

## Implementasi Islamic Art Therapy untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Anak di Yogyakarta

Rara Eka Yurika<sup>1\*</sup>, Reni Khofifah<sup>2</sup>, Ai Euis Mudrikah<sup>3</sup>, Rahmawati Rahmawati<sup>4</sup>,  
Hunaizan Hamdani<sup>5</sup>, Casmini Casmini<sup>6</sup>, Irysyadunnas Irysyadunnas<sup>7</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7</sup>UIN Sunan Kalijaga

\*Corresponding author, e-mail: [raraekayurika@gmail.com](mailto:raraekayurika@gmail.com).

### Abstrak

*Islamic art therapy* menjadi suatu hal yang penting untuk dilakukan sebagai upaya untuk melatih kemampuan regulasi emosi negatif pada anak-anak di UPT Wiloso Projo Yogyakarta. Penelitian ini termasuk penelitian pengabdian kepada masyarakat (PKM) yang dilakukan di UPT Rumah Pengasuhan Anak (RPA) Wiloso Projo Yogyakarta. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anak dalam meningkatkan kemampuan regulasi emosi melalui *Islamic art therapy*. Program ini menawarkan pendekatan inovatif dengan mengintegrasikan nilai keislaman dalam pelaksanaan *art therapy*. Metode pengabdian masyarakat yang digunakan yakni observasi, identifikasi masalah, perumusan masalah, treatment (kegiatan) dan output. Temuan penting hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa kelima anak telah memiliki kemampuan regulasi emosi yang tinggi. Hasil ini dapat dibandingkan dengan hasil tes sebelum pelaksanaan intervensi yang menunjukkan masih ada dua anak yang berada di kategori sedang. Berdasarkan hasil uji paired samples test yang digunakan untuk melihat pengaruh intervensi *Islamic art therapy* menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan berpengaruh terhadap regulasi emosi anak. Kesimpulannya yakni pelaksanaan intervensi *Islamic art therapy* berpengaruh dalam meningkatkan regulasi emosi anak, sehingga anak-anak dapat memahami dan mengekspresikan emosi yang dirasakan melalui seni lukis dan mampu meregulasikan emosi melalui seni lukis.

**Kata Kunci:** Islamic art therapy; Regulasi emosi anak; RPA Wiloso Projo.

### Abstract

Islamic art therapy is an important thing to do as an effort to train negative emotion regulation skills in children at children at UPT Wiloso Projo Yogyakarta. This research includes research community service (PKM) research conducted at the UPT Rumah Penguhan Anak (RPA) Wiloso Projo Yogyakarta. The purpose of this service is to increase children's knowledge and skills in improving emotion regulation through Islamic art therapy. Community service methods used are observation, problem identification, problem formulation, treatment (activities), and output. Important findings or results of this service show that the five children have high emotion regulation skills. The results can be compared to the test results before the implementation of the intervention which showed that there were still two children who were in the high emotion regulation category showed that there were still two children who were in the medium category. Based on the results of the paired samples test used to see the effect of the Islamic art therapy intervention show that the intervention affects children's emotional regulation. The conclusion is the implementation of Islamic art therapy intervention affects improving children's emotion regulation so that children can understand and express their emotions felt through painting and can regulate emotions through painting.

**Keywords:** Children's emotional regulation, Islamic art therapy, RPA Wiloso Projo.

**How to Cite:** Yurika, R. E. et al. (2025). Implementasi Islamic Art Therapy untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Anak di Yogyakarta. *Abdi: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 7(1), 192-202.



This is an open access article distributed under the Creative Commons Share-Alike 4.0 International License. If you remix, transform, or build upon the material, you must distribute your contributions under the same license as the original. ©2025 by author.

---

## Pendahuluan

UPT Rumah Pengasuhan Anak (RPA) Wiloso Projo Yogyakarta sebagai institusi atau lembaga yang menangani permasalahan anak dalam upaya peningkatan pelayanan kesejahteraan sosial anak. RPA Wiloso Projo merupakan lembaga pemerhati kesejahteraan anak terlantar dan melaksanakan penyantunan serta pengentasan masalah anak terlantar yang berada di bawah naungan Dinas Sosial, Tenaga Kerja dan Transmigrasi Kota Yogyakarta. Anak-anak yang ada di RPA Wiloso Projo berada di jenjang SD, SMP, dan SMA.

