

GROUP ART THERAPY UNTUK MENINGKATKAN SELF-ESTEEM REMAJA DI LPKA TNG

Eviana Misty¹ dan Stella Tirta²

¹Program Studi Psikologi Profesi Jenjang Magister, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: eviana.717162002@stu.untar.ac.id

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

Masuk : 03-05-2019, revisi: 26-04-2020, diterima untuk diterbitkan : 26-04-2020

ABSTRACT

Adolescence is a transitional period between childhood and adulthood which is marked by physical and psychological changes, the desire to be free from authority, curiosity, the search for self-identity, and the formation of peer groups, and therefore, adolescence is an important period for the development of self-esteem. There are several psychological impacts experienced by adolescents in LPKA (Lembaga Pembinaan Khusus Anak), one of which is low self-esteem. One way to increase self-esteem is to use art therapy. This study was conducted in TNG LPKA on 6 adolescents known as AR, SJ, MR, TA, PA, and AN who showed low self-esteem. Group interventions were conducted using group art therapy for eight sessions. This study uses semi-structured interviews, as well as the Draw-a-Person test, the BAUM test, and the Wartegg Zeichen Test; which were analyzed to obtain a comparative picture of self-esteem before and after group intervention. Based on the results of observations, Draw-a-Person and BAUM tests, an increase in self-esteem in the six participants was found, as well as attitudes and activeness in the group. The results of the Wartegg Zeichen Test differ for each participant. These results indicate that group art therapy is quite effective in increasing adolescent self-esteem in TNG LPKA.

Keywords: *art therapy, self-esteem, adolescents, juvenile detention center*

ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak dan menuju ke masa dewasa yang ditandai dengan timbulnya perubahan fisik dan psikis, keinginan bebas dari kekuasaan, rasa ingin tahu, mencari dan menemukan identitas diri, serta pembentukan kelompok sebaya, sehingga pada masa remaja merupakan masa yang penting dalam perkembangan self-esteem. Terdapat beberapa dampak psikologis yang dialami remaja berada di LPKA (Lembaga Pembinaan Khusus Anak), satu diantaranya adalah self-esteem yang rendah. Salah satu cara untuk meningkatkan self-esteem adalah dengan menggunakan art therapy. Penelitian ini dilaksanakan di LPKA TNG terhadap 6 remaja dengan inisial AR, SJ, MR, TA, PA, dan AN yang menunjukkan indikasi self-esteem yang rendah. Intervensi kelompok dilakukan dengan menggunakan group art therapy selama delapan sesi. Penelitian ini menggunakan wawancara semi terstruktur, serta tes Draw-a-Person, tes BAUM, dan Wartegg Zeichen Test; yang dianalisis untuk mendapatkan gambaran perbandingan self-esteem sebelum dan sesudah pemberian intervensi kelompok. Berdasarkan hasil observasi dan tes Draw-a-Person serta BAUM, ditemukan peningkatan self-esteem pada keenam partisipan baik dari perubahan tingkat self-esteem serta dari sikap dan keaktifan dalam kelompok. Perbedaan hasil Wartegg Zeichen Test berbeda-beda dari setiap partisipan. Hasil tersebut menunjukkan group art therapy cukup efektif untuk meningkatkan self-esteem remaja di LPKA TNG.

Kata Kunci: *art therapy, self-esteem, remaja, lembaga pembinaan khusus anak*

1. PENDAHULUAN

Latar Belakang

Masa remaja adalah masa yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak dan menuju ke masa dewasa yang ditandai dengan timbulnya perubahan fisik dan psikis, keinginan bebas dari kekuasaan, rasa ingin tahu, mencari dan menemukan identitas diri, pembentukan kelompok sebaya dan sebagainya, sehingga pada masa remaja merupakan masa yang penting dalam perkembangan *self-esteem*. Pada masa ini juga seseorang akan mengenali dan mengembangkan seluruh aspek dalam dirinya, sehingga menentukan apakah remaja akan memiliki *self-esteem* yang positif atau negatif. Perkembangan

self-esteem pada seorang remaja akan menjadi salah satu hal yang menentukan keberhasilan maupun kegagalan di masa mendatang.

