestasi sebagai tindakan yang merugikan lingkungan atau sesamanya. Manusia sendiri sejatinya tak pernah terlepas dari dinamika emosi dalam kehidupannya, namun saat hidup berada dititik terendah seringkali membuat emosi negatif memuncak tanpa kendali dan menjadi bom waktu. Emosi negatif pada titik puncak perlu disalurkan agar tidak menghancurkan diri manusia itu sendiri. Penyaluran emosi negatif tidak harus disalurkan secara nyata dengan kata-kata namun dapat dilakukan dengan proses katarsis melalui karya seni. Hasil karya seni dapat menjadi perwujudan simbol alur cerita kehidupan, trauma atau kegelisahan. Tujuan kegiatan *art therapy* sebagai katarsis atau pelepasan emosi dalam menghadapi tekanan hidup sehingga peserta dapat merasakan perasaan lebih sejahtera dalam menjalani masa hukuman. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan melakukan kegiatan melukis di atas kain sebagai perwujudan *art therapy*. Evaluasi kegiatan melalui observasi dan wawancara pada peserta, hasil evaluasi didapatkan 13 peserta menyatakan puas dengan kegiatan yang telah dilaksanakan.

Anindya Arum Cempaka, Maria  
Theresia Arie Lilyana  
Program Studi Ilmu  
Keperawatan, Fakultas  
Keperawatan, Universitas Katolik  
Widya Mandala Surabaya,

Corresponding Author  
: [nindya@ukwms.ac.id](mailto:nindya@ukwms.ac.id)

**Kata Kunci** : Terapi seni, pelepasan emosi, warga binaan pemasyarakatan

Reviewing Editor  
Hendryadi, STIE Indonesia  
Jakarta

**PENDAHULUAN**

Lembaga pemasyarakatan (Lapas) adalah tempat membina warga binaan pemasyarakatan (WBP) dalam berbagai jenis kasus. Lapas memiliki tugas melakukan pembinaan sehingga ketika warga binaan kembali ke masyarakat perilaku telah berubah menjadi lebih baik sesuai norma yang berlaku sehingga dapat berinteraksi dengan masyarakat. Menurut Pasal angka 2 dan 3 UU Nomor 12 Tahun 1995 Tentang Pemasyarakatan, sistem pemasyarakatan bertujuan untuk membentuk warga binaan agar menjadi individu manusia yang utuh, sadar dengan kesalahan yang telah diperbuat, mampu memperbaiki diri, dan tidak mengulangi tindakan pidana sehingga masyarakat mampu menerima kehadiran mantan warga binaan dalam lingkungan serta aktif berperan dalam pembangunan.

Sistem pemasyarakatan juga bertujuan agar warga binaan dapat bertanggung jawab dan melakukan integrasi dengan sehat di masyarakat. Sistem dalam pemasyarakatan akan memperlakukan warga binaan yang telah divonis kehilangan kemerdekaannya

dengan cara mendidik, membimbing dan memberi arahan sehingga setelah selesai menjalani masa hukuman mampu menjadi anggota masyarakat yang baik dan berguna bagi bangsa negara dan tidak melakukan kejahatan lagi (Annisau Nafiah et al., 2020). Ketika menjalani masa pidana, warga binaan akan memiliki ruang gerak terbatas akibat adanya aturan yang ada dan akan mengalami sanksi bila tidak patuh terhadap aturan tersebut. Hal tersebut bertujuan agar warga binaan menjalani masa hukuman dengan tenang, penuh makna dan mampu memperbaiki diri. Namun banyak warga binaan yang memiliki masalah dalam menjalani hukumannya. Berbagai macam tekanan dapat mencetuskan masalah kejiwaan sehingga memengaruhi warga binaan saat menjalani hukumannya.

