

Efektivitas Aktivitas Seni terhadap Penurunan Perilaku Menyimpang pada Tunagrahita Dewasa di Panti X, Jakarta Barat

Indriani¹, Dindi Maulysa Rahmat², Novenda M. M. Lontoh³, Denrich Suryadi⁴

¹²³⁴Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara

Corresponding Author: e-mail: denrichs@fpsi.untar.ac.id

Published: 2025

ABSTRAK

Tunagrahita merupakan gangguan perkembangan yang ditandai dengan keterbatasan fungsi intelektual dan perilaku adaptif, terutama pada individu yang tinggal di panti dengan dukungan terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas aktivitas seni terhadap penurunan perilaku menyimpang seperti agresi, menyakiti diri, dan perilaku repetitif pada tunagrahita dewasa di Panti X, Jakarta Barat. Pendekatan kuantitatif digunakan dengan desain eksperimen one-group pretest-posttest. Enam partisipan dipilih berdasarkan kriteria perilaku yang teridentifikasi melalui hasil observasi. Intervensi dilakukan selama tiga hari melalui enam sesi aktivitas seni yang mencakup berbagai kegiatan mengenal emosi menggunakan kertas emosi dan origami bergambar, menarik garis bergambar, mendengarkan musik relaksasi, membuat kolase dari kacang hijau, karya dari stik kayu, membuat boneka kaos kaki, serta melukis dan mewarnai. Data dikumpulkan dan partisipan dievaluasi menggunakan instrumen Aberrant Behavior Checklist (ABC) yang diisi oleh pendamping pada periode waktu sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa empat dari enam partisipan mengalami penurunan perilaku menyimpang. Penurunan signifikan terjadi pada dimensi perilaku stereotipik dan hiperaktif. Dimensi iritabilitas dan ucapan tidak tepat mengalami penurunan, tetapi tidak signifikan. Sementara itu, dimensi penarikan diri tidak menunjukkan perubahan berarti.

Kata Kunci: Tunagrahita, Aktivitas Seni, Perilaku Menyimpang.

ABSTRACT

Mental retardation constitutes a developmental disorder delineated by constraints in cognitive functioning and adaptive conduct, particularly among individuals residing in institutional settings with insufficient support. This research endeavors to assess the efficacy of artistic interventions in mitigating maladaptive behaviors such as aggression, self-injurious acts, and repetitive actions in adults diagnosed with mental retardation at Panti X, West Jakarta. A quantitative methodology was employed utilizing a one-group pretest-posttest experimental framework. Six participants were meticulously chosen based on behavioral criteria discerned through observational assessments. The intervention was conducted over a three-day period, encompassing six sessions of artistic activities designed to facilitate emotional recognition through the use of emotion paper and origami featuring illustrative images, drawing lines in conjunction with pictures, engaging in relaxation music, creating collages from green beans, constructing items from wooden sticks, fashioning sock puppets, as well as painting and coloring. Data acquisition was performed, and participant evaluations were conducted employing the Aberrant Behavior Checklist (ABC) instrument, which was completed by the accompanying individual in the timeframe preceding and following the intervention. The findings indicated that four out of the six participants manifested a reduction in maladaptive behaviors. A notable decline was observed in the dimensions of stereotypic and hyperactive behaviors. Although the dimensions of irritability and inappropriate verbalizations exhibited decreases, these were not statistically significant. Conversely, the dimension pertaining to withdrawal did not present any significant alterations.

Keywords: Mental Retardation, Art Activities, Deviant Behavior.

