

## **PENDAMPINGAN SOSIAL ART THERAPY UNTUK PEKERJA SOSIAL DI BALAI REHABILITASI SOSIAL ANAK YANG MEMERLUKAN PERLINDUNGAN KHUSUS HANDAYANI JAKARTA**

Khusnul Fatonah, Tri Wahyudi, Alfian  
Universitas Esa Unggul  
Jalan Arjuna Utara No. 9, Jakarta 11510  
khusnul.fatonah@esaunggul.ac.id

### **Abstract**

*The need for new and fun learning concepts is needed by social workers at the Handayani Jakarta Center for the Rehabilitation of Children in Need of Special Protection (BRSAMPK). The purpose of this activity is to provide social assistance in the form of Art Therapy as an effort to assist social workers in dealing with children who need psychological assistance. This social assistance is carried out in the form of fun activities around art, such as mural art and drama art. The main target of this activity is twenty social workers. Activities are carried out online because they are still in the COVID-19 pandemic era. Methods of activity carried out by observation, interviews, socialization (lectures), and discussions. Observations and interviews were carried out before the pandemic as a start in analyzing the needs and situations of partners. This activity is carried out in two stages, namely Art Therapy social assistance through drama and mural art. As a result, social workers can explore various ways to explore the deepest emotions of children who need special protection (AMPK). Children will learn to express their feelings, causes of conflict, anger, guilt, sadness, and so on through acting and mural work. These pent up emotions are then eliminated or minimized by bringing them to a better awareness.*

**Keywords:** *Art Therapy, Social Workers, AMPK, murals, drama*

### **Abstrak**

Kebutuhan akan konsep pembelajaran yang baru dan menyenangkan diperlukan para pekerja sosial di Balai Rehabilitasi Anak yang Memerlukan Perlindungan Khusus (BRSAMPK) Handayani Jakarta. Tujuan kegiatan ini adalah memberikan pendampingan sosial dalam bentuk Art Therapy sebagai upaya untuk membantu para pekerja sosial dalam menangani anak-anak yang membutuhkan bantuan secara psikologis. Pendampingan sosial ini dilakukan dalam bentuk kegiatan-kegiatan yang menyenangkan seputar seni, seperti seni mural dan seni drama. Sasaran utama dari kegiatan ini adalah pekerja sosial sebanyak dua puluh orang. Kegiatan dilakukan secara daring karena masih dalam masa pandemi COVID-19. Metode kegiatan dilakukan dengan observasi, wawancara, sosialisasi (ceramah), dan diskusi. Observasi dan wawancara dilakukan sebelum pandemi sebagai awal dalam menganalisis kebutuhan dan situasi pihak mitra. Kegiatan ini dilakukan dalam dua tahap, yakni pendampingan sosial Art Therapy melalui seni drama dan seni mural. Hasilnya, para pekerja sosial dapat lebih mendalami berbagai cara untuk menggali emosi terdalam dari anak-anak yang memerlukan perlindungan khusus (AMPK). Anak-anak akan belajar untuk mengungkapkan perasaan-perasaannya, penyebab konflik, kemarahan, perasaan bersalah, kesedihan, dan sebagainya melalui seni peran dan karya mural. Emosi-emosi terpendam tersebut selanjutnya dihilangkan atau diminimalisasi dengan membawanya ke arah kesadaran yang lebih baik.

**Kata kunci:** Art Therapy, Pekerja Sosial, AMPK, mural, drama

### **Pendahuluan**

Balai Rehabilitasi Sosial Anak yang Memerlukan Perlindungan Khusus (BRSAMPK) Handayani adalah salah satu dari delapan balai rehabilitasi sosial AMPK yang berada di bawah naungan Kementerian Sosial. Balai tersebut berlokasi di Jalan PPA Bambu Apus, Cipayung 13890, Jakarta Timur. Selain berstatus sebagai unit pelaksana teknis vertikal pusat dan unit pelaksana teknis Direktorat Jenderal Rehabilitasi Kementerian Sosial RI, balai ini

juga bertugas untuk melakukan rehabilitasi sosial melalui pemberian terapi psikososial, terapi fisik, terapi mental dan spiritual, serta terapi penghidupan agar anak mampu berdiri dan berperan aktif dalam kehidupan. Adapun penerima manfaat dari keberadaan balai ini adalah anak yang memerlukan perlindungan khusus (AMPK). Anak-anak yang termasuk AMPK merupakan anak yang membutuhkan bantuan secara psikologis. Ketika lingkungan keluarga atau terdekat anak tidak bisa

memberikan rasa aman dan nyaman, hal itu akan berakibat pada perkembangan kognitif, emosi, dan sosial anak yang tidak stabil. Tak jarang, anak-anak akan melakukan perbuatan-perbuatan yang kurang baik, seperti melawan kedua orang tuanya, senang berkelahi, atau mencuri. Bahkan, pada kasus yang lebih tinggi, anak dapat melakukan perbuatan begal, merampok, menggunakan obat-obatan terlarang, atau membunuh. Akibatnya, anak-anak yang melakukan perbuatan tersebut harus berhadapan dengan hukum (ABH).

