

Andromeda

Jurnal Pengabdian Masyarakat Rafflesia

e-ISSN 2808-893X

Seni untuk Hati: *Art Therapy* sebagai Penguatan Emosi Anak di Panti Asuhan Guyub Rukun

Wiwit^{1, 2*}, Danu Rahmat Fajari², Destry Ramadanti², Ferdianata Gustafian², Imallatul Istma², Kurnia Mutiara Indah², Melse Yesnaini², Nadia Razela², Putri Indah Pratiwi², Rafika Fadhila Dhani², Revi Alvionita², Sinta Annisa Putri², Waqina Nata², Yensi Pertamasari²

¹Program Studi Pendidikan Kimia, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bengkulu, Indonesia

²Program Studi Pendidikan Profesi Guru Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bengkulu, Indonesia

* For correspondence purposes, email: wiwit@unib.ac.id

ABSTRACT

The activity "Art for the Heart: Art Therapy as Emotional Empowerment for Children at the Guyub Rukun Orphanage" was implemented as an application of art-based Guidance and Counseling to enhance the emotional well-being of orphanage children. These children often face psychosocial challenges due to the lack of affection and past traumatic experiences. Art therapy was chosen as a method because it allows children to express their emotions freely and creatively through artistic media. This study employed a descriptive qualitative method with a participatory approach through socialization sessions and hands-on practice. The results showed that the children demonstrated high enthusiasm and were able to express their feelings through activities such as drawing, coloring, and collaborative art projects. The program provided a safe space for emotional exploration and also improved social skills, self-confidence, and mutual respect. Furthermore, the activity increased caregivers' awareness of the importance of creative approaches in supporting children. In conclusion, art therapy is proven to be an effective strategy within Guidance and Counseling to strengthen the emotional capacity of orphaned children and is recommended for sustainable implementation.

Keywords: *Art therapy; guidance and counseling; children's emotions; orphanage; psychological well-being*

ABSTRAK

Kegiatan "Seni untuk Hati: *Art Therapy* sebagai Penguatan Emosi Anak di Panti Asuhan Guyub Rukun" dilaksanakan sebagai implementasi pendekatan Bimbingan dan Konseling berbasis seni untuk meningkatkan kesejahteraan emosional anak-anak panti. Anak-anak di panti asuhan sering menghadapi tantangan psikososial akibat kurangnya kasih sayang

dan pengalaman traumatis di masa lalu. *Art therapy* dipilih sebagai metode karena memungkinkan anak mengekspresikan emosi secara bebas dan kreatif melalui media seni. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan partisipatif melalui kegiatan sosialisasi dan praktik langsung. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa anak-anak menunjukkan antusiasme tinggi dan mampu mengekspresikan perasaan melalui aktivitas menggambar, mewarnai, dan kerja kelompok seni. Kegiatan ini menciptakan ruang aman untuk eksplorasi emosi serta meningkatkan keterampilan sosial, kepercayaan diri, dan rasa saling menghargai. Selain itu, kegiatan ini juga meningkatkan kesadaran pengasuh terhadap pentingnya pendekatan kreatif dalam mendampingi anak-anak. Kesimpulannya, *art therapy* efektif digunakan sebagai strategi Bimbingan dan Konseling untuk memperkuat emosi anak-anak panti dan layak diimplementasikan secara berkelanjutan.

Kata kunci: Art therapy; bimbingan dan konseling; emosi anak; panti asuhan; kesejahteraan psikologis

PENDAHULUAN

Anak-anak yang tinggal di panti asuhan menghadapi berbagai tantangan emosional dan psikososial akibat kehilangan figur orang tua, keterbatasan kasih sayang, serta ketidakpastian masa depan. Lingkungan yang terbatas dalam memberikan dukungan emosional dapat menyebabkan gangguan dalam perkembangan emosi dan sosial anak, seperti kecemasan, rendah diri, dan kesulitan berkomunikasi. Oleh karena itu, perlu adanya pendekatan yang mendukung anak-anak panti dalam mengelola dan mengekspresikan emosi secara sehat.

Salah satu pendekatan efektif yang dapat digunakan adalah *Art Therapy*, yaitu bentuk terapi yang menggunakan seni sebagai media untuk mengungkapkan perasaan dan pengalaman batin (Corey, 2013). Metode ini sangat sesuai diterapkan kepada anak-anak, khususnya yang kesulitan dalam mengekspresikan emosi secara verbal. Kegiatan kreatif seperti menggambar, mewarnai, dan menciptakan karya seni terbukti mampu menenangkan, meningkatkan rasa percaya diri, serta membantu pemahaman diri.