PENDAHULUAN

Tunagrahita atau disabilitas intelektual merupakan suatu gangguan perkembangan yang ditandai dengan kekurangan atau keterbatasan fungsi intelektual dan perilaku adaptif (Beh-Pajoo et al., 2018; Lestari et al., 2021). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-5 (DSM-5) menegaskan bahwa tunagrahita tidak hanya didasari pada fungsi intelektual, namun harus mempertimbangkan kemampuan individu dalam menjalani perilaku adaptif (Beh-Pajoo et al., 2018). Tunagrahita merupakan salah satu golongan anak berkebutuhan khusus (ABK) yang mendapatkan pendidikan khusus melalui Sekolah Luar Biasa (SLB). Menurut peraturan pemerintah No. 72 tahun 1991 tentang pendidikan luar biasa, terdapat berbagai istilah di Indonesia mengenai penyandang tunagrahita seperti lemah pikiran, lemah ingatan, terbelakang mental, dan tunagrahita yang mulai digunakan sejak tahun 1983 (Tarigan, 2019). Dengan demikian, tunagrahita merupakan kondisi disabilitas intelektual yang memerlukan pemahaman menyeluruh terhadap aspek intelektual dan perilaku adaptif, serta penanganan pendidikan yang sesuai melalui sistem pendidikan luar biasa.

Tunagrahita dikelompokkan dalam pengelompokan yang sangat bervariasi, tergantung pada dasar pandang dalam pengelompokannya. Menurut AAMD, tunagrahita dikelompokkan menjadi tiga, yaitu tunagrahita ringan dengan tingkat kecerdasan (IQ) berkisar 50 hingga 70, tunagrahita sedang dengan tingkat kecerdasan (IQ) berkisar 30 hingga 50, dan tunagrahita berat dan sangat berat dengan tingkat kecerdasan (IQ) kurang dari 30 (Tarigan, 2019). Mereka yang termasuk dalam kelompok tunagrahita ringan cenderung memiliki kemampuan daya tangkap yang kurang, namun dianggap masih mampu sehingga mereka diberikan layanan pendidikan khusus. Menurut data dari kementerian kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2019, terdapat 38.545 anak dengan disabilitas intelektual yang terdaftar di sekolah luar biasa (Lestari et al., 2021). Oleh karena itu, pemahaman terhadap klasifikasi tunagrahita sangat penting untuk menentukan pendekatan pendidikan yang tepat, terutama bagi kelompok tunagrahita ringan yang masih memiliki potensi untuk berkembang melalui pendidikan khusus.

Tunagrahita atau disabilitas intelektual umumnya mengalami kesulitan dalam mengekspresikan pikiran dan perasaan mereka secara verbal. Hal ini dikarenakan kurangnya kemampuan komunikasi yang menyebabkan mereka menyalurkan perasaan tersebut melalui perilaku menyimpang (Rainbow et al., 2020). Perilaku menyimpang (*aberrant behavior*) dalam konteks gangguan perkembangan mengacu pada tindakan yang menyimpang dari apa yang dianggap umum dan dapat diterima oleh individu lain. Perilaku menyimpang ditandai dengan intensitas, frekuensi, dan durasi dari suatu perilaku yang dapat mengganggu kemampuan individu untuk terlibat dalam perilaku adaptif (Matson & Williams, 2014).

Perilaku menyimpang kerap didefinisikan berdasarkan dampak yang ditimbulkan terhadap individu maupun lingkungan sekitarnya. Sebagai contoh, tindakan agresif dapat ditunjukkan dalam bentuk tindakan fisik terhadap orang lain, seperti menendang atau membentak. Di sisi lain, tindakan melukai diri sendiri dengan membenturkan kepala atau menggigit dapat menyebabkan cedera pada diri individu tersebut. Selain itu, perilaku stereotip yang ditandai dengan gerakan atau ucapan berulang tanpa memiliki tujuan yang jelas, serta perilaku yang mengganggu lingkungan sekitar, dapat menghambat proses pembelajaran dan interaksi sosial (Matson & Williams, 2014). Perilaku ini seringkali dipertahankan karena faktor biologis, lingkungan

dan sosial (Singh et al., 2011).

