

## SURAT TUGAS

Nomor: 2226-D/3128/FPsi-UNTAR/XII/2020

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada :

Nama : Roswiyani, Ph.D., Psikolog  
NIK / NIDN : 10706003 / 0316118001

Untuk melakukan Tugas Pengabdian kepada Masyarakat yang diselenggarakan pada :

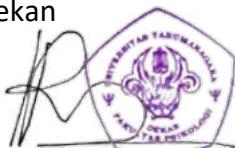
Hari/Tanggal : Sabtu, 12 Desember 2020  
Waktu : Pk. 10.00 – 12.00 WIB  
Tempat : Zoom Meetings  
Tema : *Art and Grieving*  
Status : **Narasumber**  
Penyelenggara : Vajra Cipta Nirvana

Melaporkan hasil penugasan kepada Pimpinan Fakultas Psikologi Universitas Tarumagara, sesuai format laporan kegiatan perjalanan dinas, paling lambat 1 (satu) minggu setelah kegiatan selesai (Pasal 13 PUT No. 057 tentang Perjalanan Dinas).

Surat Tugas ini dibuat untuk dilaksanakan dengan sebaik-baik dan penuh rasa tanggung jawab.

11 Desember 2020

Dekan



**Dr. Rostiana, M.Si., Psikolog**

Tembusan:

1. Ketua Lembaga Sistem Informasi & Database
2. Ka. Unit PKM & Kerjasama (Ibu Meiske Yunithree, M.Psi., Psikolog)
3. Patrick N. Nicktow, S.Psi.

----



# CERTIFICATE OF APPRECIATION

This certificate is awarded to :

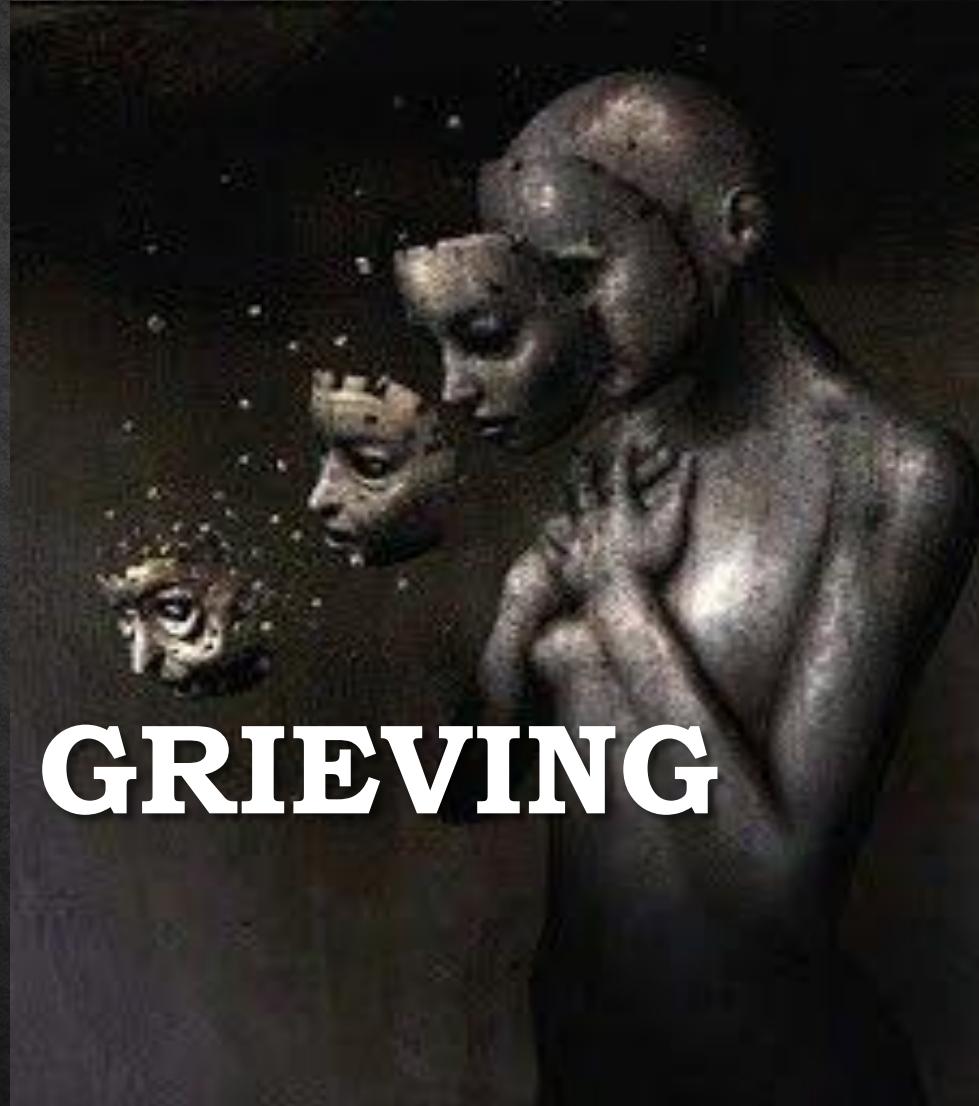
***Roswiyani, Ph.D., Psikolog***  
As a Trainer

