

Art Therapy: Penyembuh Luka Hati untuk Remaja di Lembaga Pemberdayaan Khusus Anak (LPKA) Kelas II Bandung

**Astri Firdasannah*, Dyah Rachman Kuswartanti, Widi Ramanda Justice, Nazwa
Amanda Suherman, Muhammad Novan Rhamdani Nahrudin, Sendi Soleh Hartadi**
Fakultas Psikologi, Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia, Bandung, Indonesia

*Penulis korespondensi: astrifirda@unibi.ac.id

Dikirim : 1 Maret 2025

Direvisi : 8 Mei 2025

Diterima : 9 Mei 2025

Abstrak: *Pelanggaran perilaku oleh remaja menjadi masalah yang serius di Indonesia. Remaja bermasalah yang dijatuhi hukuman pidana ditempatkan di Lembaga Pemberdayaan Khusus Anak (LPKA) Kelas II Bandung. Aspek perilaku bermasalah adalah masalah emosi, masalah perilaku, masalah teman sebaya, hyperactivity, dan inatensi. Perilaku bermasalah tersebut dapat terjadi karena rendahnya psychological well-being (PWB) sehingga remaja tidak mampu beradaptasi pada masa perkembangannya dengan baik. Remaja dapat meningkatkan PWB dengan diberikan art therapy. Art therapy adalah suatu bentuk terapi yang bersifat ekspresif dengan menggunakan materi seni, seperti lukisan, kapur, spidol, dan lainnya. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan memiliki tema art therapy: penyembuh luka hati, yaitu kegiatan sesi terapi seni untuk memfasilitasi para remaja klien LPKA Kelas II Bandung dapat meningkatkan PWB. Hasil dari kegiatan ini terjadi peningkatan PWB yang diukur melalui alat ukur Brief Scale of Psychological Well-Being for Adolescents (BSPWB-A) versi Indonesia. Dengan demikian, kesejahteraan psikologi remaja klien LPKA Kelas I Kota Bandung meningkat setelah diberikan art therapy.*

Kata kunci: *art therapy, psychological well being, remaja*

Abstract: *Behavioral violations by teenagers have become a serious problem in Indonesia. Problematic adolescents who are sentenced to criminal punishment are placed in the Special Child Empowerment Institution (CEI) Class II Bandung. Aspects of problematic behavior include emotional issues, behavioral problems, hyperactivity and inattention, and peer problems. These problematic behaviors can occur due to low psychological wellbeing (PWB), making it difficult for adolescents to adapt well during their developmental period. So that adolescents can improve their PWB, art therapy is provided. Art therapy is a form of therapy that is expressive in nature, using art materials such as paintings, chalk, markers, and others. The community service activity conducted has the theme of art therapy: healing emotional wounds, which involves art therapy sessions to facilitate the improvement of PWB among adolescent clients of CEI Class II Bandung. The results of this activity showed an increase in PWB measured using the Brief Scale of Psychological Well-Being for Adolescents (BSPWB-A) version Indonesia. This means that the psychological well-being of adolescent clients at CEI Class II Bandung City improved after receiving art therapy.*

Keywords: *adolescent, art therapy, psychological well being*

1. Pendahuluan

Beberapa kasus masalah remaja masih ramai diberitakan melalui beberapa media *online*, televisi, maupun surat kabar. Kasus perundungan yang terjadi kepada guru oleh siswanya sendiri, seperti berkata kasar dan tindakan kekerasan, sempat ramai pada tahun 2019 (Purwasatria, 2019). Selain itu, terdapat dua pemuda yang tewas karena meminum minuman keras oplosan di Tasikmalaya (Rahadian, 2020). Kasus serupa pernah terjadi sebelumnya yang menewaskan tiga remaja di Malang (Agustina, 2019). Sementara itu, puluhan remaja di Jakarta Selatan terlibat pengeroyokan dan menewaskan salah satu diantaranya (Bimantara, 2020).

