

PENERAPAN *ART THERAPY* DALAM MENURUNKAN PERILAKU AGRESI PADA ANAK PERIODE *MIDDLE CHILDHOOD* DI PANTI ASUHAN

Riska Wijaya¹ dan Stella Tirta²

¹Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara
Email: riskamarcia wijaya@gmail.com

²Departemen Psikologi, Universitas Tarumanagara
Email: stella.tirta@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku agresi merupakan perilaku baik fisik maupun verbal yang bertujuan untuk menyakiti orang lain. Beberapa metode digunakan untuk menurunkan perilaku agresi yang dilakukan anak pada periode middle childhood, misalnya dengan pendekatan perilaku. Namun, art therapy merupakan pendekatan lain yang juga dapat digunakan untuk membantu menurunkan perilaku agresi pada anak. Art therapy merupakan salah satu jenis dari berbagai jenis terapi yang melibatkan individu dalam aktivitas kreatif dalam bentuk penciptaan karya seni. Dengan art therapy, individu diharapkan dapat membentuk hubungan yang baik dengan lingkungan, mengembangkan diri sendiri dan mengurangi atau menghilangkan perasaan serta perilaku negatif yang ada pada dirinya. Dengan demikian penelitian ini bertujuan untuk melihat seperti apakah penerapan art therapy untuk menurunkan perilaku agresi anak periode middle childhood yang tinggal di panti asuhan. Desain dalam penelitian ini adalah mix method. Dilakukan pre-intervention dengan melakukan tes serta autoanamnesa. Setelah itu sesi intervensi dilakukan sebanyak 6 sesi yang dilakukan terhadap 5 partisipan yang dirujuk panti asuhan memiliki perilaku agresi yang meresahkan. Hasil intervensi menunjukkan bahwa pendekatan art therapy dapat menurunkan agresivitas pada seluruh partisipan yang mengikuti proses intervensi walaupun belum nampak perubahan secara signifikan. Kemudian terjadi perkembangan secara positif pada area lain pada kelima partisipan setelah intervensi dilakukan yaitu dalam perkembangan kepercayaan diri, kesadaran diri dan penyaluran energi/dorongan, keinginan untuk berinteraksi sosial dengan lingkungan serta kemampuan untuk berani tampil dan berdiskusi.

Kata Kunci: *art therapy, agresi, agresivitas, panti asuhan, middle childhood.*

1. PENDAHULUAN

Latar Belakang

Anak-anak usia sekolah dasar atau periode *middle childhood*, umumnya berada dalam proses perkembangan yang berlangsung dengan cepat dalam berbagai aspek, yaitu fisik, emosional, intelektual dan sosial. Pada masa ini anak mulai membangun kerjasama antara teman dan sikap kerja atau belajar (Gunarsa, 2008). Tidak jarang hal ini membuat anak mulai membandingkan diri satu sama lain dan memiliki banyak rasa cemas akan kegagalan serta penilaian teman. Dengan kata lain, anak mulai mendapatkan adanya tuntutan sosial yang mungkin belum pernah mereka dapatkan sebelumnya (Gunarsa, 2008). Hal ini tidak berbeda pula dialami oleh anak-anak periode usia pertengahan yang tinggal di panti asuhan. Anak-anak yang tinggal di dalam panti asuhan memiliki latar belakang berbeda-beda. Berbagai kesulitan hidup yang dirasakan oleh anak-anak tersebut dikarenakan berbagai faktor, misalnya latar belakang keluarga, faktor ekonomi, kemampuan intelektual, atau karena lingkungan tempat tinggal yang kurang mendukung adanya perkembangan secara maksimal. Hal ini dapat mengakibatkan munculnya perkembangan yang mengarah kepada perilaku negatif, salah satunya adalah munculnya perilaku agresi. Perilaku agresi adalah perilaku baik fisik maupun verbal yang bertujuan untuk menyakiti orang lain (Myers, 2002; Schechtman, 2009).

Perilaku agresi yang muncul pada anak usia periode pertengahan dapat menyebabkan berbagai kerugian. Disebutkan oleh Elisabeth (2007), bahwa pada anak-anak yang menunjukkan perilaku agresi biasanya mengalami *lack of social skills*. Hal tersebut disebabkan anak kurang mampu menjalin komunikasi yang baik, mengekspresikan perasaan negatif tanpa menyakiti orang lain, mengatasi konflik tanpa melalui pertengkaran, yang pada akhirnya berdampak pada hubungan

kelompok atau pertemanan yang terbentuk. Akibat lainnya adalah semakin buruknya hubungan sosial anak agresif dengan teman, sehingga akan menghambat proses perkembangan sosial anak di lingkungan tempat tinggalnya (Elisabeth, 2007).