**Seminar Online Art and Grieving**

On December 12, 2020  
at Vajra Cipta Nirvana, Central Jakarta  
Jakarta, Indonesia



**Dr. Tuntas W. Soenanto, S.T., M.B.A.**  
Managing Director



# ART AND GRIEVING

*Roswiyani, PhD., Psikolog*

# LIFE



- Life is a dynamic process.
- Life is filled with gains and losses.



Penyesuaian diri

# LOSS

“Keadaan di mana sesuatu yang berharga yang sebelumnya berubah atau hilang. Hal tersebut tidak bisa lagi dilihat, dirasakan, didengar, diketahui, atau dialami ”.

- Kecelakaan
- Perpisahan
- Kematian



Tidak dapat dihindari



Reaksi emosional



# GRIEVING / BERDUKA

- “... Reaksi terhadap segala bentuk kehilangan... [yang] mencakup berbagai perasaan dari kesedihan yang mendalam hingga kemarahan....” (Mastrangelo & Kayu, 2016)
- Kesedihan terjadi setelah berbagai jenis kehilangan.  
→ meninggal, hubungan berakhir, kehilangan pekerjaan, penyakit kronis atau pindah ke rumah baru.



# FAKTOR PENYEBAB BERDUKA

- Hubungan individu dengan almarhum
- Kepribadian
- Peran sosial
- Persepsi tentang kematian
- Budaya



- Peran jenis kelamin
- Status sosial ekonomi
- Keyakinan spiritual
- Proses kematian
- Usia

