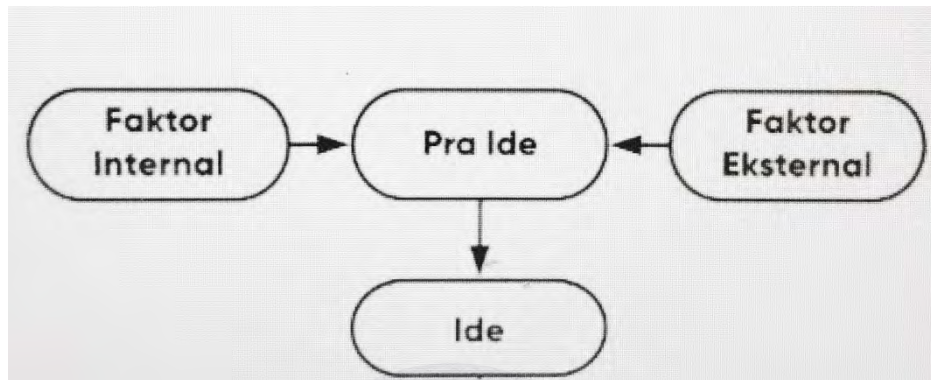


## BAB III

### METODE PENCIPTAAN

#### 3.1 Proses Kreasi



Gambar 3.1 Bagan Penciptaan Karya

*(Sumber Dokumentasi Pribadi)*

Ide berasal dari faktor internal dan eksternal, pengalaman pribadi dalam menghadapi permasalahan mental menjadi titik awal pembuatan karya ini, Seperti yang sudah disebutkan di latar belakang. Lalu bagaimana penulis melihat fenomena ini di lingkungan sekitar penulis. Bagaimana pengalaman dalam menghadapi permasalahan mental dari orang-orang terdekat penulis juga dari berita-berita di sosial media, ini menjadi faktor eksternal pembuatan karya ini.

Media yang dipilih merupakan media sehari-hari yang dekat dengan tubuh, juga sebagai representasi dari apa yang penulis akan sampaikan. Media yang diambil seperti bantal, pisau, dan elemen tambahan lain seperti sarung bantal yang berbeda pada setiap bantal yang secara langsung dikumpulkan dari beberapa partisipan, sebagai simbol dari keberagaman pengalaman individu. Pada setiap bantal terdapat detail robekan dan jahitan.

Robekan dibuat sengaja sebagai representasi luka, hancur lalu di respon dengan jahitan benang sebagai simbol pemulihan yang menggunakan teknik jahitan jelujur kontinu, yaitu teknik jahit yang dibuat tanpa terputus dan secara berurutan tanpa memotong benang jahit, sebagai simbol dari upaya yang terus berlanjut, menyatukan kembali bagian bagian diri yang terpisah oleh trauma.

Proses kreasi ini penulis melakukan riset terhadap beberapa orang yang memiliki permasalahan mental yang telah terdiagnosa oleh psikiater juga dari media cetak berupa buku dan media digital berupa website dan jurnal online. Setelah mengumpulkan data yang cukup, dilanjutkan dengan membuat beberapa sketsa, setelah salah satu sketsa terpilih, penulis memulai proses *trial and error* karya. Saat proses ini ada beberapa kendala seperti bantal robek, serta kesulitan di bagian menjahit lekukan pada bantal. Setelah proses ini, penulis akhirnya menemukan teknik yang tepat.

#### 3.1.1 Pengumpulan Data

Partisipan dalam karya ini adalah individu yang pernah mengalami gangguan mental baik yang telah terdiagnosa maupun yang memiliki kecenderungan tertentu. Setiap partisipan berkontribusi melalui pemberian sarung bantal ataupun membagikan pengalamannya. Narasi – narasi tersebut kemudian dianalisis menjadi elemen visual yang merepresentasikan pengalaman tersebut secara simbolis, sehingga setiap elemen yang hadir memiliki korelasi langsung dengan data yang dikumpulkan. Keterlibatan partisipan menjadi bagian penting dalam konstruksi karya. Sarung bantal yang disumbangkan menyimpan jejak emosional dan pengalaman tersendiri dari setiap partisipan, seperti menemani dalam fase terpuruk, tangisan, isolasi dsb.

Nama dari partisipan telah dianonimkan untuk menjaga privasi dan informasi yang di sampaikan atas izin partisipan.

1. Nama : NSD  
Gender : Perempuan  
Tempat wawancara : Patanjala ISBI Bandung  
Diagnosis : Bipolar

NSD adalah perempuan berusia 30 tahun yang secara verbal menceritakan pengalamannya dalam menghadapi permasalahan mental yang sudah ia alami sejak SMP. Ia menyumbangkan 2 sarung bantal yang ia gunakan saat menangis terutama ketika kambuh.

2. Nama : NAS  
Gender : Perempuan  
Tempat Wawancara : Kantin ISBI Bandung  
Diagnosis : Bipolar

Nas adalah perempuan berusia 20 tahun yang berjuang dengan Bipolar sejak SMA. Ia menceritakan bagaimana *emotional roller-coaster* nya yang selalu berujung menyakiti diri. Ia menyumbangkan sarung bantal yang ia gunakan saat menangis.