Ekman (2003) berpendapat bahwa agresi dapat menyebabkan adanya dinamika yang tidak berjalan baik dalam komunitas karena merupakan tanda adanya kesulitan dalam penyesuaian diri serta mendorong individu untuk bertikai dengan individu lainnya. Dengan kata lain, dengan karakteristik panti asuhan yang mana terdapat banyak sekali anak asuh atau anak binaan maka hal ini dapat mengakibatkan adanya pertikaian yang membuat kekacauan dalam dinamika panti asuhan. Perilaku agresif yang dimiliki seseorang sejak masa anak-anak dapat terus menetap dalam diri hingga seseorang itu beranjak dewasa jika tidak mendapat penanganan yang baik (Ningsih, 2008). Oleh sebab itu, pembentukan perkembangan diri yang positif merupakan hal penting yang harus dipersiapkan sejak dini.

Perilaku agresi dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Shechtman (2009) terdapat empat faktor yang menyebabkan perilaku agresi. Faktor yang pertama adalah faktor biologis, genetik, dan temperamen. Faktor kedua adalah cara didik keluarga. Faktor ketiga adalah pengaruh sosial, termasuk sistem sosial secara mikro dan makro. Pada level makro terdapat aturan-aturan dan norma budaya dari lingkungan sekitar. Misalkan pada budaya yang menuntut anak untuk laki-laki untuk lebih agresif. Sedangkan level mikro meliputi teman-teman dan lingkungan misalnya di sekolah. Anak belajar norma yang terdapat di dalam lingkungannya sehingga anak bertindak sama agar dirinya dapat diterima oleh teman-temannya. Ketika norma yang ada mendukung perilaku agresi, maka anak yang tadinya kurang agresif cenderung menjadi lebih agresif (Shechtman, 2009). Faktor yang keempat adalah kesulitan belajar. Anak yang mengalami kesulitan belajar cenderung memiliki kesulitan sosial, kesepian dan kesulitan dalam memproses informasi yang ada dan dalam mengontrol perilaku. Hal ini membuat adanya kecenderungan yang lebih tinggi untuk anak menjadi lebih agresif (Shechtman, 2009).

Panti Asuhan X merupakan panti asuhan khusus laki-laki. Dengan budaya pertemanan laki-laki, anak terbiasa bermain dengan melakukan aktifitas fisik seperti bermain bola, bulutangkis, dan tinju. Tidak jarang bentuk agresi terhadap teman lain mereka anggap sebagai suatu hal yang lumrah, misalnya saja saat anak yang berusia lebih besar memukul, menendang atau menghina anak yang berusia lebih kecil karena melakukan kesalahan dalam bermain. Atau agresi terhadap teman sebaya yang melakukan kesalahan saat membuat pekerjaan rumah (PR) atau karena sekedar menghina kekurangan atau kesalahan temannya sehingga menyakiti temannya. Untuk menyesuaikan diri terhadap norma atau budaya panti asuhan maka anak belajar untuk melakukan hal yang sama misalnya dengan memukul atau menggunakan kata-kata kekinian berupa hinaan yang digunakan teman-temannya, yaitu kata-kata “Anjing”, “Kampret”, “Bego”, “Tolol”, “Sialan”, “serta kalimat ancaman yaitu “Gue tonjok lu”, “Lu Bego banget sih, gabooleh main lagi besok”. Olokan juga menjadi hal biasa dimana anak sering mengatakan “Lu kan ga bisa baca”, “Lu kan gabisa nulis” kepada temannya sehingga membuat individu lain marah ataupun menjadi kurang percaya diri.

