

# Mengatasi *psychological emptiness* pada penderita skizofrenia dengan Art Therapy



p-ISSN 2302-1462; e-ISSN 2722-7669  
ejournal.umm.ac.id/index.php/procedia  
2021, Vol 9(2):55-61  
DOI:10.22219/procedia.v9i2.16299  
© The Author(s) 2021  
© 4.0 International license

Muhammad Azka Maulana<sup>1</sup>

## Abstract

People with schizophrenia have a high risk of attempting suicide. This research is a case study that aims to see the effectiveness of Art Therapy to reduce the intensity of suicide in schizophrenic sufferers. The method of data collection is using the Suicidality Intention Scale given before and before the intervention. After 10 intervention sessions, the results showed a decrease in the intensity of suicide. This result is relatively stable after therapy which is characterized by a decrease in the number of suicides.

## Keywords

Art Therapy, suicidal intention, shizophrenia

## Pendahuluan

Bunuh diri adalah penyebab utama kematian dini yang terjadi pada penderita skizofrenia (Radomsky et al., 1999). Sekitar 10% penderita skizofrenia meninggal karena bunuh diri, sementara itu angka kematian bunuh diri pada penderita skizofrenia kira-kira 4-5%, yang lebih tinggi daripada populasi umum. Faktor risiko bunuh diri pada skizofrenia diantaranya adalah pasien dengan usia muda, berjenis kelamin laki-laki, terjadi pada onset dini serta memiliki riwayat bunuh diri pada episode sebelumnya (Radomsky et al., 1999). Selain itu, ditemukan bahwa 18% hingga 55% pasien skizofrenia berhasil melakukan bunuh diri sementara 50% sampai 80% gagal melakukannya.

Pasien skizofrenia yang rentan mengalami bunuh diri adalah pasien dengan episode depresif serta diperkuat dengan pengabaian oleh lingkungan sekitar (Blasco-Fontecilla et al., 2013). Kondisi seperti ini dinamakan *psychological emptiness* atau dalam bahasa sederhananya adalah kekosongan dan kehampaan jiwa. Mereka menambahkan bahwa pasien skizofrenia dengan indikasi mengalami kekosongan dan kehampaan jiwa memiliki tingkat harga diri dan skontrol diri yang rendah serta suasana hati yang cenderung fluktuatif, dalam arti pasien akan mudah marah, sedih, semangat, gembira dan bahkan putus asa hingga depresif, maka indikasi seperti inilah yang membuat pasien akan dengan mudah memiliki niat dan rencana untuk melakukan bunuh diri.

Meskipun penyebab bunuh diri pada pasien skizofrenia bisa saja disebabkan oleh gangguan waham dan halusinasi pasien, namun kondisi *psychological emptiness* dapat melatarbelakangi lebih dalam daripada niat bunuh diri tersebut (Blasco-Fontecilla et al., 2013). Artinya, ketika lingkungan keluarga atau lingkungan sekitar lengah

dan cenderung mengabaikan pasien, atau bahkan justru tidak memperdulikan pasien, maka hal tersebut akan memperkuat niat pasien untuk melakukan bunuh diri.

Pasien skizofrenia dengan kecenderungan niat bunuh diri yang tinggi dapat ditangani dengan intervensi psikologis atau psikoterapi seperti CBT (*Cognitive Behavioral Therapy*), terapi reinforcement, DBT (*Dialectical Behavioral Therapy*), terapi mindfulness dan terapi lainnya berbasis pendekatan behavioral. Namun, untuk beberapa pasien yang mengalami indikasi *psychological emptiness* maka perlu dikaji lebih dalam mengenai unsur psikis, hubungan pasien dengan lingkungan sekitar, dinamika keperibadian pasien serta permasalahan emosional lain yang belum terselesaikan di masa lalu. Untuk itu pendekatan terapi berbasis psikoanalisis akan tepat dalam mengintervensi pasien tersebut. Dalam hal ini, *art therapy* dapat menjadi media untuk pasien dalam melakukan katarsis dan asosiasi bebas guna mereduksi emosi-emosi negatif yang masih tersimpan di dalam diri pasien. Selain itu, terapis melihat modalitas yang dimiliki oleh pasien yakni memiliki minat yang lebih dalam membuat karya seni, khususnya menggambar. Karena latar belakang itulah terapis menggunakan *art therapy* untuk mengurangi intensi bunuh diri pasien.

Pada perkembangannya, *art therapy* tidak hanya digunakan sebagai media untuk tujuan psikoanalisis, namun

<sup>1</sup>Universitas Muhammadiyah Cirebon, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini

## Korespondensi:

Muhammad Azka Maulana, Universitas Muhammadiyah Cirebon, Jl. Tuparev No. 70 Cirebon  
Email: askamaulana6@gmail.com

juga dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan okupasi atau merawat diri pasien. Menurut Edwards (2004) unsur-unsur terapiutik dalam *art therapy* dapat meningkatkan kemampuan pasien untuk lebih semangat dalam menjalani kehidupan sehingga meningkatkan kemampuan merawat diri pasien. Hal tersebut berjalan secara otomatis, dikarenakan proses transferensi dalam art terapi dapat memicu pasien untuk *insight* dan memandang kehidupan lebih berarti. Untuk itulah, menurut terapis, art terapi sangat cocok digunakan untuk meningkatkan intensitas pasien dalam menjalani kehidupan, seiring dengan itu maka akan menurunkan intensi bunuh diri pasien.