Masalah kejiwaan tersebut dapat bermanifestasi sebagai tindak kekerasan atau agresif yang merugikan kepada lingkungan atau sesamanya (Mursal et al., 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Panji Sulistio dan Umar Anwar (2022) menunjukkan pula bahwa warga binaan di lapas mengalami gangguan kesehatan mental terutama psikologi warga binaan. Berdasarkan penelitian tersebut factor penyebabnya antara lain: warga binaan yang biasanya tinggal bersama anggota keluarga harus terpisah dan tidak dapat mengetahui kondisi dan keadaan keluarga yang ditinggalkan, rendahnya optimisme dalam menjalani hidup karena merasa di penjara adalah akhir kehidupannya serta takut setelah masa hukuman dijalani apakah keluarga dan masyarakat sekitar akan mau menerima kembali mereka, tuntutan untuk mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan dan situasi yang baru saat tinggal di lapas.

Manusia atau setiap individu akan selalu berhadapan dengan permasalahan yang silih berganti dalam kehidupannya. Permasalahan yang terjadi misalnya pelecehan, kehilangan, kematian dan kekerasan akan memengaruhi emosi individu tersebut. Saat menghadapi masalah, manusia sering gagal dalam mengolah emosinya secara tepat misalnya dengan mengabaikan emosinya atau berpura-pura kejadian tersebut tidak terjadi nyata (Hayati, 2021). Hal ini disebut sebagai represi yaitu upaya penolakan secara tidak sadar terhadap hal yang menyakitkan dan membuat tidak nyaman dan masuk ke alam bawah sadar sehingga memengaruhi kepribadian serta menimbulkan kecemasan (Feist et al., 2017). Kesehatan tubuh manusia secara jasmani lebih mudah dilihat secara panca indra, sementara lapisan emosional, intelegensia, dan kesadaran manusia lebih sulit dilihat oleh indera secara kasar (Ernawati, 2020). Emosi adalah reaksi fisik dan psikis manusia terhadap kejadian yang memiliki dampak terhadap persepsi dan perilaku. Hal ini biasanya ditampilkan dalam ekspresi wajah, cara berbicara dan bahasa tubuh. Emosi sendiri dibagi menjadi dua yaitu emosi positif dan emosi negatif. Emosi positif contohnya adalah rasa gembira, semangat, antusias. Sedangkan emosi negatif contohnya rasa marah, sedih, takut dan malu. Manusia sendiri sejatinya tak pernah terlepas dari dinamika emosi dalam kehidupannya, namun saat hidup berada dititik terendah seringkali membuat emosi memuncak tanpa kendali dan lama-kelamaan individu terbentur dengan keterbatasan diri dalam

mengolah emosi. Segala emosi negatif bila dipendam dalam waktu lama maka akan mengalami represi pada alam bawah sadar akan menjadi “bom waktu” bagi individu. Rasa emosi, gelisah dan frustrasi pada titik puncak perlu disalurkan supaya tidak meledak (Amalia, 2021).

Hidup manusia di titik tertentu membawa kesadaran adanya keterbatasan akan kemampuan yang dimiliki pribadi manusia. Keterbatasan tersebut jika tidak mampu disikapi secara bijaksana akan membuat frustrasi sehingga bersifat menghancurkan. Emosi negatif pada titik puncak perlu disalurkan agar tidak menghancurkan diri manusia itu sendiri. Penyaluran emosi negatif tidak harus disalurkan secara nyata dengan kata-kata namun dapat dilakukan dengan proses katarsis melalui berkarya seni (Ernawati, 2020). Hasil karya seni mampu berfungsi sebagai perwujudan asosiasi bebas serta proyeksi atas permasalahan yang tidak disadari (*unconscious*). Maka setelah kegiatan *art therapy*, peserta diminta untuk menceritakan secara bebas makna hasil karya yang dibuatnya untuk menggali secara mendalam permasalahan yang dihadapinya (Triana Dewi & Meiyutariningsih, 2021). Aspek kejiwaan turut berperan dalam proses kreatif berkesenian, hasil karya seni dapat menjadi simbol bagian alur cerita kehidupan, trauma yang dihadapi sehingga karya tersebut menjadi media katarsis atau pelepas kegelisahan.