Tunagrahita yang tinggal di layanan residensial seperti panti lebih rentan menunjukkan perilaku agresif dan menyimpang karena adanya batasan dan tuntutan tugas atau tanggung jawab yang diberikan sehingga berdampak negatif pada lingkungan sosial di sekitarnya (Hackett et al., 2020; Ainni & Rusli, 2022). Kurangnya perhatian individu, keterbatasan fasilitas, dan pengasuhan yang kurang responsif terhadap kebutuhan emosional tunagrahita, dapat memicu atau memperkuat munculnya perilaku menyimpang tersebut. Agresivitas yang tinggi dapat menjadi salah satu masalah psikologis yang membutuhkan penanganan melalui proses terapi, salah satunya adalah terapi seni (art therapy). Terapi seni adalah bentuk psikoterapi yang menggunakan media seni, material seni dengan pembuatan karya seni untuk berkomunikasi (Wijaya et al., 2018). Melukis sebagai salah satu pendekatan terapi seni memungkinkan individu dengan disabilitas intelektual untuk mengekspresikan emosi dan membantu mereka untuk mampu berperilaku adaptif.

Sejumlah studi juga menunjukkan bahwa penggunaan aktivitas menggambar atau melukis sebagai sebuah bentuk terapi didasarkan pada asumsi gambar merupakan bentuk komunikasi yang tidak langsung, bersifat alam bawah sadar, selain itu memberikan cara untuk mengekspresikan pikiran dan perasaannya yang terancam (Damanik et al., 2018). Menurut teori ekspresi dalam seni, semua bentuk seni melibatkan proses mengeluarkan perasaan ke permukaan, menjadikannya tampak agar dapat dirasakan oleh seniman maupun penikmatnya (Rainbow et al., 2020). Pendekatan ini lebih efektif untuk anak tunagrahita karena mereka memiliki keterbatasan dalam komunikasi secara verbal, sehingga ekspresi menggunakan media non-verbal menjadi alternatif yang lebih sesuai. Terapi seni memberikan kesempatan bagi anak untuk menyampaikan ketegangan emosional melalui aktivitas kreatif seperti menggambar, melukis, atau membuat kerajinan tangan, yang dianggap lebih mudah diterima oleh tunagrahita dibandingkan pendekatan verbal (Gunawan & Tjandradipura, 2017; Febriliana et al., 2021). Dengan demikian, terapi seni merupakan pendekatan yang relevan dan efektif bagi anak tunagrahita, karena memungkinkan mereka mengekspresikan emosi dan pikiran secara non-verbal melalui media yang lebih mudah mereka kuasai dan lakukan.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sutarno (2023) juga menunjukkan bahwa terapi seni dapat membantu menurunkan tingkat stres dan agresivitas, serta meningkatkan konsentrasi, keterampilan motorik, dan kepercayaan diri. Terapi seni mampu mendukung pengembangan kesadaran diri, regulasi emosi, dan mengurangi perilaku bermasalah pada anak berkebutuhan khusus (Schweizer et al., 2020). Namun, sebagian besar penelitian sebelumnya cenderung bersifat deskriptif dan belum banyak yang menguji secara kuantitatif efektivitas terapi seni terhadap perilaku menyimpang pada tunagrahita dewasa, terutama dalam konteks lingkungan panti. Oleh karena itu, masih terdapat kesenjangan penelitian yang perlu diatasi melalui penelitian pra-eksperimental untuk menghasilkan bukti empiris yang lebih kuat.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas aktivitas seni terhadap perilaku menyimpang pada tunagrahita dewasa di panti X. Intervensi terapi seni ini dilakukan dalam konteks aktivitas seni karena batas kompetensi pemberian terapi dan bentuk kegiatan seni yang disederhanakan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar ilmiah dalam pengembangan intervensi

yang lebih efektif serta memberikan rekomendasi praktis bagi pengelola panti dan para pendamping.