3. Nama : DPM  
Gender : Perempuan  
Tempat wawancara : Sunan Ambu ISBI Bandung  
Diagnosis : BPD (*Borderline Personality Disorder*)

DPM adalah perempuan berusia 24 tahun, ia menceritakan bagaimana trauma masa kecil nya membawa ia rasa sakit di masa sekarang. Ia menyumbangkan sarung bantal yang menjadi tempat menangis nya saat kondisi tidak stabil.

4. Nama : DP  
Gender : Laki – Laki  
Tempat Wawancara : Pesan daring (instagram)  
Diagnosis : *Depressive episode*  
DP adalah seorang laki laki berusia 26 tahun, ia menceritakan pengalaman isolasi nya karena tekanan yang tidak ia ceritakan secara eksplisit. Ia menyumbang sarung bantal miliknya saat ia berada di kondisi tidak stabil dan mengisolasi diri.
5. Nama : SA  
Gender : Perempuan  
Tempat Wawancara : Kostan narasumber  
Diagnosis : *Depressive episode*  
SA adalah perempuan berusia 23 tahun, ia memiliki beberapa pengalaman traumatis di hidupnya dan merasakan gejala depresi sejak SMP, ia menyumbangkan sarung bantal yang ia anggap penuh dengan memori menyedihkan salah satu nya saat ia kehilangan ibu nya.
6. Nama : DF  
Gender : Perempuan  
Tempat Wawancara : Kostan narasumber  
Diagnosis : *Depressive episode*  
DF adalah perempuan berusia 23 tahun, ia memiliki gejala depresi saat remaja namun semakin meningkat saat pandemi. Ia menyumbangkan sarung bantal tempat ia menangis saat fase depresi.
7. Nama : MI  
Gender : Laki- Laki  
Tempat wawancara : Sunan Ambu Isbi Bandung  
Diagnosis : Skizofrenia  
MI adalah laki-laki berusia 24 tahun, diagnose yang ia miliki berasal dari pengalaman masa kecil yang kurang baik. Sampai saat ini MI

masih menjalani terapi obat- obatan. Ia menyumbangkan sarung bantal yang selalu ia gunakan saat menangis.

8. Nama : RSB  
Gender : Perempuan  
Tempat Wawancara : Pesan daring (instagram)  
Diagnosis : *Depressive episode*  
RSB adalah perempuan berusia 22 tahun, ia memiliki gejala yang cukup tidak stabil sehingga ia sering menyakiti dirinya sendiri.

9. Nama : SK  
Gender : Perempuan  
Tempat wawancara : Pesan daring (instagram)  
Diagnosis : -  
SK adalah perempuan berusia 22 tahun, ia belum terdiagnosa secara klinis, namun ia memiliki kecenderungan menyakiti diri yang cukup parah. Ia menyumbangkan 2 sarung bantal yang ia anggap “teman” saat fase terpuruk.

10. Nama : RR  
Gender : Laki – laki  
Tempat wawancara : Kantin ISBI Bandung  
Diagnosis : *Anxiety Disorder*  
RR adalah laki- laki berusia 23 tahun, ia memiliki trauma yang membuat panik berlebih dan kesulitan untuk focus pada satu hal. Ia menyumbangkan sarung bantal yang ia gunakan saat menangis.

11. Nama : FL  
Gender : Perempuan  
Tempat Wawancara : Tomoro Buah Batu  
Diagnosis : -

FL adalah perempuan berusia 23 tahun, ia belum memiliki diagnose secara resmi, tetapi kecendrungan menyakiti diri dan pikiran untuk mengakhiri hidup. Ia menyumbangkan sarung bantal tempat ia menangis saat kondisi tidak stabil.

12. Nama : FEB

Gender : Perempuan

Tempat Wawancara : Pesan daring (instagram)

Diagnosis : BPD (*Borderline Personality Disorder*)

FEB adalah seorang perempuan berusia 28 tahun, ia memiliki gejala yang cukup *destructive* yang ia alami sejak masa remaja. Ia menyumbangkan sarung bantal yang ia anggap “selalu ada” ketika fase tersulit hidupnya.

13. Nama : TTM

Gender : Perempuan

Tempat Wawancara : Pesan daring (Instagram)

Diagnosis : BPD (*Borderline Personality Disorder*)

TTM adalah seorang perempuan berusia 29 tahun, ia menceritakan bagaimana pengalaman masa kecilnya membawa ia memiliki diagnosa tersebut dengan gejala dan kecendrungan yang cukup intense. ia menyumbangkan sarung bantal yang ia rasa banyak menemani nya di fase terpuruk nya.

14. Nama : FN

Gender : Perempuan

Tempat Wawancara : Daunjati ISBI Bandung

Diagnosis : -

FN adalah perempuan berusia 21 tahun, ia memiliki kecendrungan menyakiti diri yang cukup parah sejak ia SMA. Ia memiliki diagnosa namun memilih untuk tidak mengungkapkannya. Ia menyumbangkan sarung bantal yang ia anggap memiliki memori yang menyedihkan.