Katarsis adalah cara seseorang menggambarkan emosinya sehingga mampu melepaskan rasa sakit di masa lalu dengan cara mengartikulasi segala kesakitan tersebut secara jelas dan menyeluruh. Katarsis menurut teori psikoanalisa Sigmund Freud berarti ekspresi dan pelepasan emosi yang ditekan. Menurut Freud manusia digerakkan oleh dua naluri, yaitu naluri *eros* dan *thanatos*. *Eros* berarti naluri konstruktif dan *thanatos* merupakan naluri desktruktif. Manusia memiliki sifat destruktif diantaranya agresif, senang merusak, emosional, membunuh dan menghancurkan yang tentunya tidak dibenarkan oleh norma-norma kemasyarakatan (Wahyuningsih, 2017). Salah satu intervensi yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah *Art Therapy*. Menurut *The American Art Therapy Association*, *art therapy* merupakan proses pembuatan karya seni kreatif yang juga memiliki efek menyembuhkan. Efek yang ditimbulkan dari kegiatan *art therapy* diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup. Manfaat *art therapy* diantaranya sebagai katarsis untuk membantu mengatasi konflik, gangguan regulasi emosi dan meningkatkan perasaan bahagia karena bagi kebanyakan orang seni adalah sarana untuk mengungkapkan perasaan pribadi yang sulit diungkapkan dan pelampiasan emosi sehingga memiliki manfaat pada proses terapeutik.

### **Sasaran Kegiatan**

Kegiatan *art therapy* ini ditujukan bagi warga binaan di lapas kelas I Surabaya. Pemilihan warga binaan di lapas kelas I Surabaya ini karena warga binaan merupakan kelompok rentan yang beresiko mengalami masalah kejiwaan akibat vonis dan masa

tahanan yang harus dijalani. Tujuan kegiatan ini adalah sosialisasi bagi warga binaan intervensi yang dapat dilakukan sebagai media pelampiasan emosi dan mengurangi masalah kejiwaan saat permasalahan silih berganti dijalani selama tinggal di lapas.

### **Masalah yang ingin dipecahkan**

Berdasarkan hasil observasi, serta wawancara pada tahanan pendamping serta pengelola lapas, warga binaan umumnya mengalami emosi negatif akibat vonis pidana yang ditetapkan sehingga harus mampu beradaptasi dengan tekanan di tempat baru dan jauh dari lingkungan keluarga mereka. Tujuan diadakan art therapy ini agar warga binaan pemasyarakatan dapat memanfaatkan kegiatan *art therapy* sebagai katarsis atau pelepasan emosi dalam menghadapi tekanan hidup sehingga peserta dapat merasakan perasaan lebih sejahtera dalam menjalani masa hukuman.

## **MATERI DAN METODE**

### **Materi**

Materi dalam kegiatan ini adalah barang-barang yang memiliki nilai kegunaan yang dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari selama tinggal di lapas, materi/media lukis terbuat dari kain diantaranya kaos, sepatu kain, tas dan tempat pensil. Alat lukis dan cat khusus kain juga disediakan dalam proses kegiatan art therapy berlangsung.

### **Lokasi Kegiatan dan Peserta**

Kegiatan ini dilakukan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas 1 Surabaya yang berlokasi di Jl. Pemasyarakatan No.1, Macan Mati, Kebonagung, Kec. Porong, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur. Peserta pada kegiatan ini adalah warga binaan pada Lembaga Pemasyarakatan kelas I Surabaya sejumlah lima belas orang yang berminat dengan kegiatan *art therapy* dan mau berpartisipasi dalam kegiatan ini.