METODE PENELITIAN

Partisipan Penelitian

Populasi penelitian terdiri dari tunagrahita yang tinggal di panti X, dengan sampel yang diambil berdasarkan kriteria perilaku tertentu, yakni individu yang menunjukkan perilaku menyimpang seperti agresi, menyakiti diri, atau perilaku repetitif. Sampel diambil sebanyak 4 partisipan laki-laki dan 2 partisipan perempuan. Partisipan berusia 20-55 tahun dengan kecenderungan perilaku agresif. Berikut tabel yang berisi informasi mengenai kondisi awal partisipan sebelum pelaksanaan intervensi.

Tabel 1. Gambaran partisipan

No.	Partisipan	Deskripsi Perilaku
1	I	Sering melamun, memukul diri sendiri, berbicara sendiri, menggerakkan anggota tubuh secara berulang-ulang, dan terlihat tidak memiliki semangat dalam melakukan sesuatu.
2	R	Kesulitan dalam hal komunikasi karena rendahnya kemampuan verbal yang dimiliki. Dia juga sering mengulang kata-kata yang tidak berarti, selain itu dia juga sering tiba-tiba berlari dan melompat ke dua arah berlawanan. Ketika marah dia melakukan kebiasaan meniup secara berulang serta bisa melukai diri sendiri dan orang lain.
3	E	Sulit duduk diam dalam waktu yang lama, suka menyentuh benda-benda yang menurutnya menarik, dan tidak patuh. Dia terkadang berbicara dengan suara yang keras dan suka mengganggu orang lain.
4	B	Memiliki kebiasaan mengulang kalimat yang sama dan cenderung menarik diri dari teman sebayanya. Selain itu, dia juga memiliki kebiasaan berkomunikasi dengan suara yang keras dan lantang sehingga terkesan seperti sedang marah.
5	W	Memiliki masalah dalam mengontrol emosi, dia juga sering mengabaikan orang lain ketika diajak berkomunikasi. Dia selalu terlihat seperti orang yang bosan dan malas untuk melakukan sesuatu, hal ini dapat dilihat dari raut wajah yang mengantuk selama berkegiatan.
6	D	Memiliki kebiasaan menggerakkan leher ke depan dan ke belakang, selalu menopang kepalanya dengan tangan, dan membuat gerakan tangan yang tidak berarti. Selain itu, perubahan suasana hati secara tiba-tiba juga sering dialami, seperti tiba-tiba menangis tanpa sebab.

Lokasi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen one-group pre-test post-test untuk menguji efektivitas aktivitas seni terhadap perilaku menyimpang tunagrahita dewasa di Panti X, Jakarta Barat. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung dan penggunaan alat ukur Aberrant Behavior Checklist yang banyak digunakan di ratusan studi dan awalnya dirancang untuk menilai efek pengobatan pada individu dengan gangguan perkembangan (Aman & Singh, 2017; Norris et al., 2019). Secara keseluruhan terdapat 5 dimensi pada alat ukur ini yaitu iritabilitas, penarikan diri, perilaku stereotip, hiperaktif, dan ucapan tidak pantas. Pendamping di panti X mengisi kuesioner untuk pre-test dengan bentuk skala likert sesuai dengan petunjuk yang diberikan. Skala pada Aberrant Behavior Checklist ini adalah sama sekali tidak masalah (0), perilaku tersebut merupakan masalah, tetapi pengaruhnya sedikit (1), masalahnya cukup serius (2), masalahnya sangat parah (3).

Selanjutnya, aktivitas seni diterapkan selama tiga hari, dengan dua sesi yang dilakukan di masing-masing hari. Kegiatan yang dirancang merupakan aktivitas seni yang melibatkan berbagai kegiatan kreatif seperti menggambar, melukis, mewarnai, dan seni kolase, yang bertujuan untuk merangsang ekspresi diri, meningkatkan kontrol emosi, serta mengurangi perilaku bermasalah pada anak tunagrahita. Selain itu, kegiatan ini juga dilengkapi dengan meditasi relaksasi singkat menggunakan musik yang menenangkan dengan tujuan untuk menciptakan ketenangan secara emosional. Setelah selesai, post-test menggunakan alat ukur Aberrant Behavior Checklist dilakukan untuk mengukur perubahan dalam perilaku menyimpang partisipan tersebut. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan uji statistik t-test (paired sample t-test) untuk mengetahui perbedaan signifikan antara hasil pre-test dan post-test.