## Metode Asesmen

Prosedur asesmen psikologi bertujuan untuk mengumpulkan data klien dengan metode observasi, wawancara, dan tes psikologi yaitu: Observasi dilakukan pada saat wawancara, tujuan dari penggunaan metode observasi untuk melihat pola perilaku klien. Wawancara dilakukan dengan subjek (Autoanamnesa) dan keluarga, perawat, dokter (Alloanamnesa),

Tujuan dari wawancara ini adalah untuk mengumpulkan data data terkait dengan subjek. Kemudian tes grafis yang diberikan terdiri dari BAUM, HTP, DAP. Untuk mengungkap kepribadian dan dinamika subjek yang ada kaitan dengan permasalahannya. *Wescler Adult Intelligence Scale* (WAIS) digunakan untuk memprediksikan potensi-potensi psikologis penunjang dari IQ itu sendiri yang dipengaruhi oleh faktor: lingkungan, latihan, motivasi, dan minat. Walaupun hasil dari tes WAIS ini berupa angka intelegensi, baik yang berupa Full IQ, Verbal IQ maupun Performance IQ; namun diketahui juga bahwa sub tes yang terdapat dari tes WAIS dapat digunakan untuk memprediksikan permasalahan klinis yang dialami oleh seseorang, baik untuk memprediksikan kemungkinan adanya *brain damage*, *chronic alcoholism*, *mental retarded*, maupun kecemasan yang dialami klien.

*Shack Sentence Comperhensif Test* (SSCT) digunakan untuk melihat hubungan subjek dengan lingkungannya, yakni hubungan dengan sosok ayah, ibu, teman, atasan, bawahan dan cita-cita subjek. SSCT dapat menjadi data penguat dan konfirmasi terkait akar permasalahan yang dialami subjek, darimana gangguan itu berasal serta hubungan subjek dengan siapa yang harus diselesaikan dan didamaikan persepsi negatifnya. Serta *Suicidality intention* (Beck et al., 1979) digunakan untuk mengukur tingkat keberhasilan intervensi yang dilakukan dengan melalui pre-test dan post-test lalu uji t. Selain itu, skala ini juga bertujuan untuk mengukur tingkat intensi bunuh diri dalam diri subjek. Skala ini dirancang oleh Beck, Kovac dan Wiessman pada tahun 1979 dan memiliki 19 item. Ke-19 item tersebut memiliki tiga dimensi, yakni keinginan untuk mati, gairah untuk melakukan bunuh diri, dan rencana untuk melakukan bunuh diri.

## Presentasi Kasus

Subjek berjenis kelamin laki-laki berusia 38 tahun merupakan anak pertama dari 3 bersaudara, berdomisili di Sidoarjo. Tinggi badan subjek sekitar 167 cm dan berat badan subjek 65 kg. Penampilan subjek tergolong rapi, subjek juga rajin mandi (2x sehari). Subjek memiliki halusinasi dan waham kebesaran yang tinggi tentang dunia seni, ia selalu merasa bahwa dirinya adalah seniman ternak yang hasil karyanya bernilai milyaran rupiah. Subjek termasuk orang yang banyak bicara, terutama berbicara mengenai kehebatannya di bidang seni rupa dan seni musik. Subjek merupakan pasien skizofrenia dan telah mengalami empat kali *relapse* (kekambuhan). Subjek mulai menderita gangguan jiwa saat subjek berusia 31 tahun, namun gejala-gejala yang mengawali seperti depresif sudah dimiliki subjek sejak ia berusia 25 tahun.

Subjek dibawa ke RSJ (Rumah Sakit Jiwa) Menur untuk yang keempat kalinya dikarenakan melakukan percobaan bunuh diri. Subjek melakukan percobaan bunuh diri ketika subjek berada sendirian di rumah. Subjek tinggal bersama adik yang kedua beserta iparnya. Namun, setiap hari senin hingga sabtu, subjek selalu berada sendirian di rumah dari pukul 08.00–14.00 WIB. Subjek memiliki ide untuk bunuh diri ketika subjek sedang sendirian berada di rumah. Selain itu, subjek memiliki halusinasi dan waham paranoid, di mana subjek mempersepsikan bahwa banyak orang yang tidak menyukai subjek padahal pada saat itu subjek tengah sendirian, disebabkan halusinasi dan waham paranoid itulah subjek mengalami periode depresi dan memilih untuk melakukan percobaan bunuh diri. Pada saat itu, subjek melakukan percobaan bunuh diri dengan menggunakan pisau dapur, namun keluarga subjek berhasil menolong subjek setelah hampir satu jam subjek tak sadarkan diri.