### **Prosedur dan Metode**

Teknik pengumpulan data, kegiatan ini dilakukan melalui observasi dan wawancara untuk mengungkapkan pendapat peserta. Adapun tahap yang dilakukan dalam kegiatan ini:

1. Perencanaan dilakukan dengan membuat proposal dan kerangka kegiatan dari hasil observasi dan wawancara untuk melakukan analisa kebutuhan. Koordinasi dilakukan dengan petugas Lapas yang dilakukan berdasarkan Analisa kebutuhan lahan dan kegiatan yang ditawarkan.
2. Persiapan dilakukan dengan mempersiapkan bahan yang dibutuhkan untuk kegiatan *Art Therapy*.
3. Pelaksanaan dilakukan dengan menyelenggarakan kegiatan *Art Therapy* pada warga binaan.
4. Evaluasi dilakukan secara kualitatif melalui wawancara

Kegiatan art therapy dikenalkan pada warga binaan sebagai wadah menyalurkan emosi, setelah kegiatan art therapy peserta diminta menceritakan pengalaman selama proses kegiatan berlangsung dan apa yang dirasakan setelah melukis di media yang telah disediakan

## **HASIL DAN EVALUASI**

### **Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan dimulai dengan perkenalan dan penjelasan mengenai kegiatan, tujuan dan manfaat dari kegiatan tersebut. Kegiatan inti pengabdian masyarakat ini adalah kegiatan melukis di atas media kain yang telah dipersiapkan. Sesi akhir dari kegiatan melukis ini adalah wawancara dengan peserta makna dari hasil karya mereka, emosi yang terkandung di dalamnya serta manfaat yang dirasakan dari kegiatan ini melalui ungkapan pendapat peserta mengenai lukisan yang telah dibuatnya. Peserta Y mengungkapkan lukisannya yang memiliki warna suram dan cerah menunjukkan suasana hatinya yang sebenarnya ingin bahagia namun kebahagiaan tersebut terkurung dalam kehidupan di Lembaga Pemasyarakatan. Peserta A melukis suasana di pesisir pantai yang menunjukkan perasaan rindu berada di tempat yang luas dan lepas jauh dari permasalahan saat sebelum tinggal di Lembaga Pemasyarakatan. Peserta T melukis tanpa bentuk namun menempelkan cat di media lukis sesuatu yang berwarna terang, peserta mengungkapkan ada perasaan lega bisa menumpahkan isi hati di media meski tanpa makna.