HASIL

Setelah kegiatan intervensi dilaksanakan, penulis melakukan *post-test* kepada seluruh pendamping partisipan untuk mengetahui efektivitas intervensi yang telah diberikan. Berdasarkan hasil analisis data *post-test*, ditemukan adanya peningkatan dibandingkan dengan hasil *pre-test* sebelumnya. Data mengenai hasil analisis disajikan dalam tabel dibawah ini.

Tabel 2. Hasil *Pre-test* dan *Post-test*

Partisipan	Pre-test	Post-test
I	79	83
R	97	105
E	37	10
B	73	54
W	20	14
D	80	60

Hasil intervensi aktivitas seni yang diberikan kepada partisipan menunjukkan variasi dalam tingkat efektivitas terhadap penurunan perilaku menyimpang. Secara umum sebagian besar partisipan mengalami penurunan, namun terdapat pula partisipan yang tidak menunjukkan penurunan perilaku menyimpang setelah intervensi. Keberhasilan intervensi sangat dipengaruhi oleh kondisi individual partisipan, termasuk stabilitas emosional, motivasi, serta kemampuan mengikuti instruksi. Sehingga, pemberian dorongan berupa pujian dan hadiah sangat berperan penting dalam meningkatkan motivasi dari para partisipan dalam mengikuti kegiatan dengan sepenuh hati.

E menunjukkan penurunan perilaku menyimpang yang paling signifikan dibandingkan dengan partisipan lain. Selama proses intervensi, E didampingi penuh oleh salah satu anggota. E merupakan tunagrahita ringan yang pada awalnya menunjukkan perilaku aktif negatif, seperti selalu berlarian ke dua arah berlawanan dan membuat keributan selama sesi berlangsung. Namun, ketika diberikan hukuman karena melanggar peraturan dan diarahkan untuk melakukan meditasi, E menjadi lebih tenang. Selain E, D juga mengalami penurunan perilaku menyimpang yang cukup signifikan. Selama menjalani sesi, D selalu aktif dan menuruti instruksi dengan baik, D juga lebih aktif selama menjalankan sesi dibandingkan dengan kegiatan biasa. D mengungkapkan bahwa ia merasa sangat senang selama menjalani sesi terapi seni ini. Hal ini menunjukkan bahwa keterlibatan emosional yang positif terhadap kegiatan dapat menurunkan perilaku menyimpang.

Berbeda dengan D, B tidak selalu menuruti instruksi yang diberikan. Ketika mewarnai dengan menggunakan tangan, B terus menolak melakukannya karena menganggap hal itu kotor, hingga akhirnya diberikan alternatif dengan menggunakan kertas tisu sebagai alat untuk mengaplikasikannya, B akhirnya bersedia untuk melakukannya. Selain itu, W juga mengalami penurunan perilaku menyimpang sebelum dan setelah dilakukan intervensi. Saat sesi ketiga, W mulai terlihat tidak bersemangat dibandingkan sesi sebelumnya, W mengeluhkan nyeri pada punggung dan tangannya sehingga terus menerus memijat tangan dan punggungnya.

Selain mengalami penurunan pada mayoritas partisipan, terdapat peningkatan perilaku menyimpang yang dialami oleh partisipan I dan R sebelum dan sesudah melakukan intervensi. I cenderung kurang memperhatikan selama menjalani sesi dan sering kali mengabaikan instruksi yang diberikan selama sesi dilaksanakan. Sementara itu, R menunjukkan ketidaktertarikan untuk mengikuti sesi pada waktu yang dijadwalkan sehingga sesi 1 hingga sesi 4 dilakukan secara individual karena kondisi emosional yang kurang stabil selama beberapa minggu terakhir. R hanya menjalani sesi 5 bersama sesuai dengan jadwal namun tidak hadir pada sesi terakhir karena kondisi emosional yang kurang stabil.