Arifin (2007 dikutip dalam Kusuma, 2015) menjelaskan bahwa terdapat beberapa dampak psikologis yang dialami remaja di LPKA, yaitu kehilangan identitas diri, kehilangan rasa aman, kehilangan kemerdekaan, terbatasnya komunikasi, kehilangan pelayanan karena remaja dituntut mandiri dan mengurus dirinya sendiri, kehilangan rasa aman dan kasih sayang bersama keluarga, kehilangan harga diri dan kepercayaan diri. Hal-hal tersebut menyebabkan kondisi psikologis seperti perasaan jiwa yang tertekan, merasa takut, menjadi pemurung, pemalas, kurang bergairah mengikuti program-program pembinaan, mudah marah, *self-esteem* rendah, serta kurang mantap dalam bertindak akibat kurang percaya diri.

Menurut Rosenberg (1965), *self-esteem* merupakan suatu evaluasi positif ataupun negatif terhadap diri sendiri (*self*). Dengan kata lain *self-esteem* adalah bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri. *Self-esteem* adalah sikap positif atau negatif seseorang akan dirinya secara keseluruhan. *Self-esteem* juga dapat berhubungan dengan dimensi spesifik, seperti kemampuan akademik, kecakapan sosial, dan penampilan fisik. *Self-esteem* dipandang sebagai salah satu aspek penting dalam pembentukan kepribadian seseorang. Apabila seseorang tidak dapat menghargai dirinya sendiri, maka akan sulit baginya untuk dapat menghargai orang-orang di sekitarnya. Dengan demikian *self-esteem* merupakan salah satu elemen penting bagi pembentukan konsep diri seseorang, dan akan berdampak luas pada sikap dan perilakunya.

Klass dan Hodge (dalam Ghufroon & Risnawita, 2011) menjelaskan mengenai *self-esteem* yang merupakan hasil dari evaluasi yang dibuat dan dipertahankan oleh individu, yang diperoleh dari hasil interaksi individu dengan lingkungan, serta penerimaan penghargaan, dan juga perlakuan orang lain terhadap individu tersebut. Pada saat melakukan evaluasi diri, individu akan melihat dan menyadari konsep dasar pada dirinya yang menyangkut pikiran, kemampuan, dan pendapat, membandingkan keadaan diri saat itu dengan bayangan diri ideal yang berkembang dalam pikirannya serta kesadaran mengenai siapa dan bagaimana dirinya.

Menurut pandangan Rosenberg (1965), dua hal yang berperan dalam pembentukan *self-esteem*, adalah *reflected appraisals* dan komparasi sosial (*social comparisons*). Mereka yang memiliki *self-esteem* rendah diduga memiliki kecenderungan menjadi rentan terhadap depresi, penggunaan narkoba, dan dekat dengan kekerasan. *Self-esteem* yang tinggi membantu meningkatkan inisiatif, resiliensi dan perasaan puas pada diri seseorang (Baumeister dkk., 2003; dalam Myers, 2005).

Self-esteem yang tinggi mencerminkan kondisi pribadi positif, yang akan memunculkan sikap yang baik dalam berinteraksi dengan orang lain. Seseorang dengan *self-esteem* tinggi dikatakan memiliki resiliensi yang tinggi, yaitu memiliki kemampuan untuk bangkit kembali, dengan cara mengatasi tekanan yang dialami. Namun demikian, seseorang dengan *self-esteem* tinggi bisa saja suatu saat mengalami kegagalan atau kekecewaan yang membuat *self-esteem* mereka menurun. Kondisi inilah yang dikenal sebagai *self-esteem* yang terancam. Pada kondisi tersebut *self-esteem* dapat mengalami penurunan.

Ancaman terhadap *self-esteem* ini kemudian memunculkan reaksi untuk mempertahankan diri, yang menurut Heatherton dan Vohs (2000; dalam Myers, 2005) dapat dilakukan dengan memandang rendah orang lain dan melebih-lebihkan keunggulan mereka atas diri orang lain. Reaksi tersebut sebetulnya merupakan upaya seseorang untuk mempertahankan *self-esteem* dari hal-hal yang mengancam atau hal-hal yang dapat menurunkan *self-esteem*. Situasi dimana

seseorang berupa-ya untuk mempertahankan *self-esteem* ini dikenal dengan *self-esteem maintenance*. Mereka yang merasa *self-esteem* terancam, akan memandang kesuksesan orang lain sebagai sesuatu yang mengancam keberadaan atau keberhargaan diri mereka. Perasaan terancam ini akan menimbulkan reaksi untuk ‘menjatuhkan’ orang lain, apakah dengan memandang rendah orang lain atau bahkan dengan menggunakan kekerasan.