Namun, karena usianya masih di bawah umur, anak-anak yang berhadapan dengan hukum tersebut juga perlu dilindungi atau dijamin hak-haknya. Penanganan khusus diperlukan untuk menghilangkan atau meminimalisasi hal-hal yang tidak diinginkan terkait dengan perbuatan-perbuatan yang dilakukannya. Salah satu bentuknya adalah dengan memberikan perlindungan khusus dalam bentuk rumah singgah atau balai rehabilitasi. Di balai ini, tidak hanya ABH yang perlu ditangani, tetapi juga anak-anak dengan latar belakang korban perceraian kedua orang tua, korban kekerasan orang tua, pelecehan seksual, korban penggunaan narkoba, atau korban jaringan terorisme.

Perlindungan khusus atas anak-anak tersebut (AMPK) mencakup upaya-upaya yang harus dilakukan agar setiap anak tidak didiskriminasi dan tidak mengalami kekerasan selama hidupnya. Hal itulah yang dilakukan oleh pihak BRSAMPK Handayani. Namun, berbagai upaya tersebut juga memiliki masalah atau kendala dalam pelaksanaannya. Selain karena keterbatasan para pekerja sosial, anak yang memerlukan perlindungan khusus (AMPK) juga memiliki karakteristik yang berbeda-beda sehingga penanganannya pun berbeda. Belum lagi jika masalah itu datang dari diri anak, seperti ribut di dalam kelas, melakukan perundungan (pem-bully-an) terhadap temannya, berusaha kabur dari balai rehabilitasi, sulit membuka diri, dan sebagainya. Oleh karena itulah, metode atau bentuk-bentuk kegiatan baru yang menyenangkan perlu diberikan kepada para siswa.

Solusi dari permasalahan tersebut adalah diperlukannya sebuah tindakan yang dapat menghilangkan atau meminimalisasi perbuatan kurang baik dari anak-anak yang melakukan perbuatan-perbuatan tercela. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara terhadap pihak BRSAMPK Handayani yang meliputi kepala balai, wakil kepala balai, kepala layanan rehabilitasi sosial, pekerja sosial, psikolog, dan pihak tata usaha, didapatkan informasi bahwa bentuk-bentuk pendampingan sosial atau terapi sangat dibutuhkan para AMPK di sana. Anak-anak membutuhkan

metode pembelajaran baru atau kegiatan-kegiatan yang dapat memberikan kesenangan, khususnya kesenangan secara psikologis. Sejalan dengan hal tersebut, tim dosen beserta mahasiswa dari Univeristas Esa Unggul berencana melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Balai Rehabilitasi Sosial Anak yang Membutuhkan Perlindungan Khusus (BRSAMPK) Handayani. Kegiatan ini merupakan bentuk kerja sama lintas disiplin ilmu, yakni seni dan pendidikan. Program tersebut dilakukan dalam bentuk pendampingan sosial *Art Therapy* yang meliputi seni mural dan seni drama. Sasaran utama dari kegiatan ini adalah para pekerja sosial sebanyak dua puluh orang. Tak menutup kemungkinan kegiatan ini juga diikuti psikolog, penyuluh sosial, penyuluh medis, serta beberapa pejabat struktural di BRSAMPK Handayani Jakarta. Pada akhirnya, kegiatan ini dilaksanakan secara daring karena masih dalam masa pandemi COVID-19.

*Art therapy* adalah sebuah teknik terapi dengan menggunakan media seni, proses kreatif, dan hasil dari seni untuk mengeksplorasi perasaan, konflik emosi, meningkatkan kesadaran diri, mengontrol perilaku dan adiksi, mengembangkan kemampuan sosial, meningkatkan orientasi realitas, mengurangi kecemasan dan meningkatkan penghargaan diri (American Art Therapy Association, 2013). *Art therapy* merupakan suatu metode psikoterapi yang dapat menangani individu dengan depresi, mengurangi keparahan simptom depresi secara signifikan (Bar-sela, Atid, Danos, Gabay, & Epelbaum, 2007; Gussak, 2007). *Art therapy* mirip dengan teknik terapi lainnya, yakni mendorong individu untuk masuk dalam proses pengembangan diri untuk mencapai pengertian atas makna hidup, kesadaran yang lebih tinggi, perasaan lega dari emosi yang intens atau trauma, menyelesaikan konflik dan masalah, memperkaya hidup, dan meningkatkan kesejahteraan (Malchiodi dalam Malchiodi, 2012).