Agresivitas yang tinggi dapat menjadi salah satu masalah psikologis yang membutuhkan penanganan melalui proses terapi, salah satunya adalah *art therapy*. *Art therapy* adalah bentuk psikoterapi yang menggunakan media seni, material seni dengan pembuatan karya seni untuk berkomunikasi. Media seni yang digunakan dapat berupa pensil, kapur berwarna, pensil warna, cat, potongan kertas, krayon, dan *clay* (Malchiodi, 2003). Bentuk-bentuk kegiatan dalam *art therapy* dapat bervariasi, antara lain menggambar, melukis, kolase, mengkonstruksi, *printmaking*,

dan sebagainya (Rubin, 2005). Menurut Malchiodi (2003), tugas menggambar yang spesifik dapat membantu anak untuk menggambarkan pengalaman emosi anak dengan tujuan untuk melakukan *reframing* emosi negatif dan pikiran anak. Terlebih lagi, *art therapy* dapat membantu anak untuk mengelola emosi, khususnya kemarahan. Pada anak-anak, *art therapy* juga dapat menjadi sarana untuk mengekspresikan harapan-harapan secara simbolik, mengendalikan impuls, mengekspresikan perasaan dan kebutuhan, dan menciptakan kembali proses interpersonal dan hubungan tanpa mengalami konsekuensi yang menakutkan atau pembalasan dari lingkungan (Rubin, 2005). Dengan demikian, penulis tertarik untuk mengkaji lebih lanjut mengenai penerapan *art therapy* dalam menurunkan perilaku agresi pada anak *middle childhood* di panti asuhan X.

Rumusan Masalah

Apakah *art therapy* dapat menurunkan perilaku agresi pada anak periode *middle childhood* yang tinggal di panti asuhan?

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan *art therapy* kepada anak-anak di Panti asuhan untuk menurunkan perilaku agresi baik secara verbal ataupun fisik.

2. METODE PENELITIAN

Partisipan

5 orang partisipan yang merupakan rujukan dari pihak panti asuhan, yaitu R, B, D, BH dan J. Partisipan berada dalam periode usia pertengahan (*middle childhood*) yaitu berusia antara 6-11 tahun. Pihak panti asuhan mengeluhkan perilaku agresi kelima partisipan yaitu berupa tindakan agresi baik fisik (memukul, menendang, mendorong) dan verbal (mengolok, menghina, berkata kasar).

Perilaku kelima partisipan ini mengganggu dari sisi sering membuat gaduh dan timbulnya pertengkaran antara satu sama lain. Hal ini membuat pengasuh kewalahan karena membutuhkan tenaga ekstra untuk mendidik anak yang jumlahnya banyak serta menjadi penengah konflik. Terkadang partisipan mengganggu teman lain sehingga tugas sekolah lambat diselesaikan karena adanya pertengkaran. Saat waktu belajar dan makan partisipan menunjukkan sikap yang terkadang sulit diatur dan tidak mendengarkan arahan pengasuh. Selain itu kelima anak ini menunjukkan perilaku yang berbeda saat belajar. D jarang mengikuti aktifitas di dalam kelas dan lebih suka bermain dengan berlari-lari di luar kelas selama jam pelajaran. R dan J tidak konsentrasi saat belajar dan banyak berbicara serta mengganggu atau mengusili teman-teman yang duduk di dekatnya. Hal ini membuat pekerjaan sekolah mereka lambat selesai sehingga harus mendapat jam belajar tambahan dan menimbulkan pertengkaran. B dan BR banyak bermain dengan mengganggu teman di sebelah tempat duduknya sehingga pekerjaan mereka terbengkalai dan berujung mencontek serta timbulnya pertengkaran baik verbal maupun fisik.

Setting dan perlengkapan

Pemberian intervensi dilakukan di panti asuhan X di Jakarta Selatan, tepatnya intervensi dilakukan di ruang guru yang kosong dan tidak digunakan. Perlengkapan yang dibutuhkan dalam melakukan kegiatan intervensi ini antara lain buku gambar A3, spidol, pensil warna, crayon, lilin buatan, pensil, pulpen, penghapus, penggaris, gunting, dan kertas karton. Intervensi ini dilakukan selama ± 60 menit.

Persiapan dan prosedur penelitian

Sebelum melakukan penelitian, penulis melakukan wawancara kepada kepala yayasan panti asuhan untuk menyesuaikan kriteria penelitian dalam menemukan partisipan yang sesuai. *Informed consent* diberikan kepada kepala yayasan panti asuhan dan lembar biodata diberikan oleh panti asuhan kepada penulis. Setelah mendapatkan 5 partisipan yang memenuhi kriteria penelitian, penulis kemudian melakukan *pre-intervention* dengan melakukan wawancara dan observasi (*autoanamnesa*) kepada kelima partisipan untuk memahami bentuk agresi yang dilakukan partisipan.