# PROSES BERDUKA

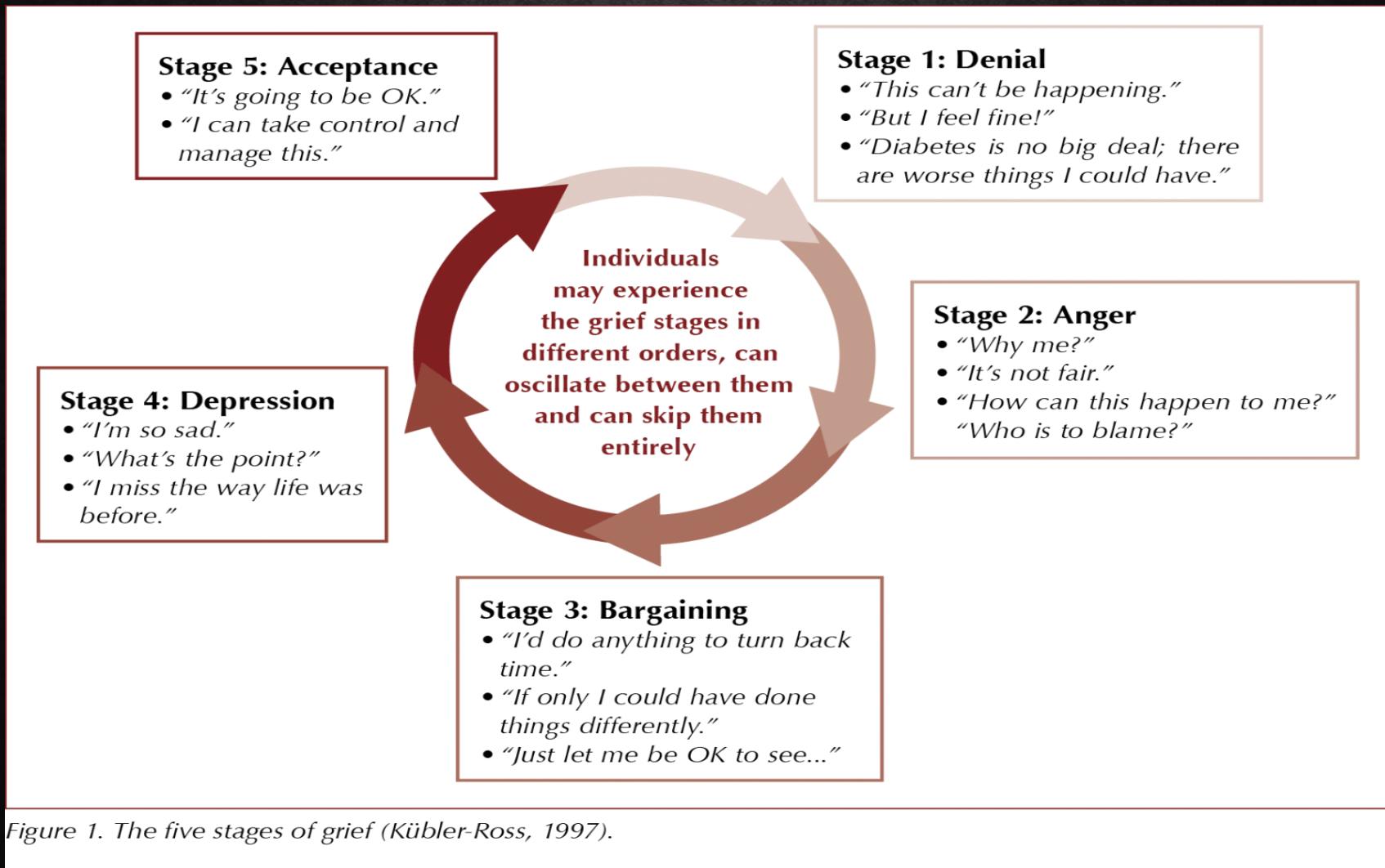


Figure 1. The five stages of grief (Kübler-Ross, 1997).

Masalah kesehatan mental dapat terjadi jika proses berduka berkepanjangan atau terganggu fungsi dari waktu ke waktu.

# TERAPI

- Terapi adalah usaha untuk memulihkan kondisi sakit menjadi tidak sakit.
- Terapi seni/*art therapy* didefinisikan sebagai “suatu bentuk psikoterapi yang menggunakan media seni sebagai moda komunikasi utama” (Edwards, 2014, hlm. 3).
- Kegiatan seni ini memfasilitasi komunikasi non-verbal yang sangat cocok untuk individu yang memiliki kesulitan dalam mengekspresikan diri secara verbal.



# PENERAPAN ART THERAPY (1)

- Individual atau kelompok
- Anak & remaja: kreasi visual, identifikasi gangguan kognitif, dan peralihan kondisi berduka



- Lansia: mengembangkan dan mempertahankan keterampilan pemecahan masalah yang signifikan untuk mengurangi depresi, dan memotivasi untuk tetap aktif

# PENERAPAN ART THERAPY (2)



Gunakan perangkat seperti: Kertas sketsa ukuran A3, krayon, pensil, spidol, kapur berwarna, papier mâché, majalah, lem stik dan gunting.