Secara keseluruhan, dari kelima dimensi perilaku yang dianalisis, perilaku stereotipik dan hiperaktif menunjukkan adanya penurunan secara signifikan, sedangkan perilaku iritabilitas dan ucapan tidak tepat menunjukkan penurunan namun tidak signifikan. Berbeda dengan empat dimensi tersebut, perilaku penarikan diri tidak menunjukkan perubahan baik penurunan maupun kenaikan dan juga tidak signifikan secara statistik ($p > 0,05$). Hasil olah data statistik tersebut disajikan dalam tabel dibawah ini, yang memuat hasil olah data statistik sesuai dengan data yang diperoleh. Secara keseluruhan analisis data yang didapat, yaitu adanya penurunan perilaku menyimpang pada dewasa dengan tunagrahita di panti X.

Tabel 3. Hasil Olah Data Statistik

Dimensi	Mean Difference	SE Difference	p-value	Std. Deviation
Iritabilitas	4.33	3.373	0.255	8.26
Penarikan Diri	0.0	1.095	1.0	2.68
Stereotipik	2.33	0.76	0.028	2.68
Hiperaktif	3.33	1.282	0.048	3.14
Ucapan Tidak Tepat	1.33	0.715	0.121	1.75

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa aktivitas seni memberikan dampak yang bervariasi terhadap perilaku menyimpang pada partisipan di panti X. Sebagian besar partisipan mengalami penurunan tingkat perilaku menyimpang setelah dilakukan intervensi, yang menunjukkan efektivitas kegiatan intervensi yang telah dilaksanakan. Temuan ini mendukung pandangan bahwa pendekatan seni yang disertai pendampingan intensif dan strategi regulasi emosi dapat secara efektif menurunkan perilaku menyimpang pada individu tunagrahita ringan. Hal ini dapat dilihat dari partisipan E yang menunjukkan perubahan paling besar yang didukung oleh keterlibatan penuh pendampingan intensif.

Partisipan D juga mengalami penurunan signifikan disertai keterlibatan emosional positif selama sesi. Hal ini menegaskan pentingnya keterlibatan emosional positif dalam proses intervensi, sebagaimana disampaikan oleh beberapa peneliti sebelumnya bahwa keterlibatan aktif dan afeksi positif selama intervensi berkontribusi terhadap pencapaian tujuan terapi perilaku. Partisipan B dan W mengalami penurunan meskipun disertai tantangan seperti sensitivitas sensorik dan keluhan fisik. Hal ini menunjukkan bahwa fleksibilitas pendekatan dalam intervensi dapat membantu partisipan yang memiliki sensitivitas terhadap aspek sensorik tertentu. Faktor kondisi fisik yang dirasakan W juga dapat mempengaruhi keterlibatan aktifnya dalam sesi intervensi. Sebaliknya, partisipan I dan R mengalami peningkatan perilaku menyimpang, diduga akibat kurangnya keterlibatan dan ketidakstabilan emosi selama sesi. Hal ini menunjukkan bahwa efektivitas intervensi tidak hanya bergantung pada kegiatan intervensi itu sendiri, tetapi juga pada kesiapan emosional dan keterlibatan aktif partisipan.

Secara statistik, terdapat penurunan yang signifikan pada dimensi perilaku stereotipik ($p=0,028$) dan hiperaktif ($p=0,048$). Hal ini menunjukkan penurunan yang signifikan secara statistik ($p<0,05$). Sementara itu, dimensi iritabilitas dan ucapan tidak tepat mengalami penurunan tetapi tidak signifikan secara statistik ($p>0,05$). Dimensi penarikan diri tidak mengalami perubahan sama sekali (mean difference = 0,00, $p=1,000$), menunjukkan bahwa perilaku ini cenderung menetap dan mungkin memerlukan pendekatan intervensi yang berbeda atau jangka waktu yang lebih panjang untuk menunjukkan perubahan.