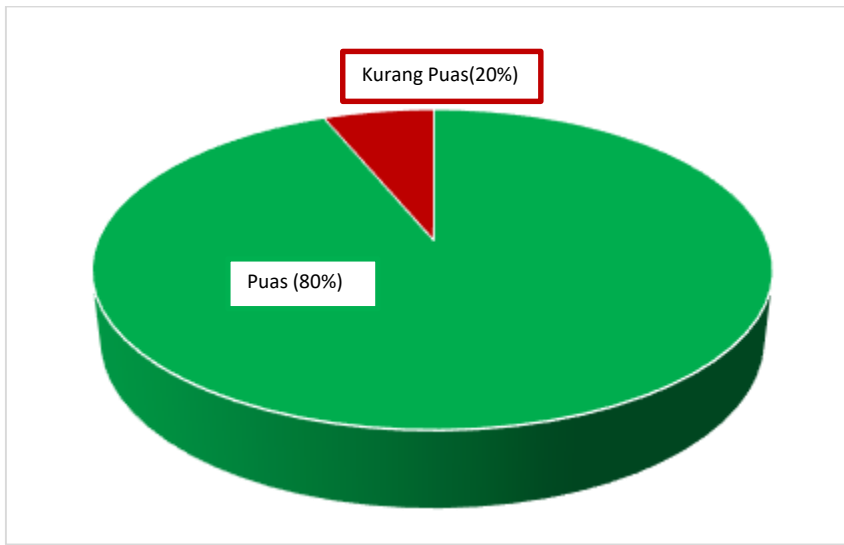
### **Evaluasi Kegiatan**

Setelah kegiatan 12 orang menyatakan puas dengan kegiatan yang telah dilakukan, peserta mengungkapkan emosi yang berbeda sebelum dan setelah kegiatan. 3 orang peserta menyatakan kurang puas karena fasilitas yang disediakan untuk kegiatan ini yaitu alat lukis dan media yang digunakan kurang sesuai serta waktu kegiatan yang disediakan kurang lama dan berharap kegiatan seperti ini dapat dilakukan lagi. Peserta mengungkapkan melalui kegiatan ini tentang perasaan yang dialami setelah melukis antara lain: berkurang amarah emosi peserta, melalui kegiatan ini ide dalam dunia pikiran mereka dapat dituangkan oleh peserta, ada perasaan senang dapat menghabiskan waktu dengan kegiatan yang berbeda seperti melukis ini di waktu dan rekan yang berbeda.

Tabel 1.

Gambaran tingkat kepuasan peserta sebelum dan sesudah kegiatan

Tingkat Kepuasan	Setelah Kegiatan <i>Art Therapy</i>	
	Jumlah	Persentase (%)
Kurang Puas	3	20 %
Puas	12	80 %
Total	15	100%



**Gambar 1.**

Diagram pie tingkat kepuasan peserta sebelum dan sesudah kegiatan

Manfaat dari *art therapy* adalah: menggambarkan alam bawah sadar dan membantu individu mengungkapkan konflik rahasia yang awalnya tidak mereka ungkapkan; sebagai simbol perasaan peserta; menginspirasi dan membantu peserta dalam meraih pertumbuhan pribadi (Amalia, 2021). Konflik yang dialami, cita-cita, impian, ketakutan yang dialami seseorang akan diungkapkan dalam karya seni yang dibuatnya terutama melalui elemen visual. Salah satu sisi kejiwaan yang sering menjadi konsep individu dalam membuat karya seni adalah rasa takut dan kegelisahan hidup yang mereka lalui. Hal ini dikenal dengan katarsis, yaitu pelepasan emosi jiwa. Setiap individu mempunyai cara yang unik dan bervariasi dalam melakukan katarsis, begitu pula individu yang melakukan katarsis melalui citra visual yang hadir dalam karya seni buaatannya. Karya seni berupa lukisan dapat dianggap sebagai sebuah 'teks' karena merupakan 'kombinasi elemen tanda-tanda', dengan kode dan aturan tertentu sehingga menghasilkan sebuah ekspresi bermakna'. Tanda merupakan sesuatu yang bersifat fisik, bisa dipersepsikan panca indera manusia. Tanda-tanda tersebut kemudian memiliki makna yang berasal dari ungkapan isi hati atau bahkan alam bawah sadar pembuatnya (Ernawati, 2020).



**Gambar 2.**

*Proses Kegiatan Art Therapy*

Sumber: Dokumentasi Tim Pelaksana (2023)

## **SIMPULAN**

### **Simpulan**

Warga binaan di lapas merupakan kelompok yang rentan mengalami permasalahan dalam kehidupannya. Katarsis melalui kegiatan art therapy mampu menjadi pengungkapan emosi negative yang menjadi latar belakang proses berkarya. Elemen visual yang dipilih dan disajikan seniman tidak tersusun begitu saja, namun terjadi berdasarkan kemampuan kreatif menyusun citra visual. Kemampuan kreatif ini berangkat dari aspek pengalaman yaitu berupa rasa khawatir atau kegelisahan serta ketakutan yang menjadi dasar dalam berkarya. Kesimpulan akhir kegiatan ini adalah karya seni merupakan representasi dari suasana kejiwaan seniman sebagai kreator.

### **Saran kegiatan Lanjutan**

Saran kegiatan selanjutnya dari hasil evaluasi di lapangan yaitu diadakan kembali kegiatan yang bertujuan sebagai pelepasan emosi dalam bentuk lainnya karena peserta dan petugas merasa sosialisasi kegiatan art therapy ini bermanfaat bagi peserta kegiatan. Sosialisasi ataupun edukasi semacam ini perlu dibagikan bagi orang lain agar ilmu yang ada dapat bermanfaat bagi orang lain, membuat rileks atau menghadirkan perasaan tenang bagi peserta serta mampu mengurangi tingkat stres.