Tes *Coloured Progressvie Matrices* (CPM) dilakukan untuk melihat kapasitas intelegensi tiap partisipan. Setelah itu penulis melihat aspek/indikasi agresi yang nampak pada anak melalui tes grafis yaitu dengan meminta anak menggambar tes *Draw a Man* (DAM). Demikian pula setelah intervensi selesai dilakukan (*post-intervention*), kelima partisipan kembali akan melakukan *autoanamnesa* dan tes grafis (DAM) untuk mengevaluasi adanya penurunan agresifitas yang dialami oleh masing-masing subyek. Intervensi yang akan dijalankan berjumlah 6 sesi, dimana masing-masing sesi berlangsung selama ± 60 menit.

Desain penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *mixed method* dengan menggabungkan metode penelitian secara kuantitatif dan kualitatif dalam satu penelitian. Penelitian ini menggunakan *pre-intervention* dan *post-intervention* sebagai analisa untuk mengetahui perbandingan hasil sebelum dan sesudah pemberian intervensi.

Pengukuran

Pre-intervention dilakukan dengan melakukan *autoanamnesa* kepada kelima partisipan dan melakukan tes DAM untuk melihat aspek atau indikasi agresivitas yang ditunjukkan kelima partisipan.

Intervensi

Intervensi yang akan dijalankan berjumlah 6 sesi, di mana masing-masing sesi berlangsung sekitar ± 60 menit. Intervensi yang digunakan dalam kelompok ini menggunakan pendekatan *art group therapy*. Sesi akan dilakukan sebanyak 6 sesi yang dilakukan sebanyak tiga kali dalam satu minggu. Tahapan yang akan dilakukan pada saat terapi menurut Landgarten (1981) adalah (a) pengenalan dan *warm-up*, yaitu dengan membuat karya seni bebas, tahap ini juga dapat menjadi aktivitas untuk menyesuaikan diri satu sama lain dalam lingkungan dan orang-orang yang baru, saling mengenal lebih dalam satu sama lain, (b) *recalling event*, mencoba membuka kembali ingatan tentang kejadian yang telah dialaminya, kemudian mengungkapkan perasaan terhadap kejadian tersebut; (c) *emotional expression and issues*, mencoba mengungkapkan emosi-emosi yang selama ini terpendam dalam diri partisipan, seperti kecemasan, ketakutan, kesedihan, kemarahan dan lain-lain; (d) *restitution*, menyadari permasalahan dan kenyataan yang terjadi, mencari jalan keluar untuk mengatasi permasalahan tersebut; (e) *termination*, penghentian terapi.