Berdasarkan hasil asesmen baik dari wawancara maupun psikotes lainnya, subjek memiliki hubungan *love hate relationship* dengan sosok ayah. Sewaktu kecil, sekitar usia tiga tahun, subjek pernah mengalami kenangan positif bersama ayahnya ketika subjek dibanggakan orangtuanya oleh sebab rajin shalat di masjid, namun ketika subjek berusia enam tahun, subjek mengingat bahwa ayahnya kerap menggoda wanita lain yang menyebabkan pertikaian dengan ibunya. Data ini diperkuat dari wawancara terapis dengan adik subjek. Dari kejadian tersebut, subjek membenci ayahnya namun subjek menekan rasa benci tersebut.

Ketika duduk di sekolah dasar subjek mengalami pengalaman dengan kesan negatif, yakni ditertawakan teman karena buang air besar di celana. Akibat kejadian tersebut subjek menarik diri dari lingkungannya dan cenderung pendiam. Meranjak ke masa SMP, hubungan subjek dengan ayahnya justru makin memburuk. Hal tersebut karena ayah subjek bersikap keras dan otoriter dalam mendidik subjek, namun subjek selalu menentang apa yang diperintahkan oleh orangtuanya. Tak jarang subjek sering minggat dari rumah dan tidur di luar

rumah, kadang di rumah temannya atau kadang di pos ronda. Selain memiliki hubungan yang buruk dengan ayahnya, ketika subjek SMP subjek pernah disakiti oleh perempuan yang disukainya. Saat itu subjek mengatakan perasaannya kepada wanita tersebut namun wanita tersebut justru menghina subjek di depan teman-temannya. Hasil ini diperkuat dari data wawancara baik autoanamnesa maupun alloanamnesa serta tes SSCT yang menunjukkan bahwa hubungan subjek dengan sosok ayah, pertemanan dan wanita terkesan buruk. Artinya terdapat masalah pada pandangan subjek salam memandang sosok ayah, pertemanan dan sosok wanita.

Sebelum mengalami gangguan psikotik, subjek termasuk anak yang pendiam, namun ketika subjek telah mengalami beberapa simptom halusinasi dan waham, kepribadian subjek berubah menjadi sering berbicara, khususnya berbicara melantur. Onset subjek ketika mengalami gangguan psikotik adalah ketika subjek berusia 24 tahun. Pada saat itu subjek ingin menikah dengan temannya sewaktu sekolah, namun keluarga calon istri menginginkan subjek untuk lebih agamis. Karena tuntutan tersebut, subjek menjadi berlebihan dalam wirid dan praktik keagamaan lainnya tanpa dasar keikhlasan. Subjek menjadi sering memurung diri di kamar. Pada saat itulah subjek mulai mengalami gejala waham dan halusinasi. Di luar daripada itu, subjek akhirnya menikah dengan teman sekolahnya tersebut.

Dalam mengarungi bahtera rumah tangga, subjek malah sering selikuh dan sering mengunjungi tempat lokalisasi, ditambah lagi sering terjadi pertikaian dengan istri subjek. Atas dasar itulah istri menggugat cerai subjek dan tuntutan itu disetujui oleh pengadilan dan subjek resmi bercerai dengan istri di tahun ke-empat pernikahannya, padahal saat itu subjek telah dikarunia satu orang putri. Perceraian tersebut membuat subjek makin menjadi gejala waham dan halusinasinya hingga subjek mengalami episode depresi dan melakukan percobaan bunuh diri.

Pasien psikotik dengan kecenderungan melakukan percobaan bunuh diri biasanya memiliki pola rentan depresi. Pola depresif ini menurut Radomsky et al. (1999) bisa berkembang dikarenakan subjek mengalami psychological emptiness. Dari beberapa peristiwa bermakna dalam rentang kehidupan subjek, bisa dikatakan bahwa subjek memiliki periode depresi ketika subjek merasa sendiri dan hampa ditinggalkan oleh *significant others* atau orang yang penting dalam hidupnya. Hal ini diperkuat dengan tidak adanya dukungan emosional dari keluarga subjek ketika subjek mengalami kegagalan dalam hidupnya.

Jika dilihat dari sudut pandang psikoanalisis, maka terjadinya patologi dapat disebabkan dari tiga dinamika penyebab. Pertama adalah terjadinya hambatan kepribadian pada perkembangan psikoseksual dari usia 0-5 tahun hingga remaja, yang kedua adalah terjadinya konflik libido dan super ego sehingga ego subjek menjadi lemah dan yang terakhir adalah denfense mechanism yang salah sehingga perkembangan ego subjek menjadi lemah dan terhambat. Dalam kasus ini, subjek memnuhi ketiga kriteria patologi menurut psikoanalisis tersebut.

Pada tahap perkembangan psikoseksual terdapat kejadian bermakna yang berkaitan dengan fase anal, yakni subjek buang air besar di celana ketika subjek berusia 4 tahun, saat kejadian itu subjek sedang bermain bersama temannya. Selain itu, subjek baru berhenti mengompol sekitar usia Sekolah Menengah Pertama (SMP). Menurut Freud (1912b) semestinya pada fase anal, anak harus diajarkan mengenai *toilet training* agar mampu mengelola sirkulasi buang air besar dan buang air kecil. Akibat yang ditimbulkan apabila anak tidak diajarkan toilet training pada usia itu adalah fiksasi yang artinya anak tersebut akan tetap berada dalam fase itu yang berujung pada lemahnya kekuatan subjek dalam meregulasi emosinya.