Menggambar mural merupakan salah satu bentuk dari kegiatan terapi seni. Susanto (dalam Wicandra, 2005) menjelaskan bahwa mural adalah lukisan besar yang dibuat untuk mendukung ruang arsitektur, misalnya dinding. Dengan kata lain, mural dapat dimaknai sebagai lukisan yang dapat dibuat secara langsung atau tidak langsung pada permukaan dinding sebuah bangunan. Namun, dalam situasi tertentu, mural juga dapat dilukis pada permukaan datar lain yang menyerupai dinding, misalnya tripleks. Melalui seni mural, para peksos akan dibekali cara untuk lebih mendalami karakter peserta didik melalui gambar-gambar yang dibuatnya termasuk pemilihan warna. Dalam hal ini,

mural tidak hanya berfungsi secara estetis, tetapi juga mengandung pesan-pesan yang ingin disampaikan pembuatnya. Gambar atau lukisan yang dibuat anak-anak akan dianalisis dari sisi psikologi sehingga akan diketahui bagaimana karakter anak. Bahkan, melalui gambar, para peksos juga dapat mengetahui sejauh mana konsep diri anak terhadap dirinya sendiri (Hidayah, 2014). Hasil dari kegiatan ini dapat dimanfaatkan para pekerja sosial atau orang tua asuh untuk memberikan penanganan yang tepat untuk AMPK.

Sementara melalui seni drama, para peksos akan dibekali tentang bagaimana cara menggali emosi terdalam peserta didik melalui peran yang akan dibawakannya. Seni drama yang digunakan dapat berupa psikodrama, yakni bentuk terapi kelompok yang dikembangkan oleh J.L Moreno (1946—1982). Secara umum, psikodrama dapat dipahami sebagai metode bermain peran yang dilakukan secara spontanitas dan berasal dari kreativitas masing-masing anak. Kegiatan ini dilanjutkan dengan pembalikan peran agar anak dapat melihat diri sendiri melalui sudut pandang individu lain, dan diakhiri dengan diskusi (Sari, 2017). Tujuan dari psikodrama ini adalah membantu anak-anak untuk mengatasi masalah-masalah pribadi dengan menggunakan permainan peran, drama, atau terapi tindakan. Melalui cara ini dan dengan bantuan para peksos, anak-anak akan belajar untuk mengungkapkan berbagai perasaan dan emosi terpendam untuk selanjutnya dihilangkan dengan membawanya ke arah kesadaran. Kegiatan psikodrama dapat membantu siswa atau individu yang memiliki rasa kurang optimis, stres dan mengalami kecemasan tinggi, kepercayaan diri rendah dan *low self esteem*, serta kemampuan interaksi sosial yang buruk.

#### **Metode Pelaksanaan**

Karena masih dalam masa pandemi COVID-19, pada akhirnya kegiatan ini dilakukan secara daring. Sasaran utama peserta adalah pekerja sosial sebanyak dua puluh orang. Selain itu, ada pula peserta yang merupakan Kepala Seksi Layanan Rehabilitasi Sosial, Kepala Subbagian Tata Usaha, serta Kepala Seksi Asesmen dan Advokasi Sosial. Kegiatan ini dilaksanakan secara daring melalui dua tahap dengan menggunakan aplikasi Zoom. Pelaksanaan kegiatan tahap I dilakukan pada 28 Juli 2020, pukul 10.00—12.00 WIB. Sementara itu, kegiatan tahap II dilaksanakan pada 4 Agustus 2020, pukul 13.00—15.00 WIB. Dalam pelaksanaan kegiatan, metode yang digunakan antara lain 1) observasi dan wawancara untuk menganalisis permasalahan dan kebutuhan pihak mitra, 2) sosialisasi dalam bentuk presentasi untuk menjelaskan konsep pendampingan sosial *Art*

*Therapy*, 3) sosialisasi dalam bentuk ceramah dan diskusi. Kegiatan ini merupakan inti dari pelaksanaan abdimas. Materi yang didiskusikan meliputi bentuk-bentuk kegiatan *Art Therapy*, khususnya seni lukis dinding (mural) dan seni drama. Pelaksanaan kegiatan *Art Therapy* ini dilakukan oleh para pekerja sosial dengan bimbingan tim abdimas Universitas Esa Unggul. Setelah kegiatan tersebut dilakukan, pengusul melakukan evaluasi diri, pemetaan, dan dokumentasi. Metode-metode tersebut dijelaskan dalam tahapan kegiatan sebagai berikut.