Tabel 1.
Prosedur Intervensi

Tahap	Treatment	Tujuan	Teknik
1. Perkenalan dan Warm-up	<i>Introduction, ice breaking dan tujuan</i>	Partisipan mengenal <i>group leader</i> dan <i>co-leader</i> serta partisipan lain	Melakukan <i>ice breaking</i> berupa permainan bola perkenalan.
	Menggambar bebas	Menjelaskan alasan pertemuan dan gambaran intervensi, serta peraturan kelompok.	Mengajak partisipan untuk mendiskusikan peraturankelompok
	Penutup	Mengekspresikan ide, perasaan atau pemikiran partisipan secara bebas.	Partisipan menggambar dengan tema bebas. Setelah itu menceritakan isi gambar dan menjawab jika ada pertanyaan yang diberikan oleh <i>group leader</i> .
2. <i>Recalling Event</i>	Mengungkapkan berbagai emosi atau perasaan yang ada pada diri mereka.	Memastikan bahwa setiap partisipan menangkap makna dari sesi yang dilakukan pada hari ini, dan juga membantu setiap partisipan mendapatkan pemahaman yang sama dengan partisipan lainnya mengenai tujuan intervensi pada hari ini	Meminta kepada para partisipan untuk menyebutkan apa saja pembelajaran yang di dapat pada sesi pertama. Setelah itu <i>group leader</i> merangkum dari semua jawaban yang sudah diberikan oleh para partisipan.
		Untuk mengetahui dan mengenal berbagai emosi atau perasaan yang ada pada diri mereka.	Partisipan diminta untuk menggambar berbagai macam emosi yang ada serta memilih emosi apa yang sering muncul pada diri mereka. Setelah itu <i>group leader</i> akan memberikan pertanyaan terkait dengan gambar.
3. <i>Emotional Expressio n Issues</i>	Untuk mengekspresikan emosi atau perasaan diri mereka melalui gambar mandala	Partisipan menyadari emosi negatif yang mereka miliki dan mampu mengubah emosi negatif menjadi emosi positif melalui gambar	Partisipan diminta untuk menggambar diri mereka dalam bentuk sebuah lingkaran.
		Partisipan mengungkapkan emosi negative dan mengubahnya menjadi emosi positif	Partisipan diminta untuk menggambar emosi negatif yang mereka miliki pada sebuah kertas berhubungan dengan emosi yang telah mereka ketahui pada sesi sebelumnya. Setelah itu partisipan boleh menceritakan emosi negatif apa yang ada pada diri mereka, misalnya: takut, sedih, marah, dan sebagainya. Partisipan kemudian diminta untuk membuat gambar dalam mencegah emosi negatif yang mereka miliki.
4. <i>Emotional Expressio n Issues</i>	Membuat figure dengan lilin/clay	Mengekspresikan emosi yang ada pada diri.	Partisipan diminta untuk menggambar emosi negatif yang mereka miliki pada sebuah kertas berhubungan dengan emosi yang telah mereka ketahui pada sesi sebelumnya. Setelah itu partisipan boleh menceritakan emosi negatif apa yang ada pada diri mereka, misalnya: takut, sedih, marah, dan sebagainya. Partisipan kemudian diminta untuk membuat gambar dalam mencegah emosi negatif yang mereka miliki.
5. <i>Restitution</i>	Membuat topeng wajah	Partisipan mampu mengekspresikan <i>inner self</i> dalam bentuk yang membuat mereka nyaman.	Partisipan diminta untuk membuat figure bebas dengan lilin yang telah disediakan dan menceritakan figur yang telah mereka buat.
	Memberikan <i>feedback</i> positif	Membuat partisipan saling memberikan dukungan positif bagi temannya.	Partisipan diminta untuk membuat topeng wajah dari piringan kertas dan karet dan memperagakan diri dengan topeng tersebut. Menuliskan 3 kata positif untuk masing-masing teman di lembar kertas yang telah tersedia dan menempelkannya di punggung temannya.
6. <i>Termination</i>	Evaluasi tujuan partisipan	Melihat manfaat yang diperoleh partisipan dari sesi terapi yang telah dilalui.	Partisipan diminta untuk membuat topeng wajah dari piringan kertas dan karet dan memperagakan diri dengan topeng tersebut. Menuliskan 3 kata positif untuk masing-masing teman di lembar kertas yang telah tersedia dan menempelkannya di punggung temannya.

<i>Scaling</i>	Menyadari seberapa besar agresivitas yang dialami	Partisipan diminta untuk menunjuk gambar angka 1-5, angka 1 untuk lambang agresivitas yang sangat kecil dan angka 5 untuk lambang agresivitas yang sangat besar
<i>Post test</i>	Tes Grafis	Meminta partisipan untuk menggambar tes grafis DAM.
Penutup	Memastikan bahwa setiap partisipan menangkap makna dari sesi yang dilakukan pada hari ini, dan mengakhiri sesi dari intervensi kelompok	Meminta kepada para partisipan untuk menyebutkan apa saja pembelajaran yang di dapat pada sesi keenam. Setelah itu <i>group leader</i> merangkum dari semua jawaban yang sudah diberikan oleh para partisipan. <i>Group leader</i> mengucapkan terimakasih atas partisipasi dan kerjasama dari para partisipan selama ini.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penerapan *art therapy* berdasar pada tujuan agar individu mampu mengekspresikan harapan-harapan secara simbolik, mengendalikan impuls, mengekspresikan perasaan dan kebutuhan, dan menciptakan kembali proses interpersonal dan hubungan tanpa mengalami konsekuensi yang menakutkan atau pembalasan dari lingkungan (Rubin, 2005). Selain itu, menurut Malchiodi (2003), proses pelaksanaan *art therapy* juga dapat membuat individu memahami emosi negatif seperti kecemasan dan rasa marah yang dialaminya sehingga diharapkan dapat mengatasinya dengan cara yang positif. Dengan rancangan yang telah dibuat, kelima subjek diharapkan dapat lebih mampu mengenal diri dan lingkungannya serta mampu menghayati emosi dan dorongan dalam diri. Tiap subjek diminta untuk mengungkapkan emosi apa yang paling sering muncul di dalam diri, emosi apa yang mereka sukai dan tidak sukai. Dari diskusi yang dilakukan setelah gambar selesai dibuat, nampak tiap subjek menyadari bahwa emosi yang dimiliki berbeda-beda dan mereka menjadi mampu mengungkapkan emosi yang mereka rasakan saat itu. Subjek B merasakan amarah, subjek R merasakan kekhawatiran, subjek J dan BR merasakan rasa senang. Setiap subjek menjadi mampu merefleksikan diri, disaat apa emosi tersebut muncul, apa penyebabnya, dan bagaimana cara mengatasinya. Proses *art therapy* sendiripun telah menjadi suatu bantuan mengatasi emosi negatif dan mengubahnya ke dalam bentuk yang dapat diterima. Aktifitas menggambar dan berkreasi mampu menjadi media untuk pengungkapan impuls diri terutama emosi dan perasaan negatif manusia (Malchiodi, 2003).