Dengan berusaha untuk meningkatkan *self-esteem*, diharapkan remaja akan lebih berkemungkinan untuk terlibat dalam kegiatan dan perilaku yang lebih positif. Seseorang yang mengenal dan menilai positif akan dirinya cenderung untuk mampu mengatasi tekanan dari lingkungannya dan dapat berinteraksi secara lebih positif dengan lingkungannya.

Menurut *American Art Therapy Association* (2014) salah satu cara untuk meningkatkan *self-esteem* seseorang adalah dengan menggunakan *art therapy*, karena *art therapy* membantu memfasilitasi klien untuk menggunakan media seni, proses kreatif, dan hasil dari karya seni untuk mengeksplorasi perasaan, konflik emosi, kesadaran diri, menata perilaku, meningkatkan kemampuan sosial, sehingga hal ini dapat meningkatkan *self-esteem* yang dimiliki seseorang dan dapat mengoptimalkan diri mereka ketika berperilaku di dalam lingkungan sehari-hari. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa *art therapy* efektif digunakan untuk meningkatkan *self-esteem* (Roghanchi, et al, 2013; Mousavi, & Sohrabi, 2014; Kopytin & Lebedev, 2013). *Art therapy* cocok digunakan untuk mengatasi masalah-masalah pada orang yang mengalami konflik emosi dan kurang dapat mengeksplorasi perasaan, sehingga dapat membantu mereka mengungkapkan perasaan dan emosi yang tidak dapat diungkapkan dengan kata-kata (Withrow, 2004).

Penelitian menunjukkan bahwa *art therapy* dapat memberikan kontribusi terutama berkaitan dengan isu *self-esteem*, kepercayaan diri, dan pemberdayaan pada partisipan dengan kondisi khusus seperti di lapas. Program *art therapy* di lapas dapat berkontribusi dalam penyaluran ekspresi diri dan eksplorasi serta keterampilan sosial. *Art therapy* dapat membantu untuk memfasilitasi peningkatan motivasi, komunikasi dan sebagai sarana refleksi diri (Brewster, 2014). *Art therapy* juga memberikan manfaat di Lapas salah satunya menguntungkan bagi populasi lapas yang masih ada kendala dalam tingkat pendidikan yang rendah, kemampuan literasi yang rendah, serta hambatan dalam menyampaikan ide secara verbal (Gussak, 2007).

Rumusan Masalah

Apakah *group art therapy* dapat diterapkan untuk meningkatkan *self-esteem* remaja di LPKA TNG?

2. METODE PENELITIAN

Partisipan penelitian

Penelitian ini melibatkan enam remaja laki-laki dengan karakteristik sebagai berikut: (a) berada dalam tahapan usia remaja yakni berusia 17 hingga 18 tahun, (b) menjalani masa hukuman di LPKA TNG dengan sisa masa hukuman lebih dari dua bulan (untuk menghindari Anak Binaan selesai masa pidana sebelum menyelesaikan rangkaian terapi), (c) memiliki *self-esteem* yang rendah berdasarkan hasil dari evaluasi tes Draw-a-Person, tes BAUM, dan Wartegg Zeichen Test.

Desain penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimen dengan jumlah partisipan 7 orang. Metode ini digunakan untuk mengetahui dampak dari intervensi *group art therapy* yang diberikan kepada partisipan tanpa adanya kelompok kontrol.

Instrument penelitian

Peralatan yang digunakan dalam penelitian ini meliputi lembar *informed consent*, tes Draw A Person yang dikembangkan oleh Manchover (1948), tes BAUM yang dikembangkan oleh Koch (1952), Wartegg-Zeichen-Test (WZT) yang dikembangkan oleh Ehrig Wartegg (1983), alat ukur Culture Fair Intelligence Test 3A, lembar wawancara, dan alat tulis. Dalam penelitian ini juga digunakan peralatan *art therapy* yang terdiri dari karton, kertas warna, kertas gambar A3, cat poster, pensil, isolasi, gunting, dan tas serut dengan bahan blacu sebagai media seni.