Remaja berasal dari kata latin *adolescence* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolescence* mempunyai arti yang lebih luas lagi—mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Hurlock, 1996). Berdasarkan demografi penduduk, usia remaja di Indonesia mencapai angka 30%, tetapi sebanyak 2,3 juta remaja atau 3,2% dari populasi penduduk menjadi pengguna narkoba (Stefanie, 2019). Kenyataan ini diperparah oleh fakta lapangan bahwa 90% video porno yang beredar dalam beberapa tahun terakhir diperankan oleh remaja. Hal tersebut juga menggambarkan tingginya tingkat seks bebas, yang juga meningkatkan angka aborsi (Yaksa, 2017).

Fakta di atas menunjukkan bahwa masalah pelanggaran perilaku oleh remaja menjadi masalah yang serius di Indonesia. Perilaku penyimpangan yang sampai berujung pada penahanan dapat dikatakan sebagai perilaku bermasalah. Perilaku bermasalah adalah perilaku yang secara sosial didefinisikan sebagai masalah, sumber perhatian, dan tidak diinginkan oleh norma sosial, hukum masyarakat konvensional, dan institusi otoritasnya yang biasanya memunculkan beberapa bentuk respons dan kontrol sosial, seperti pernyataan ketidaksetujuan atau penahanan (Jessor, 2017).

Sementara itu, otoritas lokal di Indonesia yang meregulasi kasus pelanggaran remaja bermasalah ialah Kementerian Hukum dan HAM. Menurut Undang-Undang Sistem Peradilan Pidana Anak (UU SPPA) pasal 85 ayat 1, remaja bermasalah yang dijatuhi hukuman pidana ditempatkan di Lembaga Pemberdayaan Khusus Anak (LPKA). Data terakhir jumlah tahanan dan napi anak di Indonesia yang dipublikasikan oleh Direktorat Jenderal Pemasyarakatan (Ditjen PAS) Kementerian Hukum dan HAM RI tahun 2020 adalah sebanyak 2.638 orang tahanan dan napi laki-laki serta 44 orang tahanan dan napi perempuan yang tersebar di 33 provinsi di Indonesia.

LPKA di kota Bandung berlokasi di Jalan Sukamiskin dengan tempat tahanan berada di

Kelas II. Menurut data hingga Maret 2021, jumlah tahanan remaja di LPKA Bandung mencapai 111 remaja laki-laki usia 11-17 tahun. Perbuatan pidana yang dilakukan oleh remaja bermasalah dengan hukum yang mengakibatkan mereka berada di dalam LPKA, sejak Januari 2015 dikategorikan ada lima (5) perbuatan pidana yang dilakukan, yakni seksual (biasa disebut kasus perlindungan anak menurut pengelompokkan di pengadilan dan di LPKA), narkoba, pembunuhan, pencurian, dan perkelahan (gangguan terhadap ketertiban).

Perilaku bermasalah dapat timbul karena masalah emosi (Goodman *et al.*, 2000). Emosi yang tidak terekspresikan ditekan dan menjadikan impulsivitas untuk perilaku yang salah. Individu yang memiliki kestabilan emosi dapat mengendalikan emosinya dengan efektif, mampu mengontrol emosi, dan mampu menyeimbangkan perasaan negatif dalam dirinya (Anggaswari & Budisetyani, 2016). Sehubungan dengan hal ini, individu dapat mengelola emosinya lebih objektif dan realistis dalam menganalisis permasalahannya (Fitriyanti dkk., 2020).

Selain itu, perilaku bermasalah dapat terjadi karena rendahnya *psychological well-being* (PWB) sehingga remaja tidak mampu beradaptasi pada masa perkembangannya dengan baik (Aiyuda, 2019). Remaja dapat meningkatkan PWB dengan menggunakan *art therapy*. *Art therapy* dapat menjadi cara yang tepat untuk mengungkapkan emosi, seperti perasaan marah, takut ditolak, cemas, dan rendah diri. Kegiatan yang diperoleh dalam *art therapy* salah satunya melalui menggambar (Adriani & Satiadarma, 2011). *Art therapy* adalah suatu bentuk terapi yang bersifat ekspresif dengan menggunakan materi seni, seperti lukisan, kapur, spidol, dan lainnya (Malchiodi, 2012). *Art therapy* menggunakan media seni dan proses kreatif untuk membantu mengekspresikan diri, meningkatkan keterampilan *coping* individu, mengelola stress, dan memperkuat rasa percaya diri (Hidayah, 2014). *Art therapy* juga dapat diartikan sebagai kegiatan membuat sebuah karya seni untuk memenuhi kebutuhan psikologis dan emosional pada individu, baik pada individu yang memiliki kemampuan dalam seni maupun yang tidak memiliki kemampuan dalam seni. Selain itu, individu dapat mengungkapkan perasaan yang dialami dengan menggunakan seluruh area atau fungsi dalam diri mereka melalui *art therapy* (Sholihah, 2017). Berdasarkan hal di atas, remaja klien LPKA Kelas II Bandung perlu melakukan *art therapy* untuk mengekspresikan emosi yang dirasakan agar terarahkan secara positif dan meningkatkan PWB.

2. Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan memberikan metode psikoterapi *art therapy* kepada remaja klien LPKA Kelas II Kota Bandung. Tim pelaksana melaksanakan pengabdian kepada masyarakat melalui beberapa tahapan, yaitu:

1. Tahap 1: Kerja Sama dengan Mitra

Pada tahap ini, tim menyusun proposal dan melakukan kunjungan ke LPKA Kelas II Bandung untuk menjalin kerja sama yang dibuktikan dengan penandatanganan MoU.

2. Tahap 2: Analisis Kebutuhan Mitra

Analisis kebutuhan dilakukan oleh tim dengan metode observasi dan wawancara awal kepada pihak LPKA Kelas II Bandung tentang klien remaja dan permasalahan serta intervensi apa saja yang sudah diberikan kepada mereka.

3. Tahap 3: Penentuan Materi yang akan diberikan

Penentuan materi disesuaikan dengan hasil analisis kebutuhan dengan diputuskan *art therapy* sebagai intervensi yang akan diberikan kepada mereka.

4. Tahap 4: Penyusunan Panitia

Tim pelaksana di hari pelaksanaan ditentukan berdasarkan kebutuhan SDM yang terlibat dalam proses pelaksanaan program. Jumlah panitia yang terlibat terdapat 6 orang, terdiri dari 2 psikolog yang memberikan *art therapy* dan 4 fasilitator.

5. Tahap 5: Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Rabu, 12 Juni 2024 dari pukul 09.00 s/d 12.00 WIB berlokasi di LPKA Kelas II Bandung dengan langkah-langkah dari penyelenggaraan pengabdian kepada masyarakat diberikan dalam Tabel 1.

Tabel 1. Langkah-langkah Pelaksanaan Kegiatan

No.	Kegiatan	Waktu
1.	Pembukaan	09.00 s.d. 09.05 WIB
2.	<i>Pre-Test</i>	09.05 s.d. 09.20 WIB
3.	Penjelasan Mengenai <i>Art Therapy</i> , Ekspresi Emosi, dan <i>Psychological Well Being</i>	09.20 s.d. 09.50 WIB
4.	Pelaksanaan <i>Art Therapy</i>	09.50 s.d. 11.20 WIB
5.	Pembahasan dan Tanya Jawab	11.20 s.d. 11.35 WIB
6.	<i>Post-Test</i>	11.35 s.d. 11.50 WIB
7.	Penutup dan Pembagian <i>Snack</i>	11.50.d. 12.00 WIB

3. Hasil dan Diskusi

Program PKM ini diikuti oleh klien remaja LPKA Kelas II Bandung sebanyak 42 orang dengan 2 orang terapis dan 4 orang fasilitator. Hasil kegiatan diberikan dalam matriks kegiatan seperti diberikan dalam Tabel 2.

Tabel 2. Matriks Capaian Hasil Kegiatan

No	Program yang Dicapai	Hasil	Dokumentasi
1.	Pelepasan emosi klien remaja LPKA Kelas II Bandung	Klien menceritakan tentang perasaan mereka dan kejadian yang paling bermakna dalam kehidupan mereka yang sampai saat ini masih teringat melalui lembar <i>pre-test</i>. Kemudian, klien difasilitasi melalui <i>art therapy</i> untuk dapat mengekspresikan emosi yang dirasakannya saat itu-saat mengingat kejadian traumatis melalui coretan pada kanvas menggunakan berbagai warna pada cat. Berbagai reaksi emosi tergambar melalui hasil coretan mereka masing-masing. Ada yang bercerita tentang pengalamannya, simbol-simbol pada hasil gambar yang mengisyaratkan perasaan dan pengalaman tertentu, juga warna yang menggambarkan perasaan mereka. Penekanan pada warna dan bagaimana cara mereka menggambarkan juga mengisyaratkan klien dalam melepaskan emosi yang dirasakan.	  