Secara keseluruhan, temuan ini mengidentifikasi bahwa aktivitas seni berpotensi menjadi salah satu strategi efektif dalam menurunkan perilaku menyimpang pada sebagian individu dengan kebutuhan khusus. Namun demikian, keberhasilan intervensi sangat dipengaruhi oleh kondisi individual partisipan, termasuk stabilitas emosional, motivasi, serta kemampuan mengikuti instruksi. Hasil ini sejalan dengan penelitian Hackett et al. (2020) yang mendukung efektivitas terapi seni interpersonal dalam mengurangi agresi pada individu dengan disabilitas belajar dalam perawatan yang aman. Dengan demikian, intervensi berbasis seni dapat menjadi pendekatan yang menjanjikan dalam upaya mengurangi perilaku menyimpang pada individu dengan kebutuhan khusus, jika disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan masing-masing individu.

KESIMPULAN

Kegiatan MBKM Proyek kemanusiaan berupa aktivitas seni pada tunagrahita dengan tujuan untuk mengurangi perilaku menyimpang di panti X berjalan dengan baik. Terdapat penurunan perilaku menyimpang pada empat partisipan dari enam partisipan yang diberikan intervensi aktivitas seni. Kondisi disabilitas mereka mempengaruhi keikutsertaan pada 6 sesi aktivitas seni yang dirancang. Dari 5 dimensi yang diukur pada Aberrant Behavior Checklist, terdapat penurunan yang signifikan pada dimensi perilaku stereotipik dan hiperaktif. Selain itu, dimensi iritabilitas dan ucapan tidak tepat juga mengalami penurunan, tetapi tidak signifikan. Untuk dimensi penarikan diri, tidak menunjukkan perubahan berarti. Hasil kegiatan intervensi aktivitas seni ini juga dirasakan oleh pihak pendamping yang melihat para partisipan menjadi lebih ceria dan lebih tenang. Efektivitas aktivitas seni ini juga dipengaruhi oleh kelengkapan mengikuti 6 sesi yang

telah ditentukan.

Aktivitas seni berpotensi menjadi salah satu strategi efektif dalam menurunkan perilaku menyimpang. Namun demikian, keberhasilan intervensi sangat dipengaruhi oleh kondisi individual partisipan, termasuk stabilitas emosional, motivasi, serta kemampuan mengikuti instruksi. Aktivitas seni dapat dipraktikkan kedalam salah satu kegiatan para tunagrahita. Hal ini dilakukan sebagai bentuk upaya dalam memberikan dorongan motivasi, seperti pemberian hadiah serta pemberian konsekuensi untuk mengurangi perilaku menyimpang. Selain itu, aktivitas seni dapat memberikan penguatan positif secara konsisten, seperti regulasi emosi dan identifikasi emosi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ingin berterima kasih kepada Universitas Tarumanagara, khususnya Fakultas Psikologi yang telah memberikan kesempatan kepada para penulis untuk melakukan MBKM Proyek Kemanusiaan ini. Penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak panti yang sudah mengizinkan penulis untuk melakukan MBKM Proyek Kemanusiaan ini di Panti X. Tidak lupa, penulis berterima kasih kepada Ibu Denrich Suryadi yang telah memberikan bimbingan selama MBKM ini, dan terima kasih juga kepada partisipan, pendamping, keluarga, teman, serta seluruh pihak yang sudah mendukung dan membantu dalam MBKM ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainni, L. N., & Rusli, R. (2022). Perilaku agresif pada remaja: dampak dan pencegahannya. *Jurnal Terapeutik*, 10(2), 135-145. <https://doi.org/10.26539/terapeutik.732700>
- Beh-Pajoo, A., Abdollahi, A., & Hosseinian, S. (2018). The effectiveness of painting therapy program for the treatment of externalizing behaviors in children with intellectual disability. *Vulnerable Children and Youth Studies*, 13, 1-7. <https://doi.org/10.1080/17450128.2018.1428779>
- Damanik, K. P., Satiadarma, M. P., & Suryadi, D. (2018). Penerapan art therapy dalam mengatasi loneliness wanita dewasa awal sebagai anak tunggal dengan orangtua bercerai. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 2(2), 740-749. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i2.914>
- Devi, C. R. (2019). Effect of fine art in improving the span of attention among children with intellectual disability. *International Journal of Multidisciplinary Education Research*, 8(9), 37-43.
- Febriliana, A., Sari, D. P., & Wulandari, R. (2021). Efektivitas art therapy terhadap perilaku sosial anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 9(2), 123-134.
- Gunawan, A., & Tjandradipura, S. (2017). Efektivitas art therapy pada anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Terapi Seni*, 5(1), 45-53.
- Hackett, S. S., Zubala, A., Doorn, K. A., Chadwick, T., Harrison, T. L., Bourne, J., Freeston, M., Jahoda, A., Taylor, J. L., Ariti, C., McNamara, R., Pennington, L., McColl, E., & Kaner, E. (2020). A randomised controlled feasibility study of interpersonal art psychotherapy for the treatment of aggression in —people with intellectual disabilities in secure care. *Pilot and Feasibility Studies*, 48(5), 605-611. <https://doi.org/10.1186/s40814-020-00703-0>