Prosedur penelitian

Peneliti melakukan *screening* terlebih dahulu kepada 50 Anak Binaan di LPKA TNG dengan menggunakan tes Draw A Person, tes BAUM, dan Wartegg Zeichen Test (WZT). Peneliti kemudian mendapatkan 6 andikpas yang memiliki *self-esteem* yang kurang baik berdasarkan tes grafis (DAP dan BAUM) serta didukung dengan hasil wawancara pada Anak Binaan. Peneliti melakukan wawancara awal dengan keenam partisipan serta memberikan *informed consent* untuk mendapatkan pernyataan bahwa semua partisipan bersedia untuk mengikuti terapi kelompok. Peneliti melakukan sesi terapi kelompok sebanyak 8 sesi. Setelah 8 sesi terapi kelompok, peneliti mengadministrasikan kembali tes Draw A Person, tes BAUM, dan Wartegg Zeichen Test (WZT) kepada seluruh partisipan sebagai hasil *post-test*. Peneliti kemudian membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui dampak program intervensi terhadap tingkat *self-esteem* keenam partisipan.

Pelaksanaan Intervensi

Peneliti menggunakan intervensi *art therapy* sebanyak 8 sesi. Durasi dari masing-masing sesi sekitar 60 hingga 90 menit. 8 sesi yang dirancang mengacu pada 5 tahapan *art therapy* menurut Landgarten. (a) perkenalan dan *warm-up* (sesi 1), partisipan diminta untuk menggambar bebas dengan menggunakan kertas gambar A3. Partisipan juga menuliskan harapan mereka terkait intervensi kelompok yang akan dilakukan; (b) *recalling event* (sesi 2-3), partisipan membuat gambar potret diri serta mengeksplorasi pikiran dan perasaan partisipan ketika menggambar. Partisipan diminta untuk membuat gambar tempat yang mereka merasa aman; (c) *emotional expression and issues* (sesi 4-5), setiap partisipan diberikan kotak yang digambar pada sisi dalam dan luar kotak. Peneliti meminta setiap peserta untuk menggambar pada bagian dalam kotak bagaimana mereka melihat diri mereka sendiri dan pada bagian luar tentang bagaimana mereka berpikir orang lain melihat mereka. partisipan membuat grafik kehidupan tentang pengalaman mereka seperti periode senang dan sedih, dan tahap kehidupan mereka; (d) *restitution* (sesi 6-7), partisipan diminta untuk membuat gambar mengenai hal-hal yang menyenangkan dari hidup mereka. partisipan juga diminta untuk menuliskan dalam kartu mengenai hal-hal positif yang mereka lihat dari anggota kelompok yang lain. Peneliti memberikan kepada setiap partisipan sebuah tas dengan bahan kain blacu. Peneliti meminta partisipan untuk membuat gambar pada bagian depan dan belakang tas. Pada bagian depan, peserta diminta untuk mengisinya dengan apa yang ingin dilakukan/ rencana di masa depan. Pada bagian belakang tas, peserta membuat gambar mengenai cara-cara yang dapat dilakukan untuk mencapai tujuan yang sudah digambar di bagian depan; dan (e) *termination* (sesi 8), penghentian terapi, partisipan mengerjakan aktivitas bersama. Partisipan diberikan kertas berbentuk segitiga kemudian klien diminta untuk

mengisi kertas dengan gambar berupa kue yang mereka inginkan, kemudian menggabungkan kembali menjadi satu dan diskusi bersama.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Keenam partisipan menunjukkan adanya perubahan setelah mengikuti intervensi kelompok. Berdasarkan evaluasi Draw A Person Test dan BAUM test, terdapat perubahan pada gambar figur orang dan pohon yang dibuat oleh seluruh partisipan jika dibandingkan hasil *pre-test* dan *post-test*. Perbedaan tampak dari ukuran gambar yang bertambah besar dan letak yang lebih ke tengah kertas. Perubahan juga terlihat dari perilaku partisipan yang menjadi lebih aktif dalam diskusi serta terlihat lebih berani dalam mengungkapkan emosi serta pikiran mereka dalam gambar. Hal tersebut mengindikasikan adanya peningkatan *self-esteem* dari keenam partisipan setelah mengikuti intervensi kelompok. Pada hasil Wartegg Zeichen Test, partisipan mengalami perubahan yang berbeda-beda.