Faktor penyebab patologis selanjutnya jika dilihat dari sudut pandang psikoanalisis adalah konflik yang berkembang antara libido atau id dengan superego. Hal ini membuat fungsi ego subjek mengalami hambatan sehingga ia tidak mampu untuk menjalankan perannya sebagai pengambil keputusan pada dunia realita. Konflik id dengan superego pertama yang dialami subjek adalah ia melihat ayahnya yang sering memarahi dan berkata kasar dengan ibunya sejak ia duduk di sekolah dasar. Kejadian itu diperkuat dengan pengalamannya melihat ayahnya yang kedapatan menggoda wanita lain sejak ia duduk di Sekolah Menengah Pertama (SMP). Selain itu, subjek pernah dipermalukan oleh teman wanita yang disukainya ketika SMP. Saat itu, subjek menyatakan rasa sukanya kepada gadis berinisial D, namun gadis D menolak dan mentertawakan subjek dengan memperolok dihadapan teman-temannya. Kondisi tersebut membuat subjek menarik diri dari lingkungannya sehingga subjek cenderung menjadi sosok yang penyendiri saat itu. Terlebih, saat itu ia memiliki cita-cita yang terdependam terkait dorongan seksualnya, yakni menginginkan menjadi pekerja seks komersial pria.

Konflik antara id dan superego selanjutnya yang dialami oleh subjek ketika subjek beranjak dewasa adalah ia menyukai teman SMA-nya namun ia tidak berani untuk mengungkapkan. Namun perempuan yang disukainya tersebut memperjelas hubungannya dengan menyuruh subjek mengunjungi orangtuanya. Saat subjek hendak melamar, calon mertuanya menuntut subjek dengan keharusan untuk menjalankan ritual agama dengan baik serta mampu menghafal bacaan-bacaan wirid dan dzikir. Karena tuntutan tersebut subjek menjadi pribadi yang memaksakan menjalankan ibadah dengan berlebihan. Ia menjalankan ritual puasa muthi, yakni ritual puasa dengan hanya makan nasi saja tanpa lauk ketika buka dan saur. Selain itu, ketika malam hari subjek berlama-lama dengan wirid dan dzikir tanpa dibarengi dengan syariat Islam yang benar.

Akibat yang ditimbulkan saat itu subjek mulai mengalami halusinasi pendengaran dan visual, di mana ia mendengarkan adanya bisikan yang menyuruh ia untuk bunuh diri serta ia melihat adanya elang dan macan putih yang senantiasa menjadi teman dia saat sendirian. Walaupun kondisi mental subjek yang sudah sakit, namun

teman SMA-nya itu tetap menerima subjek sehingga mereka berdua menikah. Dari hasil pernikahannya, subjek dikaruniai satu anak perempuan. Namun demikian, perjalanan rumah tangga subjek tidak berjalan dengan mulus, subjek sering selingkuh dengan wanita tuna susila, selain itu pada suatu masa subjek diberhentikan dari pekerjaannya sebagai sales suatu produk sehingga istrinya sering menuntut perkara ekonomi kepada subjek.

Empat tahun menjalani bahtera rumah tangga akhirnya subjek bercerai dengan istrinya. Hal ini menyebabkan subjek merasa kesepian dan gejala skizofrenia yang dideritanya semakin berkembang, hingga memiliki ide untuk melakukan bunuh diri. Menurut Freud (1912b) kondisi konflik antara id dan superego menyebabkan seorang individu mengalami kecemasan. Kecemasan inilah yang mengakibatkan fungsi ego menjadi melemah sehingga tidak bisa menjalankan peran dan fungsi eksekutor terhadap realita. Kondisi ini pada akhirnya menjurus pada munculnya *defence mechanism*, (mekanisme pertahanan diri) artinya subjek berupaya untuk menyeimbangkan antara id dan superego, namun dengan cara-cara yang tidak dapat mengembangkan fungsi ego.

*Defence mechanism* pertama yang dilakukan subjek adalah *represif* atau menahan kemarahan yang ada dalam diri subjek ketika subjek diolok-olok oleh teman SMPnya berinisial D. Akibatnya subjek hingga saat ini sering menghayal tentang sosok D, bahkan ketika subjek melihat wanita cantik maka ia memanggilnya dengan panggilannya "D" seperti nama teman SMP-nya itu. Selain itu, dikarenakan olokan dari D, ia melakukan substitusi, yakni menjadi *kompulsif masturbasi* dengan membayangkan vulgar tentang sosok teman SMP-nya itu yang berinisial D. Lebih lanjut, ia juga mengembangkan mekanisme pertahanan diri *introeksi* pada sosok ayah. Yakni, sejak kecil ia sangat membenci ayahnya, namun tanpa sadar ia tumbuh menjadi sosok ayahnya yang suka selingkuh dan keras kepala. Dari seluruh mekanisme pertahanan diri yang dikembangkan subjek, mayoritas subjek melakukan tindakan *represif* ketika subjek tengah dalam kondisi cemas.