#### **1. Observasi dan Wawancara di Lokasi Mitra**

Tahap pertama yang dilakukan tim pengusul adalah observasi di lokasi mitra. Tahap ini dilakukan sebelum adanya pandemic COVID-19 dan sebelum kegiatan abdimas dilaksanakan. Pada tahap ini, tim pengusul menganalisis permasalahan yang dihadapi termasuk hal-hal apa saja yang dibutuhkan pihak mitra. Selain itu, tim pengusul juga melakukan wawancara dan mengamati kondisi lingkungan di sekitar BRSAMPK Handayani Jakarta. Tim pengusul juga menjelaskan program apa yang dilakukan selama lima bulan ke depan dan meminta dukungan dari pihak BRSAMPK Handayani dengan diketahui Kementerian Sosial, khususnya pihak Direktorat Rehabilitasi Sosial Anak.

#### **2. Sosialisasi (persamaan persepsi) tentang Konsep Pendampingan Sosial Art Therapy**

Tahap kedua yang merupakan awal dari pelaksanaan kegiatan abdimas adalah sosialisasi tentang tujuan kegiatan kepada pihak BRSAMPK Handayani, khususnya pekerja sosial sebelum dimulainya kegiatan pada hari-H. Karena situasi dan kondisi pandemi COVID-19 yang mengharuskan *social distancing*, kegiatan ini diselenggarakan secara daring dalam bentuk presentasi dan diskusi santai. Sosialisasi ini dilakukan secara daring melalui aplikasi Zoom pada tanggal 8 Juli 2020, pukul 13.00—15.00 WIB. Tujuan dari presentasi ini adalah mendapatkan persamaan persepsi dan memberikan gambaran secara jelas tentang pentingnya kegiatan tersebut termasuk tahapan-tahapan yang akan dilakukan.

#### **3. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat (Abdimas)**

Pendampingan sosial dalam bentuk *Art Therapy* pada akhirnya dilaksanakan secara daring karena masih dalam pandemi COVID-19 dan sedang diberlakukan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB). Dalam pelaksanaannya, kegiatan ini dilakukan secara



daring melalui aplikasi Zoom. Setelah melakukan persamaan persepsi, pelaksanaan kegiatan dilakukan secara dua tahap inti. Tahap pertama berkaitan dengan seni drama dan tahap kedua berkaitan dengan seni mural yang merupakan kunci dari kegiatan *Art Therapy*. Kegiatan tahap pertama berkaitan dengan pendampingan sosial dalam bentuk seni drama yang dilakukan pada tanggal 28 Juli 2020, pukul 10.00—12.00 WIB. Sementara itu, tahap kedua berkaitan dengan seni mural yang dilaksanakan pada 4 Agustus 2020, pukul 13.00—15.00 WIB.

#### 4. Evaluasi kegiatan

Setiap kegiatan yang dilakukan perlu dievaluasi dengan memperhatikan daftar hadir atau presensi serta form observasi keaktifan peserta. Daftar hadir dapat menunjukkan antusiasme target peserta, sedangkan form observasi digunakan untuk menilai peningkatan keterampilan target selama kegiatan berlangsung. Evaluasi juga masih dapat dilakukan ketika para pekerja sosial menerapkan keterampilan *Art Therapy* kepada peserta didik dalam kondisi yang sesungguhnya. Pada tahap ini, tim pengusul juga melakukan evaluasi melalui google form dalam bentuk kuesioner. Pengisian ini ditunggu hingga satu hari ke depan setelah acara sosialisasi. Dalam tahapan ini, tim selalu mengingatkan kepada para peserta untuk segera mengisi form evaluasi.

#### Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan tahapan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilakukan dalam dua tahap. Tahap pertama berkaitan dengan seni drama, yakni psikodrama sebagai bagian dari *Art Therapy* dan tahap kedua berkaitan dengan seni mural yang merupakan kunci dari kegiatan *Art Therapy*. Kedua tahapan tersebut dapat diuraikan sebagai berikut.

##### 1. Tahap pemberian pengetahuan tentang seni drama sebagai bagian dari *Art Therapy*

Materi yang dibahas pada tahap ini mencakup konsep *art therapy* secara umum, manfaat kegiatan *art therapy*, dan contoh *art therapy*, yakni seni drama. Ini merupakan tahapan dasar materi sebelum fokus pada materi inti, yakni seni drama. Pada tahap ini, peserta menyimak dengan saksama arahan moderator tentang tata pelaksanaan kegiatan abdimas tahap pertama.

Sebelum dijelaskan tentang seni drama, peserta perlu mengetahui sedikit konsep yang berkaitan dengan *Systemic Functional Linguistics* (SFL). Materi ini digunakan sebagai langkah awal untuk menganalisis kebutuhan siswa sebelum pembelajaran seni drama dimulai. Dengan memahami SFL, para pekerja sosial tidak akan kesulitan untuk mencari konsep atau tema dalam seni drama untuk diberikan kepada siswa AMPK Handayani. Analisis kebutuhan tersebut tentunya disesuaikan dengan konteks dan bahasa yang digunakan.