No	Program yang Dicapai	Hasil	Dokumentasi
		Pada hasil <i>post-test</i> klien menerangkan adanya perubahan perasaan menjadi lebih lega, ditandai dengan menurunnya rating emosi negatif, dari yang sebelumnya mendapatkan rating 7-10, berkurang menjadi <7.	
2.	Meningkatkan kesejahteraan psikologis klien remaja LPKA Kelas II Bandung	Perubahan kesejahteraan klien juga dapat dilihat dari hasil <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> , skor rata-rata pengukuran meningkat dari 73,72 menjadi 77,76. Meningkatnya skor menunjukkan adanya peningkatan kesejahteraan psikologi yang dirasakan oleh klien setelah mengikuti program <i>art therapy</i> . Klien dapat lebih merasa memiliki kehendak bagi hidupnya setelah dapat melepaskan emosi negatif yang selama ini dipendam.	
3.	Mengurangi perilaku bermasalah klien remaja LPKA Kelas II Bandung	Perubahan perilaku bermasalah pada klien remaja LPKA Kelas II Bandung dapat dilihat dari hasil <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> . Berdasarkan pengukuran yang telah dilakukan, terdapat penurunan jumlah klien yang dalam kategori perilaku bermasalah abnormal ke normal. Dari 42 orang klien, hasil <i>pre-test</i> berada pada ambang sejumlah 20 orang,	 

No	Program yang Dicapai	Hasil	Dokumentasi
		kemudian berkurang menjadi 18 orang, sementara yang lainnya ada pada kategori normal. Selain itu, terjadi penurunan hasil rata-rata seluruh klien skor total perilaku bermasalahnya dari hasil <i>pre-test</i> 17,38 menjadi 15,31. Hal ini menunjukkan adanya penurunan tingkat kesulitan yang dirasakan oleh rata-rata remaja klien setelah mengikuti program <i>art therapy</i> .	
4.	Mengurangi kecenderungan kepada tanda-tanda depresi klien remaja LPKA Kelas II Bandung	Pada program PKM ini juga dilakukan pengukuran tingkat kecenderungan para klien mengalami depresi. Terdapat penurunan skor hasil <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> setelah diberikan program <i>art therapy</i> . Hal ini menunjukkan bahwa hasil dari <i>art therapy</i> juga berpengaruh pada penurunan simptom-simtom gejala depresi yang sebelumnya dirasakan oleh klien, seperti tidak memiliki semangat hidup; merasa hidupnya sudah tidak berguna dan tidak memiliki kebebasan; tidak memiliki lagi keinginan apapun; dan suasana hati dipenuhi dengan perasaan sedih dan tidak bergairah.	

4. Kesimpulan

Program pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan melalui *art therapy* terhadap klien remaja LPKA Kelas II Bandung berdampak pada perubahan variabel-variabel psikologi seperti pelepasan emosi, kesejahteraan psikologis, perilaku bermasalah, dan gejala kecenderungan depresi. Pelaksanaan program ini dapat membantu para klien remaja LPKA Kelas II Bandung untuk melepaskan dan mengekspresikan emosinya serta meningkatkan kesejahteraan psikologisnya, sedangkan perilaku bermasalah dan kecenderungan gejala depresi dapat menurun.

Program ini dapat disarankan menjadi program rutin yang diberikan untuk klien remaja LPKA Kelas II Bandung. Berdasarkan hasil dan kesimpulan, program ini cukup berdampak sehingga sangat disarankan agar dapat dilanjutkan dengan pengembangan modul agar pelaksanaan program lebih tertata dan sesuai dengan tujuan.

Ucapan Terima Kasih

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dibiayai oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Informatika dan Bisnis Indonesia. Ucapan terima kasih disampaikan kepada seluruh pihak yang telah terlibat, yakni tim panitia, pihak LPKA Kelas II Bandung, dan remaja klien LPKA Kelas II Bandung.