Berdasarkan runtutan kejadian di atas, subjek menjadi orang yang memiliki kehampaan dan kesepian. Perilaku yang muncul apabila subjek tengah mengalami kesepian adalah menangis, bersedih bahkan sampai memiliki ide percobaan bunuh diri.

## Diagnosis dan Prognosis

### Diagnosis

Berdasarkan uraian kasus, hasil asesmen dan rujukan yang ada di *Diagnostic and statistical manual of mental disorders fifth edition* (American Psychiatric Association, 2000), maka dapat ditegakkan diagnosis bahwa subjek memenuhi kriteria diagnostik gangguan skizofrenia 295.90 (F20.9) dengan keinginan untuk melakukan bunuh diri yang di tandai dengan adanya delusi (waham), halusinasi

dan perilaku aneh. Sehingga fokus intervensi adalah untuk menurunkan intensitas atau intensi bunuh diri dalam diri subjek.

### Prognosis

Berdasarkan permasalahan yang dialami subjek maka dapat diperkirakan subjek memiliki prognosa baik, hal ini didasari oleh faktor yang melatar belakangi, yaitu keinginan subjek sembuh dan tidak kembali ke RSJ, meskipun subjek sudah kali keluar masuk RSJ. Subjek juga bersikap kooperatif terhadap terapis sehingga bisa memahami instruksi-instruksi dengan baik. Perubahan ini juga karena adanya kontribusi dan peran keluarga dan perawat yang sangat mendukung intervensi.

### Intervensi

Pada kasus ini, intervensi yang digunakan adalah *art therapy* untuk mengurangi intensi bunuh diri dalam diri subjek. Teknik terapi ini digunakan dengan tujuan agar subjek mampu mengembangkan potensi dalam dirinya. Subjek memiliki hobi menggambar dan dapat menghasilkan gambar yang indah, khususnya dalam menggambar ornament-ornamen. Bahkan ia sempat bekerja dan beraktifitas dalam bidang menghiasi tembok rumah. Namun ia berhenti dari pekerjaan karena bosnya kala itu ketakutan dengan gejala kejiwaan subjek.

Selain sesuai dengan minat pasien, *art therapy* juga dapat membantu membebaskan kecemasan serta alam bawah sadar dalam diri subjek yang dapat terproyeksikan dalam bentuk gambar visual. Fungsi ini berkesesuaian dengan katarsis atau asosiasi bebas. Sehingga pada akhirnya subjek dapat memperoleh insight serta strategi coping yang tepat apabila ia mengalami kesendirian agar tidak memiliki intensi bunuh diri. Hal ini disebabkan karena pola-pola munculnya ide bunuh dalam diri subjek selalu datang ketika subjek berada sendirian di rumah tanpa pendamping.

Dengan dilakukannya *art therapy* maka diharapkan subjek dapat menceritakan kecemasan dan pikiran bawah sadarnya yang ia ilustrasikan dalam sebuah gambar sehingga ia memahami dinamika permasalahannya sehingga intensi bunuh dirinya dapat berkurang.

Intervensi ini berjalan delapan sesi. Dalam pendekatan psikoanalisis, tranferensi adalah variabel penting dalam mendukung kelancaran dan keberhasilan terapi. Sehingga dalam tiap sesinya, terapis selalu berupaya membangun tranferensi sehingga dapat berempati terhadap setiap perasaan emosionalnya.

*Sesi I: Membangun rapport.* Pada sesi ini terapis berusaha membuat subjek nyaman dan percaya kepada terapis agar intervensi tersebut berjalan dengan lancar. Pada sesi ini subjek dan terapis mampu membangun rapport dengan baik terbukti dari bagaimana subjek dengan tidak ragu-ragu menceritakan permasalahannya dan mau menuruti perkataan terapis. Dalam sesi pertama juga terapis

memberi kebebasan kepada subjek untuk menggambar apapun sesuai dengan keinginan dalam benak subjek. Awalnya subjek anti dengan gambar makhluk hidup sehingga dalam sesi-sesi awal ia merasa lebih nyaman dengan menggambar bentuk ornament namun memiliki makna. Pada sesi ini subjek menggambar ornamen berbentuk bulat, nampak seperti kerikil dengan bagian tengah berisi tulisan nama subjek serta tahun 2017 dengan gaya *grafitti*. Di situ subjek menceritakan bahwa makna dari gambar itu berkaitan dengan kehidupan subjek yang seperti kerikil di tahun 2017, ia merasa tak berarti dan lebih memilih untuk tidak melanjutkan hidup.

*Sesi II: Menggambar tema kematian.* Pada sesi ini, subjek tetap menggambar ornamen bukan menggambar makhluk hidup. Dimana kali ini subjek menggambar bentuk prisma yang menyerupai tameng atau pedang namun dengan jumlah yang banyak sehingga menyerupai batu nisan yang banyak. Subjek mewarnai bagian prisma yang berada di luar dengan warna hijau sedangkan bagian prisma yang di dalam dengan warna merah. Menurut subjek, warna merah tersebut menunjukkan darah, sehingga maksudnya adalah subjek lebih baik ditikam oleh pedang hingga menumpahkan banyak darah yang kemudian dikuburkan. Pada akhir sesi subjek menangis dan menceritakan kisah bahagiannya dengan istrinya. Subjek menyatakan bahwa ia belum sanggup melupakan istrinya.