- Ho, R. T. H., Chan, C. K. P., Fong, T. C. T., Lee, P. H. T., Lum, D. S., & Suen, S. H. (2020). Effects of expressive arts-based interventions on adults with intellectual disabilities: A stratified randomized controlled trial. *Frontiers in Psychology*, 11, 1286. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01286>
- Kim, J., & Chung, Y. J. (2023). A case study of group art therapy using digital media for adolescents with intellectual disabilities. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1172079. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1172079>
- Lestari, G. M., Masykuroh, T. P., & Brajadenta, G. S. (2021). Hubungan pengetahuan tentang disabilitas intelektual terhadap tingkat kecemasan orang tua yang memiliki anak dengan disabilitas intelektual. *Tunas Medika Jurnal Kedokteran & Kesehatan*, 7(2), 1-10.
- Matson, J. L., & Williams, L. W., (2014). Functional assessment of challenging behavior. *Current Developmental Disorder Reports*. 1(2), 58-66. <https://doi.org/10.1007/S40474-013-0006-Y>
- Norris, M., Aman, M. G., Mazurek, M. O., Scherr, J. F., & Butter, E. M. (2019). Psychometric characteristic of the aberrant behavior checklist in a well-defined sample of youth with autism spectrum disorder. *Research in Autism Spectrum Disorder*, 62, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2019.02.001>
- Schweizer, C., Knorth, E. J., & Spreen, M. (2020). Art therapy with children with intellectual disabilities: A systematic review. *The Arts in Psychotherapy*, 41(5), 464–473.
- Sutarno. (2023). Art therapy untuk pengelolaan emosi anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Terapi dan Rehabilitasi*, 8(1), 30-42.
- Singh, N. N., Lancioni, G. E., Winton, A. S.W., & Singh, J. (2011). *Aggression, Tantrums, and Other Externally Driven Challenging Behavior*. Springer New York, New York. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-8065-6_26
- Tarigan, E. (2019). Efektivitas metode pembelajaran pada anak tunagrahita di slb siborong-borong. *Jurnal Pionir LPPM Universitas Asahan*, 5(3), 56-63.
- Wijaya, R., & Tirta, S. (2018). Penerapan art therapy dalam menurunkan perilaku agresi pada anak periode middle childhood di panti asuhan. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 2(1), 395-403. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i1.1695>