Berdasarkan analisa terhadap hasil tes *Draw a Man* yang telah dibuat oleh setiap peserta sebelum dan setelah dilakukan intervensi, dapat disimpulkan bahwa subjek D, B dan BH agresivitas masih nampak, namun terdapat penurunan agresivitas dan kemajuan perkembangan dalam perkembangan lain yaitu dalam kepercayaan diri, kesadaran diri dan penyaluran energi/dorongan. Pada subjek R dan J menunjukkan adanya penurunan agresivitas serta perkembangan dalam kemampuan lain yaitu keinginan untuk berinteraksi sosial dengan lingkungan serta kemampuan untuk berani tampil dan berdiskusi.

Tabel 2.
Hasil Analisa Intervensi

Partisipan	Hasil
R	Intervensi yang diberikan memberikan dampak terhadap penurunan agresivitas pada R namun tampak terdapat aspek kecemasan pada R. Menurut R, emosi negatif yang ia rasakan yaitu rasa marah hanya ia lakukan jika ia dijahili oleh temannya. Selama sesi, R sangat jarang mengeluarkan kata-kata kasar dan hanya sekedar mengikuti apa yang dikatakan temannya. R juga merupakan anak yang datang tepat waktu dan mendengarkan instruksi yang diberikan dengan seksama. Perubahan pada R nampak pada keinginannya untuk lebih terlibat secara aktif berdiskusi dan mengungkapkan emosi

B	Agresivitas masih nampak pada B, namun demikian terjadi penurunan intensitas agresivitas. B juga semakin baik dalam berperilaku dimana B berusaha untuk menuruti peraturan dan tidak membuat kesalahan selama sesi intervensi berlangsung. Sebelumnya B masih mengatakan kata-kata kasar dan bersikap marah terhadap terhadap BH karena mengejeknya, namun rasa marah ini dapat dibatasi seiring berjalannya sesi dan lebih berfokus kepada hasil karya. Dapat disimpulkan bahwa intervensi yang dilakukan memberikan dampak yang lebih positif terhadap B.
D	Agresivitas masih nampak pada D walaupun D menjadi lebih mampu mampu untuk menyalurkan energi/dorongan secara lebih stabil setelah intervensi diberikan. D juga semakin baik dalam berperilaku dimana D berusaha untuk menuruti peraturan dan tidak membuat kesalahan. Sebelum intervensi perilaku agresif dapat dilakukan D tanpa adanya stimulus namun setelah intervensi dilakukan, perilaku agresif D cenderung merupakan bentuk agresi reaktif terhadap stimulus yang ditimbulkan orang lain kepadanya. Dapat disimpulkan bahwa intervensi yang dilakukan memberikan dampak yang lebih positif terhadap D.
BH	Agresivitas masih nampak pada BH namun setelah intervensi dilakukan, BH cenderung menunjukkan rasa percaya diri yang lebih tinggi. BH juga menunjukkan keinginan untuk berinteraksi dengan lingkungan walaupun masih memiliki hambatan. Selama intervensi berlangsung BH menunjukkan perilaku sering mengganggu teman seperti memberikan komentar negatif terhadap hasil karya teman dan mengambil barang milik teman tanpa ijin. Walau demikian, BH menunjukkan adanya perubahan yakni dengan kesadaran yang lebih tinggi terhadap perilakunya yang merugikan orang lain atau tidak mengikuti aturan serta mulai dapat meminta maaf kepada orang lain tanpa perlu diingatkan. Dapat disimpulkan bahwa intervensi yang dilakukan memberikan dampak yang lebih positif terhadap BH.
J	Intervensi yang diberikan memberikan dampak terhadap penurunan agresivitas pada J serta meningkatkan keinginan untuk berinteraksi dengan lingkungannya. Berdasarkan hasil observasi selama intervensi berlangsung, J merupakan anak yang bertanggung jawab, selalu datang tepat waktu, dan mulai menunjukkan sikap <i>leadership</i> dengan mengarahkan teman-temannya mengikuti aturan. Sebelumnya J merupakan anak yang kerap kali memukul dan menghina teman karena jahil, terutama pada anak yang usianya lebih muda. Dapat disimpulkan bahwa intervensi yang dilakukan memberikan dampak yang lebih positif terhadap J.