Gambar 1. Manfaat *Art Therapy*



Gambar 2. Persiapan dalam Bermain Peran

Selanjutnya, dijelaskan pula pentingnya *art therapy*, dalam hal ini seni drama bagi perkembangan psikologis anak yang memerlukan perlindungan khusus (AMPK) di BRSAMPK Handayani. Secara umum, *art therapy* dapat membantu tumbuh kembang seseorang, membantu

perkembangan kemampuan intelektual, dan proses penyembuhan gangguan kejiwaan, dan sebagai kesenangan atau hiburan. Dengan kata lain, kegiatan ini adalah kegiatan yang berfokus pada proses berkesenian, bukan hasil. Dalam sesi ini dijelaskan tentang manfaat seni drama bagi AMPK, teknik

psikodrama, komponen psikodrama, dan praktik seni peran yang meliputi olah tubuh, olah vokal, dan olah sukma (jiwa). Sesuai dengan teori analisis kebutuhan dan hasil wawancara kepada pihak balai tentang karakteristik siswa di BRSAMPK Handayani, kegiatan seni drama ternyata sesuai untuk diterapkan sebagai bagian dari metode pembelajaran oleh para peksos atau tenaga pendidik di sana. Kegiatan psikodrama dapat membantu siswa atau individu yang memiliki rasa kurang optimis, stres dan mengalami kecemasan tinggi, kepercayaan diri rendah dan *low self esteem*, serta kemampuan interaksi sosial yang buruk. Dalam hal ini, peran pekerja sosial sangat penting untuk membimbing para AMPK melakukan terapi ini dengan tahapan atau langkah-langkah yang tepat.

Dalam kegiatan psikodrama, peran pekerja sosial adalah sebagai pemimpin dalam psikodrama/konselor/terapis. Sebagai konselor/terapis, mereka harus mengenal betul karakteristik siswa-siswa yang menjadi target tujuannya. Perlu dipahami juga bahwa selain terapis, komponen lain dalam psikodrama meliputi panggung permainan (*stage*), pemeran utama (protagonis), pemeran pembantu, dan penonton. Keseluruhan komponen ini saling mendukung dan melengkapi.

Kegiatan psikodrama ini dapat dilakukan secara individu atau berkelompok dengan menerapkan beberapa teknik di antaranya *creative imagery*, *the magic shop*, teknik berbicara-sendiri (*soliloquy*), monodrama (*autodrama*), *the double and multiple double technique*, *role reversals* (pemindahan peran), dan teknik cermin. Di antara teknik-teknik tersebut, yang menjadi teknik inti adalah *the double and multiple double technique*, *role reversals* (pemindahan peran) karena pengolahan emosi berlangsung di kedua tahap tersebut.

Jika para pekerja sosial berhasil melaksanakan langkah-langkah kegiatan psikodrama dengan baik, manfaat dan tujuan dari psikodrama ini dapat tercapai. Beberapa manfaatnya antara lain, a) seni drama dapat membantu anak menemukan jati dirinya, b) dapat digunakan sebagai terapi kuat untuk melawan penyakit mental, c) dapat meningkatkan kemampuan verbal/bahasa, d) melatih kemampuan kinetik (gerak) tubuh, e) mengembangkan kemampuan interpersonal (interaksi sosial), f) melatih kerja sama tim, g) melatih kemampuan memproses informasi, h) melatih kecerdasan emosi (EQ), g) menambah kepercayaan diri.

Dalam praktiknya, kegiatan psikodrama ini tidak lepas dari tiga kegiatan yang sering dilakukan dalam seni peran (teater), yakni olah tubuh, olah vokal, dan olah sukma. Berdasarkan karakteristik

anak-anak yang ada di BRSAMPK Handayani Jakarta, kegiatan olah sukma menjadi sangat penting karena kebanyakan permasalahan yang mereka alami berkaitan dengan masalah psikologis (kejiwaan). Dalam hal menggali permasalahan psikologis ini, konselor/terapis/pekerja sosial perlu berhati-hati karena hal itu akan berdampak pada peran yang dibawakannya. Konselor tidak boleh memaksa jika anak tidak mau bercerita tentang masalahnya. Biarkan cerita mereka mengalir apa adanya. Jika masalah sudah didapat, konselor dapat membagi peran-peran tersebut untuk dipraktikkan. Berkaitan dengan praktik seni drama, tim abdimas Universitas Esa Unggul dibantu oleh dua orang praktisi (ahli keaktoran) dari Teater Zat dan Teater Keliling. Mereka bertugas untuk memberikan saran atau masukan terkait dengan teknik-teknik yang baik dalam melakukan seni peran. Dalam melakukan praktik pembelajaran seni peran, konselor perlu memperhatikan kondisi psikologis AMPK. Jika dirasa emosinya sudah stabil dan baik, anak-anak dapat diberi beragam karakteristik peran. Namun, jika emosi AMPK masih dalam tahap penyembuhan atau tidak stabil, peran atau cerita yang akan dibawakannya sebaiknya yang menyenangkan atau membahagiakan.