*Sesi III: Menggambar tema kesedihan.* Pada sesi ini subjek sangat meluapkan emosi kesedihannya melalui gambar, sehingga setelah selesai menggambar subjek meminta kertas lagi yang kemudian ia melanjutkan gambarnya. Kejadian itu berulang hingga 4 kali, sehingga dalam sesi ini subjek menggambar sebanyak empat kali. Namun, dari keempat gambar tersebut subjek menggambarkan dengan pola bentuk yang sama, yakni ia menggambarkan bentuk bunga di bagian tengah dengan ornamen- ornamen di bagian sisi. Makna dari keempat bentuk bunga yang ia gambar mengisahkan hal yang sama yakni ia sangat menginginkan kasih sayang yang ia tidak rasakan saat itu. Pada akhir sesi ini subjek akhirnya dapat tenang setelah meluapkan emosi kesedihannya.

*Sesi IV. Menggambar tema kehilangan.* Mirip seperti sesi-sesi sebelumnya, sesi ini subjek kembali menggambar bentuk ornamen. Di mana kali ini pada bagian tengah gambar diberi tulisan "*some girl in my life*" dengan gaya tulisan *grafitti*. Sedangkan pada bagian sisi ia menggambar bentuk bulat dengan corak seperti plester untuk luka. Subjek menceritakan makna daripada gambar ini adalah ia terlalu sering kehilangan sosok wanita dalam hidupnya dan ia juga sering merasakan luka akibat wanita dalam dirinya. Namun ada sedikit perbedaan dalam sesi ini dibandingkan sesi-sesi sebelumnya, yakni ia menginginkan menikah lagi jika ada wanita yang mau dengannya. Hal ini sedikit berbeda dengan sesi sebelumnya yang tidak menunjukkan semangat untuk melanjutkan hidup. Selain itu, menurut

laporan teman sekamarnya, sebelumnya subjek FA sering melakukan kegaduhan setiap harinya seperti berantem dan menangis kencang-kencang, namun pada sesi ini temannya melaporkan bahwa subjek FA berkelakuan baik dan menunggu kedatangan terapis pada malam harinya sebelum terapis melakukan intervensi. Ini menjadi catatan penting dalam perkembangan mental subjek.

*Sesi V: Menggambar tema keluarga.* Subjek mengalami perkembangan pesat dalam sesi ini yang dibuktikan bahwa untuk pertama kalinya subjek menggambar makhluk hidup tanpa paksaan. Padahal pada sesi pertama bertemu terapis subjek mengatakan bahwa ia tidak akan pernah menggambar bentuk orang. Pada sesi ini, subjek menggambar kedua orangtuanya dengan sosok dirinya berada di tengah. Pada gambar tersebut terlihat bahwa kedua orangtua subjek sedang berkonflik dan subjek melerainya. Ia menceritakan bahwa kejadian itu nyata terjadi saat ia kecil. Pada waktu itu ayahnya menggoda wanita lain sehingga ibu subjek marah.

*Sesi VI: Menggambar tema saudara.* Dalam sesi ini subjek menggambar adiknya dengan adik iparnya yang tinggal satu rumah dengan subjek. Di mana dalam gambar tersebut subjek menceritakan bahwa ia dan adiknya saling bermaafan pada saat lebaran, menurut subjek saat itu adalah saat terindah karena suasana kekeluargaan muncul di sana. Adik subjek pun membenarkan adanya kejadian tersebut saat idul fitri.

*Sesi VII: Menggambar tema kehidupan.* Pada sesi ini, kegiatan terapi dilaksanakan di rumah subjek dikarenakan subjek sudah boleh pulang. Hal ini didasarkan karena perkembangan diri subjek yang sudah tidak pernah lagi menangis dan teriak pada malam hari di ruangan bangsal. Pada sesi ini subjek menggambar suasana liburan keluarga. Latar gambar tersebut adalah pantai dan laut di mana terdapat gambar adik-adik subjek. Subjek menceritakan bahwa subjek mengharapkan kejadian itu terjadi yaitu ia beserta adik-adiknya berlibur ke pantai. Pada sesi ini terlihat semangat subjek untuk melanjutkan hidupnya. Ia tampak antusias dalam mengikuti kegiatan terapi.

*Sesi VIII: Menggambar tema kebahagiaan.* Pada sesi ini subjek menggambar suasana ulangtahun adiknya yang kedua. Subjek sudah lama tidak bertemu dengan adiknya. Sehingga apa yang ia gambar merupakan bentuk harapannya agar ia bisa bertemu lagi dengan adiknya. Dalam gambar itu dijelaskan bahwa ia memberikan kado ulang tahun kepada adiknya, dalam kenyataannya keinginan tersebut tidak pernah tercapai oleh subjek. Makna daripada gambar ini adalah ia menginginkan kebahagiaan yang diwujudkan dengan berkumpulnya kembali saudara-saudara subjek.