Perubahan dalam tes grafis yang dapat dilihat secara jelas adalah perubahan tekanan dalam menggambar dan dihilangkannya *item* atau objek yang menunjukkan aspek agresi seperti pisau dan senjata tajam. Hal ini terlihat pada gambar yang ditampilkan subjek R, B dan J dimana objek pisau yang ada pada gambar tidak nampak. Selain itu, intervensi kelompok ini juga bermanfaat bagi para peserta dengan adanya perubahan perilaku yang menjadi lebih positif seperti seperti pada D yang menjadi berusaha untuk mentaati peraturan yang berlaku dan lebih mampu untuk menyalurkan energi/dorongan diri. Perkembangan pada J terlihat dalam menumbuhkan sikap tanggung jawab dan keinginan untuk berinteraksi dengan lingkungannya. B dan R kemudian mendapat manfaat untuk berani tampil dan mengungkapkan pendapat serta BH dalam bersikap lebih percaya diri, meningkatkan kesadaran diri, bersikap sopan terhadap pemeriksa dan meminta maaf kepada teman apabila melakukan kesalahan tanpa perlu diingatkan orang lain.

Penerapan *art therapy* ini juga bermanfaat terhadap relasi antara kelima partisipan. Relasi antara kelima partisipan tersebut mengalami perubahan ke arah yang positif. Mereka dapat lebih mudah diarahkan, kooperatif mengikuti sesi dan toleran terhadap satu sama lain. Pada saat teman lain berbuat kesalahan, maka mereka akan saling mengingatkan untuk mentaati peraturan. Begitu juga nampak adanya pujian terhadap hasil karya teman yang dianggap bagus atau indah.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa manfaat yang diperoleh dari penerapan *art therapy* ini adalah adanya penurunan perilaku agresi terhadap kelima partisipan serta terdapat perkembangan positif lain yang didapatkan setelah pelaksanaan penerapan *art therapy* berlangsung yaitu dalam perkembangan kepercayaan diri, pemahaman diri, tanggung jawab penyaluran energi/dorongan, keinginan untuk berinteraksi sosial dengan lingkungan serta kemampuan untuk berani tampil dan berdiskusi.

Hal ini dapat menjadi pendukung dari penelitian-penelitian sebelumnya yang mengatakan adanya hubungan yang positif antara *group art therapy* dengan kemampuan sosial. Mishna dan Muskat (2004), mempelajari empat sekolah yang terdiri dari empat sampai enam kelompok pada masing-masing sekolah, semuanya mendapat intervensi langsung dengan tujuan meningkatkan kemampuan sosial disertai dengan adanya konseling terhadap guru, orangtua dan anggota kelompok. Epp (2008) dalam penelitiannya juga meneliti hal yang sama, hasilnya penggunaan *group art therapy* secara efektif mampu meningkatkan kemampuan sosial siswa sehingga meningkatkan hubungan keakraban yang baik di lingkungan sekolah. Hal ini menjadikan meningkatnya kerja sama yang positif pada anggota kelompok dan menurunnya perilaku negatif seperti perundungan dan agresi (Epp, 2008). Hasil tersebut menunjukkan pada penggunaan *art therapy* berfungsi efektif dilakukan dalam suatu komunitas lain selain sekolah, yaitu komunitas panti asuhan.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Intervensi kelompok dengan menggunakan pendekatan *art therapy* dapat menurunkan agresivitas pada seluruh partisipan yang mengikuti proses intervensi walaupun belum nampak perubahan secara signifikan. Meski demikian terjadi perkembangan secara positif pada area lain pada kelima partisipan setelah intervensi dilakukan yaitu dalam perkembangan kepercayaan diri, kesadaran diri dan penyaluran energi/dorongan, keinginan untuk berinteraksi sosial dengan lingkungan serta kemampuan untuk berani tampil dan berdiskusi. Penurunan agresivitas dapat dilihat dari hasil tes grafis *Draw a Man*, observasi yang dilakukan selama proses intervensi berlangsung serta wawancara yang dilakukan setelah intervensi berlangsung.