15. Nama : IP  
Gender : Perempuan  
Tempat Wawancara : Daring (instagram)  
Diagnosis : *Anxiety Disorder*

IP adalah perempuan berusia 23 tahun, ia tidak memiliki perilaku menyakiti diri sendiri, namun memiliki kekacauan pikiran yang sulit dikendalikan, yang membuatnya cenderung mengisolasi diri. Ia menyumbangkan sarung bantal yang merupakan bagian dari pengalaman mengisolasi diri nya.

16. Nama : TT  
Gender : Perempuan  
Tempat Wawancara : Daunjati ISBI Bandung  
Diagnosis : Skizofrenia

TT adalah seorang perempuan berusia 22 tahun, ia tidak secara eksplisit menceritakan latar belakang yang membuat dirinya mengalami skizofrenia. Namun ia menyumbangkan 2 sarung bantal yang ia anggap memiliki “pengalaman” emosional yang cukup dalam.

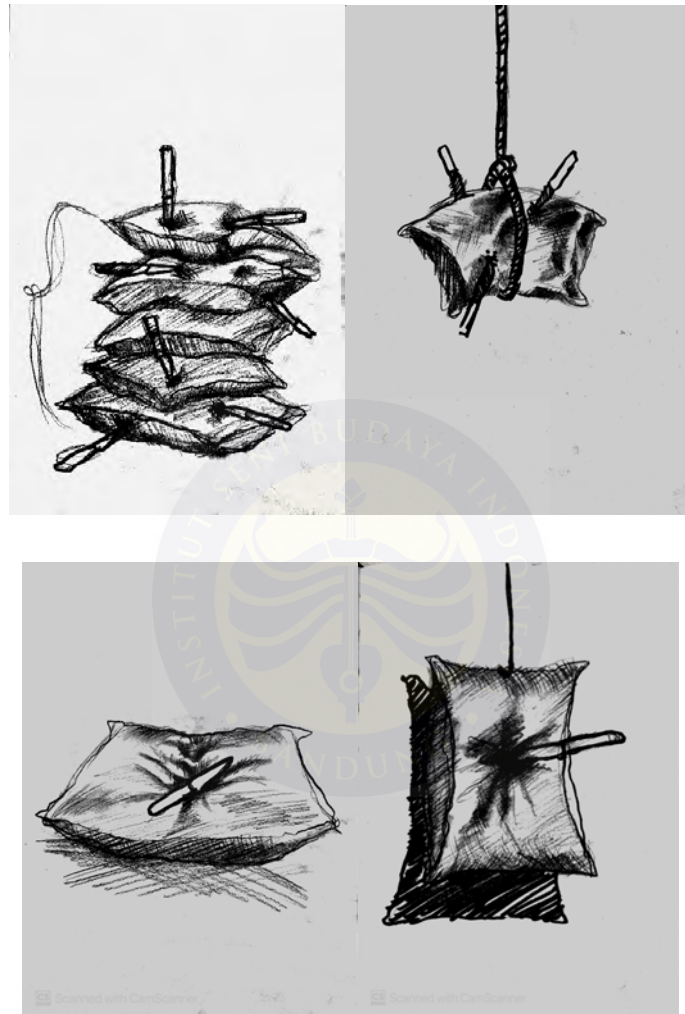
17. Nama : LA  
Gender : Perempuan  
Tempat Wawancara : Daring (instagram)  
Diagnosis : *Anxiety Disorder*

LA adalah perempuan berusia 26 tahun, ia memiliki kecenderungan menyakiti diri semenjak ia SMA, namun baru menjalani konsultasi dengan psikiater belakangan ini. Ia menyumbangkan sarung bantal tempat ia menangis.

## 3.2 Perancangan Karya

### 3.2.1 Sketsa Karya

Sketsa adalah rancangan awal proses membuat gambar dengan tangan bebas atau *freehand* sehingga tidak mewakili “yang sempurna”. (Nurcahyo, 2022)



Gambar 3.2 Sketsa Karya

(Sumber : Dokumentasi Pribadi, 2024)



### 3.2.2 Sketsa Terpilih



Gambar 3.3 Sketsa Karya  
(Sumber : Dokumentasi Pribadi 2024)

### 3.3 Perwujudan Karya

#### 3.3.1 Perwujudan Karya 1



Gambar 3.3 Proses *Trial and Error* Penancapan pisau pada bantal (Karya 1)  
(Sumber Dokumentasi Pribadi : 2024)



Gambar 3.4 Proses Pemasangan Pada tiang (Karya 1)  
( Sumber Dokumentasi Pribadi : 2024)



Gambar 3.5 Proses penyusunan sarung bantal

*(Sumber Dokumentasi Pribadi : 2025)*



Gambar 3.5 hasil jahitan pada karya

*(Sumber Dokumentasi Pribadi : 2025)*