*Sesi IX: Menggambar tema perencanaan cita-cita dan tujuan.* Pada sesi ini subjek menggambarkan diri subjek yang berhasil menjadi pelukis serta dapat rujuk kembali dengan mantan istrinya. Gambar ini merupakan gambar

yang paling luas yang digambarkan subjek. Pada bagian sisi kanan ia gambarkan bunga-bunga sebagai tanda kebahagiaan. Subjek berharap kedepannya apa yang ia gambar dapat terwujud

*Sesi X: Terminasi.* Sesi ini merupakan sesi terakhir. Ada yang menarik dalam sesi ini, yakni subjek meminta terapis untuk jalan-jalan mengelilingi kota Surabaya sebelum terapis mengakhiri sesi. Subjek Nampak berat untuk mengakhiri kegiatan terapi, namun terapis akhirnya memberi pengertian dan edukasi kepada subjek dan adiknya agar kegiatan menggambarnya terus dilakukan, terutama saat ia ditinggal adiknya bekerja perlu adanya sosok yang dapat mendengarkan subjek bercerita. Untuk itu, terapis meminta bantuan tetangga subjek untuk ikut membantu, khususnya dalam mendengarkan subjek bercerita mengenai gambarnya.

*Sesi XI: Follow up.* Setelah dua minggu pasca intervensi, perkembangan kondisi subjek makin membaik. Hal itu ditandai dengan ia membuka jasa membuat sketsa wajah serta lukisan ornamen untuk tembok rumah atau pajangan rumah. Namun demikian, gejala waham dan halusinasi subjek masih tetap ada, untuk itu terapis memberikaan jadwal subjek untuk rutin minum obat serta kegiatan menggambarnya.

## Hasil dan Pembahasan

### Hasil

Berdasarkan pelaksanaan intervensi yang telah dilakukan, subjek sudah mulai menunjukkan perubahan secara bertahap. Setelah intervensi subjek yang awalnya tidak dapat menghindari intensi bunuh diri dalam benaknya kemudian subjek dapat mengelola pemikiran itu dengan kegiatan menggambar. Segala bentuk represif yang ada di dalam alam bawah sadar subjek dapat tersalurkan dalam kegiatan menggambar. Setelah itu subjek menceritakan hasil karya yang digambarnya kepada terapis. Kegiatan terapi ini juga berhasil menuntun subjek untuk membuat rencana-rencana ke depannya agar subjek produktif menghasilkan uang, seperti subjek membuka jasa pembuatan sketsa wajah.

Untuk menjamin keajegan hasil intervensi, maka kegiatan menggambarpun tak berhenti sampai terminasi terapi selesai. Oleh karena itu, maka terapis pun memberikan edukasi kepada adik subjek, yang dalam hal ini tinggal dengan subjek dalam satu rumah agar tetap menstimulasi kegiatan menggambar subjek dengan memfasilitasi dan mau mendengarkan cerita hasil karya yang digambar subjek. Terutama ketika subjek ditinggal sendiri di rumah dikarenakan adik subjek yang bekerja dari pukul 08.00-14.00. Karena pola munculnya intensi bunuh diri tersebut selalu datang antara jam 08.00-14.00 sebab muncul perasaan kesepian dalam diri subjek. Oleh karena itu, subjek dapat menceritakan hasil karya yang digambarnya kepada tetangga, dalam hal ini terapis memberi edukasi kepada tetangga subjek agar mau

mendengarkan ceritanya tersebut. Sepulang dari kantor, barulah subjek menceritakan karya gambarnya kepada adiknya.

Untuk mengkonfirmasi nilai atau skor intensi bunuh diri subjek pada sebelum intervensi dan sesudah intervensi guna melihat keefektifan *art therapy*, terapis menggunakan instrumen *suicidality intention* (Beck et al., 1979). Yang kemudian diadaptasi oleh terapis agar sesuai dengan bahasa dan budaya subjek sehingga dapat dimengerti maksud setiap itemnya. Skala ini terdiri dari lima dimensi yakni: (1) keinginan mati, (2) durasi dan frekuensi intensi bunuh diri, (3) alasan melakukan bunuh diri, (4) metode dan perencanaan upaya bunuh diri, (5) kontrol dan pencegahan terhadap intensi bunuh diri. Dari kelima dimensi tersebut akan terapis jadikan standar keberhasilan selama proses terapi Berikut ini, terapis uraikan keberhasilan proses terapi yang mengacu pada setiap item skala *suicidality intention*.

### Pembahasan

Perspektif psikoanalisis mengemukakan bahwa pengalaman di masa lalu, khususnya pada rentang usia 0-5 tahun di masa perkembangan psikoseksualnya, konflik libido atau id dengan superego, serta mekanisme pertahanan diri yang dilakukan akibat konflik itu dapat memacu kecesamaan yang berujung kepaas gangguan kejiwaan. Untuk itu perlu mereduksi kecemasan-kecemasan dalam diri individu tersebut dengan cara membebaskan alam bawah sadar dan membentuk suatu kondisi homeostatis atau keseimbangan antara id dan superego. Dalam hal ini, terapi yang berdasarkan asa-asa psikoanalisis sangat berguna untuk penguatan fungsi ego agar antara id dan superego dapat seimbang (Freud, 1912b).