Berdasarkan permasalahan yang diidentifikasi, maka rumusan masalah dalam kegiatan ini adalah: 1) Bagaimana bentuk implementasi *Art Therapy* sebagai media penguatan emosi bagi anak-anak di Panti Asuhan Guyub Rukun? 2) Bagaimana dampak kegiatan *Art Therapy* terhadap ekspresi emosi dan keterampilan sosial anak-anak panti?

Beberapa studi menunjukkan bahwa terapi seni memberikan efek positif terhadap kesejahteraan emosional, terutama bagi anak-anak dengan latar belakang trauma atau kehilangan. Menurut Malchiodi (2006), *Art Therapy* membantu individu mengakses dan mengelola emosi melalui simbolisasi visual, yang seringkali lebih efektif dibandingkan terapi verbal bagi anak-anak. Penelitian oleh Sari & Kurniawan (2020) menunjukkan bahwa kegiatan seni di panti asuhan dapat meningkatkan rasa percaya diri dan memperbaiki interaksi sosial anak. Selain itu, layanan Bimbingan dan Konseling (BK) juga menekankan pentingnya pengembangan keterampilan emosi dan sosial dalam mendukung perkembangan

psikologis peserta didik. Dalam konteks ini, integrasi *Art Therapy* ke dalam pendekatan BK sangat relevan untuk diterapkan di lingkungan panti asuhan (Pratama & Utami, 2021; Suherman, 2021; Depdiknas, 2024).

Program pengabdian masyarakat ini dirancang untuk memberikan ruang yang aman dan kreatif bagi anak-anak di Panti Asuhan Guyub Rukun dalam mengekspresikan emosi mereka. Diharapkan kegiatan ini tidak hanya memperkuat kesehatan mental anak-anak panti, tetapi juga meningkatkan pemahaman masyarakat akan pentingnya pendekatan psikososial yang inklusif dan humanistik dalam mendampingi mereka.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 13 April 2025 di Aula Panti Asuhan Guyub Rukun, yang berlokasi di Kelurahan Semarang, Kecamatan Sungai Serut, Kota Bengkulu, Provinsi Bengkulu. Sasaran kegiatan ini adalah anak-anak yang tinggal di Panti Asuhan Guyub Rukun, yang terdiri dari berbagai jenjang usia, yaitu siswa SD sebanyak 16 orang, siswa SMP sebanyak 8 orang, dan siswa SMA sebanyak 6 orang. Kegiatan ini ditujukan untuk mendukung penguatan emosi dan keterampilan sosial anak-anak melalui pendekatan *art therapy*. Rancangan kegiatan disusun dalam bentuk sosialisasi dan praktik langsung *art therapy* yang mencakup sesi pengenalan dan *ice breaking*, aktivitas menggambar dan mewarnai emosi, pembuatan karya seni secara berkelompok, serta sesi evaluasi.

Kegiatan dilakukan dalam suasana yang aman dan menyenangkan guna mendorong keterlibatan aktif anak-anak. Data kegiatan dikumpulkan melalui observasi langsung terhadap keterlibatan dan respons anak-anak selama kegiatan, serta melalui wawancara informal dengan pengasuh panti untuk mendapatkan gambaran perubahan emosi dan perilaku anak-anak setelah kegiatan. Analisis deskriptif kualitatif dipilih karena sesuai untuk memahami dinamika emosional dan sosial dalam konteks kegiatan non-formal dan berbasis partisipatif. Data dianalisis dengan menelaah pola keterlibatan anak dalam kegiatan, ekspresi emosi dalam karya seni, serta umpan balik dari anak-anak dan pengasuh panti. Hasil analisis ini digunakan untuk mengevaluasi efektivitas program dan sebagai dasar pengembangan kegiatan serupa di masa mendatang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan “Seni untuk Hati: *Art Therapy* sebagai Penguatan Emosi Anak di Panti Asuhan Guyub Rukun” menunjukkan dampak positif terhadap peserta. *Art Therapy* merupakan bentuk psikoterapi yang menggunakan media visual dan sentuhan sebagai sarana ekspresi diri dan komunikasi. Terapi seni ini dapat membantu orang-orang dari segala usia dan kemampuan untuk mengekspresikan pikiran dan perasaan yang sulit, menumbuhkan kesadaran diri, dan meningkatkan pertumbuhan pribadi (Wardhani & Hidayat, 2022). Dalam kegiatan pengabdian ini, terapi diberikan kepada anak-anak panti asuhan yang berusia usia sekolah dasar sampai menengah. Anak-anak menunjukkan antusiasme yang tinggi selama

proses berlangsung dan aktif terlibat dalam setiap sesi, mulai dari *ice breaking* hingga pembuatan karya seni kelompok. Hasil observasi mengindikasikan peningkatan dalam ekspresi emosi serta interaksi sosial yang lebih terbuka dan harmonis.