Setelah sesi pemaparan selesai, kegiatan selanjutnya adalah diskusi dan tanya jawab yang dipandu oleh moderator. Dalam sesi ini, terlihat keaktifan peserta untuk bertanya dan saling menanggapi satu sama lain.

## **2. Tahap pemberian pengetahuan seni mural**

Materi yang dibahas pada tahap kedua ini berkaitan dengan seni rupa sebagai metode alternatif dalam *art therapy*. Sebelum mengacu pada seni mural, terlebih dahulu dijelaskan tentang manfaat seni lukis sebagai media terapi. Melukis sebagai terapi berkaitan dengan aspek kontemplatif/sublimasi. Kontemplatif/sublimasi adalah suatu cara atau proses yang bersifat menyalurkan atau mengeluarkan segala sesuatu yang bersifat kejiwaan, seperti perasaan, memori, pada saat kegiatan berkarya seni berlangsung (merupakan salah satu fungsi seni yang dimanfaatkan secara optimal pada setiap sesi terapi). Kontemplatif dalam hal ini berisi berbagai endapan batin yang ditumpuk, baik berupa memori, perasaan, dan berbagai gangguan persepsi visual dan auditorial, diusahakan untuk dikeluarkan/disampaikan, shg individu tidak terjebak pada suatu situasi realitas imajiner yang diciptakan mrk sendiri. Aspek kontemplatif/sublimasi inilah yang kemudian dikenal dengan istilah katarsis dalam dunia psikoanalisa.

Sesuai dengan judul kegiatan ini, proses seni rupa yang dilakukan tidak hanya berhenti pada kegiatan menciptakan karya. Akan tetapi, hal terpenting dalam konsep ini adalah sebuah “pendampingan” atau konseling. Peran pekerja sosial adalah sebagai konselor untuk para AMPK. Dalam kegiatan ini, konselor dapat mengarahkan aktivitas berkarya seni rupa dengan membuat objek dalam ingatan yang sesuai dengan yang anak-anak sukai dalam kehidupan yang ia jalani selama ini. Hal ini bertujuan untuk membangkitkan memori atau ingatan dari yang disukai selama ini dan mencoba membuat suasana dalam aktivitas berkarya seni rupa tidak membosankan, yakni membuat sebuah objek dalam karya seni rupa yang sesuai dengan yang anak-anak sukai.

Setelah menjelaskan manfaat seni rupa dalam terapi, materi selanjutnya yang dijelaskan berkaitan dengan psikologi warna. Hal ini penting karena berkaitan dengan pemilihan warna pada seni mural. Dengan memahami psikologi warna ini, para pekerja sosial akan dapat mengarahkan pemilihan warna yang sesuai dalam seni mural yang dibuat AMPK, bahkan mengetahui perasaan atau emosi apa yang sedang dirasakan AMPK saat memilih warna-warna dalam objeknya. Sebagai contoh, jika anak memilih warna merah mungkin saja ia sedang merasakan kemarahan dalam hatinya. Warna merah dapat menaikkan denyut jantung, laju pernapasan, memicu emosi dan bersifat menekan. Warna ini dapat diasosiasikan dengan darah, merah, bahaya, dan kebahagiaan. Jika anak-anak memilih warna biru, yang mereka rasakan saat itu bisa berkaitan dengan kesejukan, ketenangan, rasa damai, dingin,

bersahabat, atau bahkan depresi. Sementara warna kuning, mereka sedang merasakan keceriaan, meningkatkan percaya diri, dan memberi kesan bersahabat.

Selain dikaitkan dengan psikologi, pemilihan warna juga dapat menjelaskan sisi kesehatan seseorang. Sebagai contoh, pemilihan warna merah pada objek akan memancarkan keberanian, memberikan efek peningkatan denyut jantung dan frekuensi pernapasan. Warna kuning dapat mengurangi rasa letih dan perasaan-perasaan tertekan. Warna hijau identik dengan harmonisasi alam, menyeimbangkan energi tubuh hingga membantu proses penyembuhan. Warna biru dapat memberikan efek menenangkan dan memperbaiki kerja pernafasan dalam tubuh, dan sebagainya.