# PROGRAM ART THERAPY



- Pre-Art Making
- Art Making
- Post-Art Making

# PRE-ART MAKING



- Tujuan terapi
- Ice breaking

# **PESERTA PRAKTIK PENGENALAN ART THERAPY**

# **ART MAKING**

- Media seni
- Tema
- Proses

# FREE DRAWING, TREE DRAWING, AND FEELINGS DRAWING



- ✓ To encourage discussion
- ✓ To make connections between colors, shapes, images, and their own feelings.

# MONTAGE (SHELL)



- ✓ Proses atau teknik memilih, dan menyatukan bagian-bagian yang terpisah untuk membentuk keseluruhan yang berkelanjutan.
- ✓ Dalam kegiatan ini digunakan musik untuk memberikan lingkungan yang menenangkan.
- ✓ Tujuan: fokus pada proses penggunaan indra/tactile.

# COLLAGE



Figure 4 Collage

- Pilih potongan gambar dari majalah.
- Pemilihan gambar memungkinkan perasaan terdalam muncul ke permukaan.



# PAPIER MÂCHÉ MASKS

- To explore the metaphor of masks.
- To discuss how masks are used in different life situations,
- Role-play allowed to speak freely.



# **PESERTA PRAKTIK**

# POSITIVE MEMORY



Figure 6 Park Scene

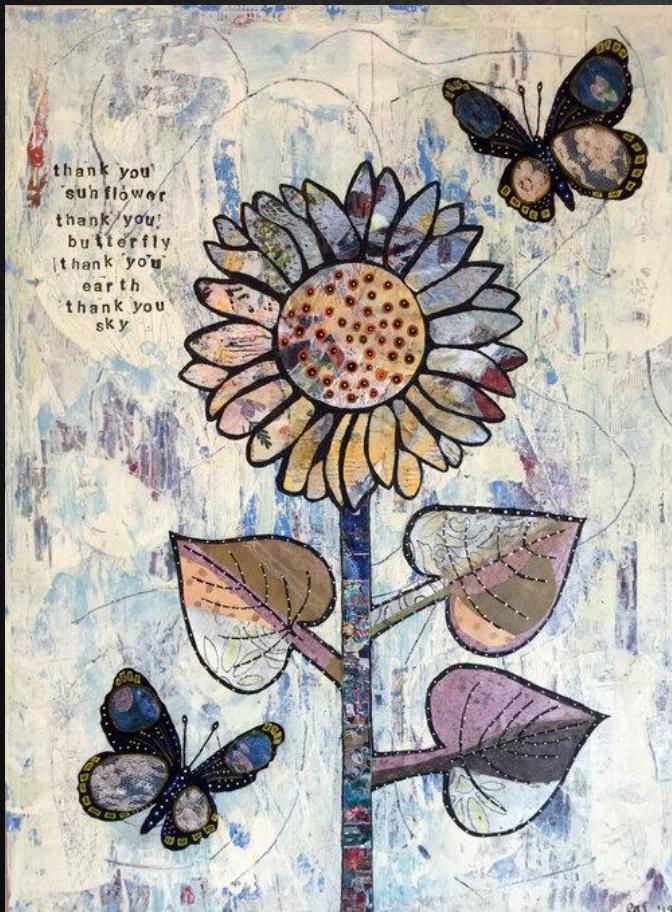
- Kesempatan untuk mengeksplorasi dan mengingat sesuatu yang positif daripada hanya memikirkan hal yang negatif.

# POST ART MAKING

- Keinginan dan Kebutuhan
- Diskusi



# THANK YOU



Contact: [roswiyan@fpsi.untar.ac.id](mailto:roswiyan@fpsi.untar.ac.id)