Anak-anak yang di panti asuhan menjadikan panti asuhan sebagai lingkungan pengganti keluarga, terutama peranan orang tua. Peranan pengasuhan orang tua memiliki dampak yang signifikan pada anak, seperti membantu anak mengatasi ketidakstabilan emosi (Novika & Arif, 2024). Anak-anak yang tinggal di panti asuhan harus bertanggung jawab atas diri mereka sendiri untuk menentukan masa depan mereka. Anak-anak yang tidak mendapatkan peran dan pengawasan dari orang tua mereka cenderung menghadapi berbagai masalah yang sulit (Arsini et al., 2022). Anak-anak di panti asuhan tidak memiliki dukungan dan bimbingan dari orang tua dalam melakukan aktivitas sehari-hari, sehingga mereka tidak memiliki relasi yang kuat dari dukungan orang tuanya, yang akhirnya menyebabkan mereka takut bersosialisasi dan menarik diri dari masyarakat (Novika & Arif, 2024).

Anak-anak yang berada di panti pengasuhan tidak memiliki banyak kesempatan untuk mengungkapkan emosinya, sehingga anak-anak memiliki potensi besar dalam melakukan kenakalan. Hal ini dikarenakan anak yang tidak dapat mengungkapkan dan meregulasi emosinya dengan baik akan melampiaskan emosinya dengan cara yang salah, seperti memukul teman atau melakukan pelanggaran yang lain (Imami et al., 2016). Jika perilaku dan permasalahan tersebut tidak segera diatasi, maka akan berdampak buruk bagi kehidupan remaja anak yang dapat terjerumus pada perilaku kenakalan remaja (Mumtahanah & Casmini, 2024). Maka dari itu, pentingnya menanamkan skill regulasi emosi pada anak agar anak dapat memahami dan mengekspresikan emosinya dengan baik dan benar.

Regulasi emosi adalah cara individu mengontrol, menilai, dan mengekspresikan emosinya secara tepat demi mewujudkan keseimbangan emosional. Perilaku dan pengalaman individu dapat memengaruhi regulasi, yang dapat menyebabkan perilaku yang lebih baik, lebih buruk, atau menghambat ekspresi emosi mereka (Wardah, 2020). Regulasi emosi termasuk dalam sumber sosial. Usia juga memengaruhi regulasi emosi. Individu memiliki kemampuan untuk mengendalikan emosinya dari usia dini hingga dewasa. Kemampuan meregulasi emosi berkembang seiring dengan bertambahnya pengalaman. Emosi anak sangat beragam karena kemampuan mereka untuk meregulasi bervariasi dan berubah sesuai dengan lingkungan sosial tempat mereka tinggal (Humaidah et al., 2021). Anak yang memiliki masalah emosional seperti mudah marah, tantrum, trauma dan lain sebagainya merupakan konsekuensi dari tidak tersalurkannya emosinya. Masalah tersebut dapat diatasi dengan melakukan terapi yang dapat membuat anak nyaman dan menyenangkan (Fauziyyah et al., 2020). Salah satu intervensi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan regulasi emosi anak adalah *Islamic art therapy*.

*Art therapy* adalah jenis psikoterapi yang menggunakan seni sebagai media utama untuk ekspresi dan komunikasi. Diagnosis digunakan dalam art therapy untuk menganalisis masalah emosional yang dapat diamati dan dihubungkan dengan teori psikoterapi dan berbagai pendekatan tambahan (Emilia & Susanto, 2023). Terapi seni ini dapat dilakukan dengan menggunakan berbagai metode seperti menggambar, mewarnai, mengumpulkan, dan membentuk sesuatu (Kusuma et al., 2023).

Langkah-langkah penerapan *art therapy* menurut Landgarten (1981) terdiri dari lima tahap. Pertama, tahap pengenalan dan *warm-up* yang merupakan tahap penyesuaian dan *building rapport* serta mengenal satu sama lainnya. Kedua, tahap *recalling event* yang merupakan proses menggali kembali ingatan peristiwa yang memunculkan emosi dan upaya dalam mengungkapkan emosi yang dirasakan. Ketiga, tahap *emotional expression and issues* yang merupakan proses pengungkapan emosi-emosi negatif yang terpendam, seperti takut, takut, cemas, marah dan lain sebagainya. Keempat, tahap *restitution* merupakan tahap refleksi yang digunakan untuk menyadari permasalahannya dan mengambil hikmah atau pelajaran yang diperoleh dari emosi tersebut. Kelima, tahap *termination* merupakan tahap penutupan proses intervensi (Hanan et al., 2018).