Pada sesi pertama, sebagian besar partisipan membutuhkan waktu yang lama untuk memulai untuk menggambar. Partisipan beberapa kali menghapus gambar yang sudah dibuat serta mengeluh ketika terjadi kesalahan ketika menggambar. Partisipan cenderung menutupi hasil gambar mereka dan merasa malu untuk menunjukkan hasil gambar pada anggota kelompok. Pada sesi-sesi akhir, partisipan dapat menggambar dengan lebih cepat menunjukkan sikap positif ketika menggambar. Partisipan tidak menutupi gambar ketika mengerjakan tugas dan lebih aktif terlibat dalam diskusi. Partisipan juga lebih cepat serta memiliki kesadaran yang lebih tinggi untuk hadir tepat waktu untuk mengikuti sesi intervensi kelompok. Pada sesi-sesi awal intervensi kelompok, partisipan terlihat beberapa kali mengejek dan memberikan komentar negatif selama proses menggambar. Hal tersebut semakin berkurang di sesi-sesi akhir intervensi kelompok.

Pada AR, sejak sesi pertama AR kurang berperan aktif dalam kelompok. AR juga kesulitan dalam menemukan ide untuk menggambar. Ketika selesai menggambar, AR seringkali menutupi hasil gambar yang ia buat. AR juga cenderung untuk ragu-ragu dalam memberikan warna dan cepat menyerah. Terdapat perubahan pada sikap AR terutama pada sesi kelima, AR terlihat lebih berani dalam menggunakan warna dan mampu memulai untuk menggambar lebih cepat. AR juga mampu bersikap lebih berani untuk menunjukkan hasil gambar kepada anggota kelompok yang lain dan lebih terlibat dalam diskusi. AR mulai terbuka untuk menceritakan mengenai dirinya dan mampu mengemukakan hal-hal positif tentang dirinya pada sesi kelima. Perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* terlihat pada AR yang menunjukkan peningkatan *self-esteem* dan pengembangan perkembangan dalam pengendalian impulsnya meskipun AR masih kesulitan dalam mengontrol emosinya.

SJ cenderung untuk lebih banyak diam ketika intervensi kelompok dilakukan. SJ cepat untuk mendapatkan ide untuk menggambar akan tetapi cenderung untuk membuat gambar dengan tipe yang sama pada beberapa sesi. SJ cenderung untuk cepat menyerah serta kurang terlibat secara aktif dalam kelompok. SJ juga terlihat kurang berani ketika diminta untuk menunjukkan hasil gambarnya pada anggota kelompok yang lain. terdapat perubahan dari SJ terutama pada sesi ketiga. SJ terlihat lebih berani dalam memberikan warna ketika menggambar. Apabila terdapat anggota kelompok yang mencela hasil karya SJ, SJ tetap melanjutkan untuk menggambar. SJ juga terlihat lebih berani dalam diskusi. Partisipan SJ menunjukkan peningkatan *self-esteem*. Pada saat *pre-test*, SJ kurang berani dalam mengekspresikan dirinya ketika *post-test* dan menunjukkan perubahan ketika *post-test*. Gambar SJ juga terlihat memiliki ukuran yang lebih besar dalam hasil *post-test*. Hal tersebut menunjukkan terdapat peningkatan *self-esteem* setelah intervensi diberikan.

MR menunjukkan perilaku yang kurang aktif di awal proses intervensi. MR cenderung untuk bekerja dengan cepat dan kurang sungguh-sungguh ketika menggambar. MR juga lebih memilih untuk menggambar dengan ide yang mudah tanpa banyak pertimbangan sehingga kesulitan dalam mendapatkan *insight*. MR mulai menunjukkan perubahan pada sesi kelima. MR terlihat lebih sungguh-sungguh dalam membuat gambar dan berperan lebih aktif dalam diskusi. Pada sesi awal, MR cenderung untuk bersikap malas, akan tetapi pada sesi kelima MR sudah terlihat lebih bersemangat dan datang lebih awal dibandingkan anggota kelompok yang lain. Partisipan MR menunjukkan peningkatan *self-esteem* ketika membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test*. Gambar yang dibuat oleh MR menunjukkan perubahan ukuran menjadi lebih besar dari hasil *pre-test* dan *post-test*.