Subjek merupakan individu dengan minat menggambar yang tinggi sehingga penerapan metode psikoanalisis sangat bermanfaat jika berkesesuaian dengan minat subjek tersebut. Oleh karena itu, terapis memilih menggunakan *art therapy* dalam mereduksi kecemasan-kecemasan dalam diri subjek sehingga intensi bunuh diri yang ada dalam benak subjek dapat terminimalisir.

Selain itu, penggunaan teknik transferensi sangat berguna dalam keberhasilan proses terapi. Karena menurut (Freud, 1912b), kunci keberhasilan metode terapi psikoanalisis berada pada proses transferensi yang baik antara terapis dan subjek. Berkaitan dengan itu, maka dalam setiap tema yang digambar subjek terapis mencoba masuk ke dalam dunianya dengan berempati serta mendorong keluarnya alam bawah sadar subjek.

Selain teknik yang digunakan efektif dalam mengurangi intensi bunuh diri dalam diri subjek, faktor lain yang menjadi penyebab keberhasilan terapi ini adalah faktor internal, yakni bersumber dari motivasi klien yang kuat untuk terlibat dan mengikuti intruksi-instruksi yang diberikan terapis dengan baik. Menurut (Corey, 1999) keterlibatan klien dalam proses psikoterapi menjadi faktor utama keberhasilan terapi tersebut. Dari hasil observasi

yang telah dilakukan oleh terapis, klien sangat antusias dan memiliki keterlibatan yang aktif (*joining*) selama proses terapi, sehingga hal inilah yang membuat klien bersemangat untuk melanjutkan hidupnya.

Adapun faktor terakhir menurut terapis yang memperkuat perubahan perilaku klien adalah dukungan dari adik serta adik ipar subjek yang tinggal satu rumah dengan subjek. Selain itu, mereka juga senantiasa terlibat selama proses terapi serta mengikuti instruksi yang diberikan oleh terapis kepadanya untuk mendampingi klien mencapai perubahan yang maksimal, terutama untuk mengurangi keinginan untuk bunuh dirinya. Menurut Corey (1999), dukungan sosial sangat berperan dalam mempengaruhi keberhasilan terapi. Selama proses terapi adik subjek selalu memberikan *feedback* terhadap terapis dalam mendampingi subjek untuk menggambar di rumah, terutama ia mau mendengarkan cerita dari apa yang telah di gambar subjek.

Sehingga dalam pembahasan ini, faktor penggunaan teknik yang sesuai, motivasi internal klien untuk terlibat aktif dalam proses terapi dan juga faktor dukungan sosial menjadi alasan yang kuat terhadap keberhasilan proses pelaksanaan *art therapy* subjek skizofrenia dengan keinginan untuk bunuh diri yang tinggi.

## Kesimpulan

Hasil dari terapi ini menyimpulkan bahwa pemberian teknik *art therapy* efektif dalam mengurangi intensi bunuh diri pada pasien skizofrenia. Selanjutnya kegiatan menggambar yang dilakukan subjek masih terus dilakukan dengan disupervisi oleh adik dan tetangga subjek sehingga subjek tidak merasakan emptiness dan dapat teraktualisasi bakat serta minatnya. Namun demikian, pemberian *art therapy* tidak bisa menghilangkan gejala waham dan halusinasi subjek. Sehingga subjek tetap harus rutin dalam meminum obat yang telah diresepkan oleh dokter.

## Referensi

- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorder*. American Psychiatric Association.
- Blasco-Fontecilla, H., de León-Martínez, V., Delgado-Gomez, D., Giner, L., Guillaume, S., & Courtet, P. (2015). Emptiness and suicidal behavior: An exploratory review. *Acta Psychotherapeutica et Psychosomatica*, 84, 117-119. <https://doi.org/10.1159/000369937>
- Beck, A. T., Maria Kovacs, & Arlene Weissman.(1979). Assessment of suicidal intention: The Scale for Suicide Ideation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 47,(2), 343. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.47.2.343>
- Corey, Gerald. (1999). *Teori dan praktek konseling dan psikoterapi*. PT Refika Aditama.
- Davison, G.C & Neale J.M. (2006). *Psikologi abnormal*. PT. Raja Grafindo Persada.
- Edwards, D. (2004). *Art therapy*. Sage Publishing.
- Feist, J., & Feist, G.J. (2006). *Theories of personality*. Boston
- Freud, S. (1912a). *Recommendations to physicians practising psycho-analysis*. McGraw Hill.
- Freud, S. (1912b). The dynamics of transference. *Classics in Psychoanalytic Techniques*.
- Kearney, C. A., & Trull, T. J. (2012). *Abnormal psychology and life a dimensional approach*. Wadsworth.
- Malchiodi, C. A. (1997). *Breaking the silence: Art therapy with children from violent homes*. Psychology Press
- Radomsky, E. D., Haas, G. L., Mann, J. J., & Sweeney, J. A. (1999). Suicidal behavior in patients with schizophrenia and other psychotic disorders. *American Journal of Psychiatry*, 156(10), 1590-1595. <https://doi.org/10.1176/ajp.156.10.1590>
- Schaverien, J. (2000). *The triangular relationship and the aesthetic countertransference in analytical art psychotherapy*. The changing shape of art therapy: New developments in theory and practice (pp 55-83). Jessica Kingsley.