Saran

Saran untuk panti asuhan. Pihak panti dapat mengadakan aktivitas kelompok secara rutin, misalkan dalam satu minggu satu kali dengan tema-tema yang bervariasi. Sebagai contoh, tema kepedulian, kejujuran, keberanian, dan sebagainya dengan cara diskusi, permainan, pelatihan, atau yang lainnya. Selanjutnya dapat dilakukan konseling rutin kepada masing-masing anak secara rutin, misalkan satu bulan sekali dengan tujuan mengajarkan anak untuk menyampaikan permasalahan atau perasaan yang sedang ia rasakan untuk mengurangi perilaku yang tidak diinginkan.

Saran untuk partisipan. Partisipan dapat melakukan aktivitas bersama di waktu senggang, misalnya bermain bersama, menggambar, atau berolah raga bersama yang melibatkan kerja sama untuk mengurangi agresivitas yang dimiliki mereka. Aktivitas dapat juga berupa kegiatan yang dapat mengungkapkan perasaan mereka satu sama lainnya agar setiap anak mampu mengetahui perasaan masing-masing temannya. Selanjutnya, apabila pengasuh atau guru memberikan hukuman kepada kelima partisipan terkait dengan perilaku agresi yang dilakukan, hendaknya kelima partisipan diberikan alasan atau nasihat mengenai dampak dari perilaku yang mereka lakukan kepada orang lain.

Saran untuk peneliti selanjutnya. Apabila penelitian serupa akan dilakukan dapat disarankan untuk menambah sesi terapi agar partisipan lebih memperoleh kesempatan yang lebih banyak untuk melalui proses intervensi sehingga hasil yang diperoleh dapat lebih signifikan. Selanjutnya diharapkan dapat membuat jadwal dengan jarak yang tidak terlalu dekat misalkan paling sedikit lima hingga tujuh hari antar sesi, sehingga partisipan dapat lebih menginternalisasi nilai-nilai yang diperolehnya.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada panti asuhan yang sudah memberikan izin dan kesempatan untuk melakukan penelitian, khususnya kepada kepala panti asuhan dan para pengasuh yang juga berperan sebagai pengajar untuk meluangkan waktu dalam kegiatan pengumpulan data, memberikan izin tempat pelaksanaan intervensi, dan mengizinkan partisipan untuk mengikuti kegiatan intervensi.

REFERENSI

- Ekman, P. (2003). *Emotion Revealed*. NY: Henry Holt and Company.
- Elisabeth, M. P. (2007). Pendidikan karakter dan perilaku agresif siswa TK. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 22(3), 237-250.
- Epp, K. M. (2008). Outcome-based evaluation of a social skills program using art therapy and group therapy for children on the autism spectrum. *Journal of Children & Schools*, 30(1), 26-37.
- Gunarsa, S. D. (2008). *Psikologi anak: Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Landgarten, H.B. (1981). *Clinical Art Therapy A Comprehensive Guide*. NY: Bruner/Mazel publishers.
- Malchiodi, C. (2003). *Handbook of art therapy*. NY: Guilford Press.
- Mishna, E, & Muskat, B. (2004). School-based group treatment for students with learning disabilities: A collaborative approach. *Journal of Children & Schools*, 26(1), 135-150.
- Myers, D.G. (2002). *Social psychology*, (7th ed.). NY: McGraw Hill.
- Ningsih, I. G. (2008). *Token ekonomi untuk menurunkan perilaku agresif pada anak usia prasekolah* (thesis tidak diterbitkan). Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Rubin, J. A. (2005). *Artful Therapy*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Schechtman, Z. (2009). *Treating child and adolescent aggression through bibliotherapy*. NY: Springer.