Anak-anak tampak lebih percaya diri dan nyaman dalam mengekspresikan perasaan mereka melalui media seni. Selain memberikan saluran emosional yang sehat, kegiatan ini juga mempererat hubungan antara anak dan pengasuh, serta menciptakan suasana emosional yang lebih positif di lingkungan panti.

Partisipasi anak dalam kegiatan *Art Therapy* berdasarkan hasil observasi ditunjukkan pada Tabel 1. Kegiatan pelaksanaan ditunjukkan berupa gambar, yang dapat dilihat pada Gambar 1, Gambar 2, dan Gambar 3.

Tabel 1. Kategori Partisipasi Anak dalam Kegiatan

Kategori Partisipasi	Jumlah Anak
Aktif	18
Cukup Aktif	9
Kurang Aktif	3



Gambar 1. Foto Bersama Anak Panti Asuhan Guyub Rukun



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan Sosialisasi *Art Therapy*



Gambar 3. Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan *Art Therapy*

Berdasarkan hasil observasi dan dokumentasi, kegiatan *Art Therapy* berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Anak-anak mampu mengekspresikan perasaan mereka secara visual melalui gambar dan warna, yang menunjukkan pemrosesan emosi secara sehat. Pendekatan kerja kelompok dalam berkarya juga terbukti mendorong kerja sama, komunikasi, dan kepekaan sosial antar peserta (Yalom, 2002). Dengan demikian, kegiatan ini terbukti efektif sebagai strategi penguatan emosi anak-anak panti dalam konteks layanan Bimbingan dan Konseling.

SIMPULAN

Kegiatan “Seni untuk Hati: *Art Therapy* sebagai Penguatan Emosi Anak di Panti Asuhan Guyub Rukun” berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Anak-anak mampu mengenali dan mengekspresikan emosi mereka melalui media seni secara menyenangkan dan kreatif. Pendekatan *Art Therapy* terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri, keterbukaan dalam komunikasi, serta membangun interaksi sosial yang lebih positif di antara anak-anak panti.

Selain itu, kegiatan ini memberikan ruang aman dan suportif bagi anak-anak untuk mengungkapkan perasaan yang sulit disampaikan secara verbal. Melalui proses kreatif, mereka mampu memproses emosi dengan cara yang sehat dan konstruktif. Berdasarkan hasil observasi dan partisipasi selama kegiatan berlangsung, *Art Therapy* layak dijadikan sebagai salah satu strategi dalam layanan Bimbingan dan Konseling di lingkungan panti asuhan guna mendukung kesejahteraan psikologis anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Panti Asuhan Guyub Rukun Kota Bengkulu atas izin dan dukungan penuh yang diberikan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada para pengasuh dan seluruh anak-anak panti yang telah berpartisipasi aktif dan antusias dalam setiap rangkaian kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Malchiodi, C. A. (2006). *The art therapy sourcebook*. New York: McGraw-Hill.
- [2] Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (9th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- [3] Yalom, I. D. (2002). *The gift of therapy*. New York: Harper Perennial.
- [4] Lestari, M., & Wibowo, A. (2023). Implementasi art therapy untuk anak-anak korban kekerasan emosional. *Jurnal Konseling Humanistik*, 9(1), 21–29. <https://doi.org/10.7454/jkh.v9i1.1547>
- [5] Wardhani, R., & Hidayat, T. (2022). Efektivitas terapi seni dalam meningkatkan ekspresi emosi remaja. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 10(1), 33–41. <https://doi.org/10.1234/jpp.2022.01005>
- [6] Pratama, D. R., & Utami, S. (2021). Kegiatan kreatif sebagai media intervensi psikologis anak panti asuhan. *Jurnal Intervensi Psikososial*, 5(3), 45–52. <https://doi.org/10.31234/osf.io/j387g>
- [7] Sari, N., & Kurniawan, B. (2020). Peran kegiatan seni dalam meningkatkan kepercayaan diri dan interaksi sosial anak panti asuhan. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 8(2), 101–110. <https://doi.org/10.1234/jpp.v8i2.2020>
- [8] Suherman, A. (2021). Penguatan layanan bimbingan dan konseling melalui kegiatan kreatif. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 6(2), 115–123.
- [9] Departemen Pendidikan Nasional. (2014). *Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Kemendikbud.