Materi selanjutnya adalah pembahasan mengenai seni mural. Secara umum, definisi mural adalah menggambar atau melukis di media dinding atau media lebar lainnya yang bersifat permanen. Dalam kaitannya dengan kegiatan abdimas ini, kegiatan mural yang akan dilakukan dapat menggunakan media tripleks terlebih dahulu. Setelah anak-anak terbiasa melukis di tripleks atau media lain yang lebih sederhana, langkah selanjutnya adalah mengecat di dinding.

Seni mural ini penting untuk diberikan kepada anak-anak AMPK. Melalui mural, objek yang digambarkan, dan pemilihan warna, para pekerja sosial dapat mengetahui emosi-emosi terpendam yang dirasakan AMPK dalam membuat mural. Selain sebagai media terapi, kegiatan mural ini juga dapat memberikan kesenangan kepada anak-anak.



Gambar 3. Seni rupa sebagai terapi



Gambar 4. Contoh kegiatan mural

Hal lain yang perlu dipahami oleh konselor atau pekerja sosial adalah mural berbeda dengan grafiti. Grafiti adalah coretan-coretan pada dinding

dengan memperhatikan komposisi warna, garis, bentuk dan volume yang digunakan untuk menulis kata-kata, simbol atau kalimat tertentu. Alat yang



digunakan untuk membuat grafiti biasanya cat semprot kaleng. Sebelum cat semprot tersedia, grafiti umumnya dibuat dengan kuas atau kapur dengan sapuan kuas. Jadi, perbedaan mural dengan grafiti adalah gambar yang dibuat melalui teknik mural lebih bebas dan luas, sedangkan grafiti dibuat dalam bentuk tulisan atau kata-kata.

Mural yang nantinya dibuat oleh para AMPK seyogyanya dapat mengandung informasi yang dapat dipahami oleh pihak BRSAMPK Handayani. Peran pekerja sosial untuk mengarahkan anak-anak melukis mural menjadi penting. Jika emosi anak-anak sudah stabil dan mengalami kemajuan, mural yang dibuat tidak hanya sebagai media penyaluran emosi, tetapi juga alat untuk menyampaikan pesan moral, pendidikan, sosial, atau budaya. Pada tingkat yang lebih tinggi, mural dapat dijadikan media untuk pembelajaran ide-ide tentang kesenirupaan. Selain belajar tentang ide-ide seni, ide-ide yang dapat diangkat dalam mural dapat digunakan sebagai bentuk media aspirasi populer. Hal ini disebabkan seni dinding ketika dipublikasikan di ruang publik adalah bersifat objektif.

Sama seperti pada kegiatan tahap pertama, setelah sesi pemaparan selesai, kegiatan selanjutnya adalah diskusi dan tanya jawab yang dipandu oleh moderator. Dalam sesi ini, terlihat keaktifan peserta untuk bertanya dan saling menanggapi satu sama lain berkaitan dengan seni mural yang sudah disampaikan. Dalam diskusi, ada beberapa masukan yang harus ditindaklanjuti bersama, antara lain,

- a) Pendampingan sosial seni drama sebaiknya dilakukan bertahap atau beberapa kali praktik tatap muka agar penguasaan tentang seni drama terhadap para pekerja sosial (peksos) di BRSAMPK Handayani Jakarta dapat lebih maksimal. Jika para peksos memiliki keahlian dalam mengajarkan seni drama, itu akan memudahkan “transfer” ilmu kepada AMPK.
- b) Pendampingan sosial seni mural juga dapat dilakukan bertahap. Setelah para peksos dan anak-anak dapat melukis mural di media yang sederhana, seperti tripleks, diharapkan mereka dapat melukis dinding asrama agar terlihat lebih indah. Pemilihan gambar dan warna akan disesuaikan dengan arahan tim abdimas Universitas Esa Unggul.
- c) Untuk mengetahui sejauh mana peningkatan kestabilan emosi para AMPK melalui *art therapy*, memang membutuhkan waktu. Peran peksos dan seluruh pihak yang terlibat untuk menangani AMPK sangat berperan penting. Berlatih adalah kuncinya.

- d) Selain siswa, pekerja sosial dan seluruh seluruh pihak yang terlibat untuk menangani AMPK sebaiknya mempelajari juga teknik atau langkah-langkah dalam mengajarkan seni peran (psikodrama) dan mural. Jadi, ketika para peksos memberikan contohnya, mereka memiliki rasa percaya diri yang baik.