Pada awal sesi TA adalah partisipan yang cenderung lebih aktif dibandingkan dengan anggota kelompok lain. Terdapat perubahan pada TA terutama setelah sesi kelima. TA terlihat lebih bersungguh-sungguh jika dibandingkan dengan anggota kelompok yang lain. TA yang awalnya cenderung tertutup mulai berani untuk menceritakan pengalamannya pribadinya di sesi lima. Partisipan TA menunjukkan peningkatan *self-esteem* dengan membuat gambar dengan ukuran yang lebih besar dibandingkan pada saat *pre-test*. Letak gambar TA juga lebih ke tengah yang menunjukkan adanya perubahan diri yang lebih baik.

PA adalah partisipan yang aktif serta memiliki banyak ide. Akan tetapi PA cenderung untuk malas, kurang bersungguh-sungguh, dan mudah menyerah. Pada awal sesi, PA cenderung untuk enggan melanjutkan menggambar ketika anggota kelompok yang lain sudah selesai. PA cenderung untuk ingin cepat selesai ketika mengerjakan tugas. PA mulai menunjukkan perubahan terutama pada sesi kelima. PA menunjukkan sikap yang lebih sungguh-sungguh ketika mengerjakan tugas. PA juga mampu lebih aktif dalam diskusi serta menunjukkan sikap yang lebih serius dalam mengerjakan tugas. PA menunjukkan sikap yang lebih sungguh-sungguh dalam mengerjakan tugas di sesi ketujuh. PA tetap mengerjakan tugasnya walaupun anggota kelompok yang lain sudah selesai. PA juga terlihat mampu mengekspresikan dirinya dengan lebih baik. Partisipan PA menunjukkan perubahan pada hasil grafis di mana ukuran gambar PA menjadi lebih besar dibandingkan pada saat *pre-test*. Gambar orang yang dibuat PA juga sudah menunjukkan wajah yang tersenyum dibandingkan pada gambar saat *pre-test*.

AN cenderung untuk banyak diam ketika melakukan sesi intervensi kelompok. AN mengerjakan tugas dengan sungguh-sungguh akan tetapi kurang mampu menyesuaikan diri dengan anggota kelompok yang lain. AN lekas tersinggung dan cenderung untuk menarik diri. AN menunjukkan perubahan terutama pada sesi keenam. AN terlihat mampu menyampaikan idenya dengan lebih terbuka dan menunjukkan interaksi yang lebih positif dengan anggota kelompok yang lain. Partisipan AN menunjukkan peningkatan *self-esteem* di mana ukuran gambar AN menjadi lebih besar dibandingkan pada saat *pre-test*.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Intervensi kelompok yang dilakukan dengan menggunakan metode *art therapy* dapat meningkatkan *self-esteem* keenam peserta yang mengikuti seluruh rangkaian sesi *group therapy* yang dilaksanakan. Peningkatan *self-esteem* dapat dilihat dari hasil tes grafis Draw-a-Person, BAUM, serta observasi dan diskusi yang dilakukan selama sesi berlangsung.

Perubahan dalam tes grafis yang terjadi dapat dilihat dari perubahan gambar orang yang dibuat oleh partisipan berdasarkan ukuran, letak, coretan garis, serta kelengkapan gambar. Secara keseluruhan ukuran gambar dari setiap partisipan lebih besar dan berada lebih ke tengah. Perbedaan juga dapat terlihat dari berkurangnya jumlah kegiatan menghapus dan detail pada gambar yang lebih baik. Partisipan juga sudah lebih dapat kooperatif dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan. Seluruh partisipan terlihat lebih berani dalam membuat sketsa gambar, memberikan warna, dan ketika menceritakan hasil gambarnya melalui diskusi. Peserta yang awalnya sering menutupi hasil gambarnya dengan tangan dapat menggambar dengan lebih nyaman dan bersedia agar gambarnya dilihat oleh anggota kelompok yang lain.