Daftar Referensi

- Adriani, S.N. & Satiadarma, M. (2011). Efektivitas *Art Therapy* dalam Mengurangi Kecemasan pada Remaja Pasien Leukemia, *Indonesian Journal of Cancer*, 5(1), 31–47.
- Agustina, D. (2019). Miras Dioplos Minuman Soda Menewaskan 3 Pemuda di Kabupaten Malang. Diakses tanggal 28 Mei 2024 dari laman <https://www.tribunnews.com/regional/2020/06/01/miras-dioplos-minuman-soda-menewaskan-3-pemuda-di-kabupaten-malang?page=3>.
- Aiyuda, N. (2019). *Art Therapy, Nathiqiyah: Jurnal Psikologi Islam*, 2(1), 148–166.
- Anggaswari, A.A.A.W.D. & Budisetyani, I.G.A.P.W. (2016). Gambaran Kebutuhan Psikologis pada Anak dengan Gangguan Emosi dan Perilaku (Tinjauan Kualitatif dengan *Art Therapy* sebagai Metode Penggalan Data), *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(1), 86–94.
- Bimantara, J.G. (2020). Tawuran Pelajar Kembali Renggut Nyawa. Diakses tanggal 28 Mei 2024 dari laman <https://kompas.id/baca/metro/2020/02/20/tawuran-pelajar-kembali-renggut-nyawa/>.
- Fitriyanti, E., Folastri, S., & Ferry. (2020). PKM Kelompok Remaja SMPN 163 Jakarta dan

UPBK UNINDRA: Penggunaan *Art Therapy* sebagai Media Ekspresi Emosi, *Psychocentrum Review*, 2(1), 48–55. DOI: 10.26539/pcr.21195

- Goodman, R., Ford, T., Simmons, H., Gatward, R., & Meltzer, H. (2000). Using the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) to screen for child psychiatric disorders in a community sample, *The British Journal of Psychiatry*, 177(6), 534–539. <http://doi.org/10.1192/bjp.177.6.534>
- Hidayah, R. (2014). Pengaruh Terapi Seni terhadap Konsep Diri Anak, *Makara Hubs-Asia*, 18(2), 89–96. <https://doi.org/10.7454/mssh.v18i2.3464>
- Hurlock, E.B. (1996). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. *Erlangga*. Jakarta.
- Jessor, R. (2017). Problem behavior theory and the social context: The collected works of Richard Jessor, *Advancing responsible adolescent development*, 3. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1007/978-3-319-57885-9>
- Malchiodi, C. (2012). Handbook of Art Therapy. *The Guilford Press*. New York.
- Purwasatria, M.U. (2019). Viralnya Kasus *Bullying* Siswa terhadap Guru: Potret Buram Dunia Pendidikan. Diakses tanggal 28 Mei 2024 dari laman <https://ayobandung.com/read/2019/02/13/44987/viralnya-kasus-bullying-siswa-terhadap-guru-potret-buram-dunia-pendidikan>.
- Rahadian, D. (2020). Dua Pemuda Tasikmalaya Tewas Usai Pesta Miras Oplosan. Diakses tanggal 28 Mei 2024 dari laman <https://news.detik.com/berita-jawa-barat/d-4870162/dua-pemuda-tasikmalaya-tewas-usai-pesta-miras-oplosan>.
- Sholihah, I.N. (2017). Kajian Teoritis Penggunaan *Art Therapy* dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling di SMK, *Proceeding of the 1st ASEAN School Counselor Conference on Innovation and Creativity in Counseling*, Yogyakarta, 26–29 Oktober 2017, 173–182.
- Stefanie, C. (2019). JK: Hampir 50 Persen Lapas Diisi Pecandu Narkoba. Diakses tanggal 28 Mei 2024 dari laman <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20190626122220-20-406552/jk-hampir-50-persen-lapas-diisi-pecandu-narkotika>.
- Yaksa, R.A. (2017). Hubungan Penggunaan Internet dan Konformitas Teman Sebaya dengan Perilaku Moral Remaja serta Implikasinya dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling. *Tesis Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Padang*.