Dari diskusi tersebut dapat dipahami bahwa *art therapy*, misalnya pada seni drama dan mural dapat dijadikan media terapi seni yang baik untuk anak-anak yang memerlukan perlindungan khusus (AMPK) di BRSAMPK Handayani Jakarta. Hal ini sesuai dengan karakteristik para AMPK yang memang memiliki masalah dalam hal psikologis. *Art Therapy* dapat membantu para peksos untuk menangani anak-anak AMPK, khususnya ketika mereka membutuhkan kegiatan yang berkaitan dengan fisik dan psikis. Akhir dari kegiatan ini adalah Tim Abdimas akan melakukan pendampingan sosial kepada para peksos di BRSAMPK Handayani Jakarta sampai dirasa cukup memberikan hasil atau perkembangan yang baik bagi anak-anak AMPK. Selain itu, tim abdimas juga akan memantau kinerja para peksos dalam menerapkan *art therapy* sebagai bagian dari pembelajaran di kelas.

### **Kesimpulan**

Kegiatan pendampingan sosial *Art Therapy* untuk pekerja sosial di Balai Rehabilitasi Sosial Anak yang Memerlukan Perlindungan Khusus (BRSAMPK) Handayani Jakarta dapat berjalan dengan lancar. Meski diskusi dilaksanakan secara daring melalui aplikasi Zoom karena masih pandemi COVID-19, semua peserta terlihat antusias dan diharapkan dapat merasakan manfaatnya. Untuk tahap yang lebih lanjut, praktik yang berkaitan dengan seni drama dan mural akan dilaksanakan secara langsung ketika kondisi sudah membaik dan lebih aman. Beberapa poin keberhasilan yang dapat ditunjukkan dari kegiatan ini antara lain,

1. Ketika sesi diskusi dan pemberian materi secara daring, para peserta aktif menyimak dari awal hingga akhir. Selain itu, beberapa dari mereka juga mengajukan pertanyaan terkait dengan materi yang disampaikan. Hal itu penting karena dengan keaktifan tersebut, tim abdimas akan mengetahui sejauh mana pemahaman mereka terhadap konsep-konsep yang diberikan.
2. Kelancaran dari kegiatan abdimas ini juga didukung oleh hasil kuesioner pada akhir kegiatan. Secara keseluruhan, peserta abdimas merespons positif dan menyatakan puas

terhadap kegiatan abdimas. Adapun beberapa kekurangan berkaitan dengan ketiadaan praktik secara langsung karena adanya pandemi COVID-19.

3. Tim abdimas dan para peserta setuju bahwa *Art therapy* dapat memberikan suasana baru ketika pembelajaran di kelas. Karakteristik peserta didik yang beragam dapat diatasi dengan menggunakan teknik-teknik yang ada dalam *art therapy*. Siswa laki-laki yang cenderung menyukai kegiatan-kegiatan fisik dapat mengoptimalkan kesenangan tersebut dengan melukis mural atau bermain seni peran, khususnya olah tubuh dan vokal. Sementara itu, siswa yang masih memiliki masalah psikologis dapat terbantu dengan pemilihan warna dalam mural atau pelatihan olah sukma (dalam seni drama).
4. Melalui seni mural, para peksos dapat lebih mendalami karakter peserta didik melalui gambar-gambar yang dibuatnya termasuk pemilihan warna. Sementara itu, melalui seni drama, para peksos dapat menggali emosi terdalam peserta didik melalui peran yang akan dibawakannya.

Hidayah, R. (2014). "Pengaruh Terapi Seni terhadap Konsep Diri Anak". *Makara-Hub Asia*, 18(2): 89—96.

Moody, H.L.B. 1979. *The Teaching of Literature*. London: Logman Group Ltd.

Saptaria, Rikrik El. 2006. *Panduan Praktis Aktng untuk Film & Teater: Acting Handbook*. Bandung: Rekayasa Sains Bandung.

Sari, Syska Purnama. (2017). "Teknik Psikodrama dalam Mengembangkan Kontrol Diri Siswa". *Jurnal Fokus Konseling*, 3(2): 123—137.

Wicandra, Obed Bima. (2005). "Berkomunikasi secara Visual melalui Mural di Jogjakarta". *Nirmana*, 7(2): 126—133.

<https://handayani.kemsos.go.id/>

#### Daftar Pustaka

American Art Therapy Association. (2016). American Art Therapy Association. Retrieved 27 November 2016, from <http://arttherapy.org/>

Bar-Sela, G., Atid, L., Danos, S., Gabay, N., & Epelbaum, R. (2007). "Art Therapy Improved

Beck, A. & Alford, B. (2014). *Depression* (1st ed.). Philadelphia: University of Pennsylvania Press.

Chairani, Z. (2013). Efektivitas terapi menggambar untuk meningkatkan kebermaknaan hidup warga binaan di Lembaga Masyarakat Narkotika Kelas IIA Yogyakarta. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.

Depression and Influenced Fatigue Levels in Cancer Patients on Chemotherapy". *Psycho-Oncology*, 16(11), 980-984. <http://dx.doi.org/10.1002/pon.1175>