### **Ucapan Terima Kasih**

Tim Kegiatan mengucapkan terima kasih kepada Rektor Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, Dekan Fakultas Keperawatan UKWMS, Ketua LPPM UKWMS, Pengelola Lapas Kelas 1 Surabaya, warga binaan binaan dan mahasiswa Fakultas Keperawatan UKWMS yang terlibat dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.



## REFERENSI

- Amalia, C. (2021). Visual Art In Counseling Therapy: Pemanfaatan Visual Art Therapy sebagai Media Visualisasi dan Katarsis Emosi. *SSRN Electronic Journal*.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.31234/osf.io/u786v>
- Annisau Nafiah, Sutadji, E., & Nurmalasari, R. (2020). Pembinaan Keterampilan Untuk Meningkatkan Skill Narapidana Pemasarakatan Kelas 1 Malang di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Graha Pengabdian*, 2(4), 325-334.
- Ernawati, E. (2020). Psikologis Dalam Seni: Katarsis Sebagai Representasi Dalam Karya Seni Rupa. *DESKOVI: Art and Design Journal*, 2(2), 105.  
<https://doi.org/10.51804/deskovi.v2i2.521>
- Feist, J., Feist, G. J., & Roberts, T.-A. (2017). *Teori Kepribadian* (8th ed.). Salemba Humanika.
- Hayati, R. A. (2021). Self Healing dari Trauma Masa Lalu dalam Karya Seni Lukis Abstrak. *Invensi*, 6(2), 109-119. <https://doi.org/10.24821/invensi.v6i2.4648>
- Mursal, M. A., Tetteng, B., Assakinah, N., Anwar, N. P., Muttaqi, N., & Muttaqi, M. F. (2022). Fun Games Sebagai Bentuk Play Therapy Untuk Mengurangi Emosi Negatif Pada Warga Binaan Pemasarakatan Rutan Kelas I Makassar. *Cakrawala: Jurnal Pengabdian Masyarakat Global*, 1(4), 102-110.
- Panji Sulistio, & Umar Anwar. (2022). Faktor Yang Mempengaruhi Masalah Kesehatan Mental Pada Narapidana Blok Resiko Tinggi Di Lapas Kelas I Semarang. *Sosioedukasi: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan Dan Sosial*, 11(2), 163-167.  
<https://doi.org/10.36526/sosioedukasi.v11i2.2232>
- Triana Dewi, G. A. N., & Meiyutariningsih, T. (2021). Efektivitas Art Therapy Sebagai Katarsis untuk Mengurangi Tingkat Kecemasan Akademik pada Remaja. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 6(10), 5006. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v6i10.4263>
- Wahyuningsih, S. (2017). Teori Katarsis Dan Perubahan Sosial. *Jurnal Komunikasi*, 11(1), 39.  
<https://doi.org/10.21107/ilkom.v11i1.2834>

### About the Authors



Anindya Arum Cempaka, Kelahiran Bandung, 15 Januari 1987. Penulis mulai berkarir sebagai dosen pengajar dengan peminatan Ilmu Keperawatan Jiwa sejak tahun 2018.  
Email: [anindya@ukwms.ac.id](mailto:anindya@ukwms.ac.id)



Maria Theresia Arie Lilyana, Kelahiran Surabaya, 30 September 1975. Penulis mulai berkarir sebagai dosen pengajar dengan peminatan Ilmu Keperawatan Medikal Bedah sejak tahun 2016.  
Email: [arie@ukwms.ac.id](mailto:arie@ukwms.ac.id)

Accepted author version posted online: 4/30/2023  
Hendryadi (Reviewing editor)

## **FUNDING**

Kegiatan ini merupakan bagian dari program Pengabdian Kepada Masyarakat yang didanai oleh Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya tahun 2022

## **COMPETING INTERESTS**

Tidak ada konflik kepentingan untuk diungkapkan.