Saran untuk Partisipan

Ada beberapa saran yang dapat diberikan untuk partisipan intervensi agar mampu meningkatkan *self-esteem*, yaitu: (1) keenam partisipan dapat mengikuti kegiatan pengembangan keterampilan dan lomba-lomba yang diadakan oleh pihak LPKA. Dengan mempelajari keterampilan baru, diharapkan partisipan dapat meningkatkan *self-esteem* mereka; (2) keenam partisipan dapat meningkatkan kemampuan sosialisasi mereka dengan melakukan kegiatan yang bersifat kooperatif seperti melakukan kegiatan permainan olahraga bersama dan membuat suatu karya bersama-sama; (3) Keenam partisipan dapat mengembangkan kemampuan yang sudah mereka miliki serta dapat menunjukkan kepada orang lain.

Saran untuk Penelitian Selanjutnya

Berikut adalah beberapa saran yang dapat dipertimbangkan untuk penelitian selanjutnya, yaitu: (1) mempertimbangkan tempat pelaksanaan intervensi kelompok agar tercipta kondisi yang lebih efektif dan optimal; (2) mempertimbangkan media-media lain seperti melukis topeng, membuat produk, serta membuat gambar pada media yang lain.

Ucapan Terima Kasih (Acknowledgement)

Ucapan terima kasih kepada pihak LPKA TNG yang sudah memberikan kesempatan untuk melaksanakan penelitian. Peneliti juga berterima kasih kepada keenam partisipan yang sudah mengikuti seluruh proses intervensi kelompok dengan kooperatif.

REFERENSI

- American Art Therapy Association. (2014). *Art therapy*. Diunduh dari www.arttherapy.org.
- Brewster, L. (2014). The impact of prison arts programs on inmate attitudes and behavior: a quantitative evaluation. *Justice Policy Journal*, 11(2), 1-28.
- Buchalter, S. I. (2004). *A practical art therapy*. London: Jessica Kingsley Publisher.
- Buchalter, S. I. (2009). *Art therapy techniques and application*. London: Jessica Kingsley Publisher.
- Ghufron & Risnawita. 2011. *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gussak, D. (2007). The effectiveness of art therapy in reducing depression in prison populations. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 51(4), 444-460.
- Hartz, L., & Thick, L. (2005). Art therapy strategies to raise self-esteem in female juvenile offenders: A comparison of art psychotherapy and art as therapy approaches. *Art Therapy*, 22(2), 70-80.
- Kopytin, A., & Lebedev, A. (2013). Humor, self-attitude, emotions, and cognitions in group art therapy with war veterans. *Art Therapy*, 30(1), 20-29.
- Kusuma, Yudha. (2015). Pengaruh bimbingan metode diskusi terhadap perubahan harga diri narapidana di Lapas Kelas II B Kota Mojokerto. *Hospital majapahit*, 7, 55-67.
- Landgarten, H. (1981). *Clinical art therapy*. New York: Brunner/Mazel Inc.

- Liebmann, M. (2006). *Art therapy for groups*. United Kingdom: Taylor & Francis e-Library.
- Malchiodi, C. A. (2003). *Handbook of art therapy*. New York, NY: The Guilford Press.
- Mousavi, M., & Sohrabi, N. (2014). Effects of art therapy on anger and self-esteem in aggressive children. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 113*, 111-117.
- Myers, D. (2005). *Sosial Psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Ogdon, D. P. (1996). *Psychodiagnostics and personality assessment: A handbook* (2nd ed). USA: Western Psychological Services.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2007). *Human development* (10th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Roghanchi, M., Mohamad, A. R., Mey, S. C., Momeni, K. M., & Golmohamadian, M. (2013). The effect of integrating rational emotive behavior therapy and art therapy on self-esteem and resilience. *The Arts in Psychotherapy, 40*(2), 179-184.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rubin, J. A. (2010). *Introduction to art therapy: Sources and resources*. New York: Taylor and Francis Group, LLC.
- Withrow, R.L. (2004). The use of color in art therapy. *Journal of Humanistic Counseling, Education and Development, 43*(1), 33-48.