*Art therapy* adalah proses terapeutik yang memanfaatkan seni dan kreativitas sebagai sarana untuk mengungkapkan diri, mengatasi trauma (Hidayati & Ahyani, 2023), memproses emosi (Kartika & Yuhanita, 2021), dan meningkatkan kesejahteraan mental individu (Hasni et al., 2022). Islam memandang seni sebagai cara untuk menghargai keindahan ciptaan Allah dan proses pengungkapan ekspresi kreatif yang dapat menjadi sarana untuk mendekatkan diri kepada-Nya (Lestari et al., 2023). Seni juga dapat digunakan untuk memperdalam pemahaman individu tentang diri mereka sendiri, hubungan dengan Allah, dan dunia sekitarnya (Juliansyah et al., 2023). Maka dari itu *Islamic art therapy* merupakan intervensi yang mengintegrasikan nilai-nilai Islam dalam praktik *art therapy*.

Terdapat beberapa hasil penelitian yang menunjukkan efektivitas pelaksanaan *art therapy*. Penelitian yang terdahulu menunjukkan bahwa intervensi *art therapy* berpengaruh signifikan terhadap kontrol diri anak didik lapas (Qibtiatun et al., 2022). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa *art therapy* dapat bermanfaat dalam membantu individu mengekspresikan emosinya dan mengembangkannya menjadi kemampuan mengelola emosi positif dan negatif (Tobing et al., 2022). Penelitian terdahulu juga mengonfirmasi bahwa *art therapy* efektif digunakan untuk menurunkan perilaku agresif pada remaja awal (Zuroida & Grahani, 2022).

Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya, pelaksanaan *art therapy* sudah banyak dilakukan untuk mengatasi masalah yang terkait dengan emosi, khususnya dalam meningkatkan regulasi emosi anak. Intervensi yang dilakukan dalam program ini yakni upaya mengintegrasikan *art therapy* dengan nilai keislaman, yakni dengan penanaman nilai *asmaul husna*. Program intervensi ini menawarkan pendekatan inovatif dalam memberikan bekal kemampuan dalam meregulasi emosinya, sehingga potensi anak dalam melakukan kenakalan remaja dapat ditekan.

Intervensi *Islamic art therapy* menjadi suatu hal yang penting untuk dilakukan sebagai upaya melatih dan meningkatkan kemampuan regulasi emosi yang negatif pada anak-anak di UPT RPA Wiloso Projo. Intervensi ini dilakukan dengan tujuan untuk membantu anak dalam memahami berbagai jenis emosi dalam perspektif Islam, mengekspresikan dan mengelola emosi yang dirasakan, sehingga anak dapat mencapai keseimbangan emosional. Harapannya, anak-anak dapat mengontrol emosi yang sedang dialaminya, sehingga akan mengurangi dampak negatif dari ketidakmampuan anak untuk mengontrol emosinya. Anak-anak yang memiliki kemampuan dalam meregulasikan emosinya akan menekan angka tingginya potensi melakukan kenakalan dan kejahatan.

## Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan intervensi *Islamic art therapy* untuk meningkatkan regulasi emosi dilaksanakan dengan 5 tahap, yakni tahap observasi, identifikasi masalah, perumusan masalah, treatment (kegiatan), output yang diadaptasi dari penelitian yang dilakukan oleh penelitian sebelumnya (Ely et al., 2022; Mustafa et al., 2023; Purnawati et al., 2022).



Gambar 1. Metode Pengabdian Masyarakat

### Observasi

Tahap awal dari metode pengabdian masyarakat adalah observasi. Pada tahap ini, kelompok yang melakukan pengabdian melakukan pengamatan terhadap lingkungan di UPT RPA Wiloso Projo. Pelaksanaan observasi dilakukan pada tanggal 8 Mei 2024. Observasi dilakukan dengan mengamati kondisi dan kegiatan di UPT RPA Wiloso Projo. Pengamatan ini dilakukan sebagai dasar untuk mengetahui potensi, kebutuhan, dan permasalahan yang dialami. Observasi juga dilakukan sebagai upaya dalam membangun hubungan baik dengan pekerja sosial dan anak yang ada di UPT RPA Wiloso Projo. Proses mendapatkan informasi dilakukan dengan mewawancarai kepala pekerja sosial di UPT RPA Wiloso Projo. Hal tersebut dilakukan untuk mengetahui data, permasalahan, kebutuhan, dan informasi yang akurat. Informasi ini digunakan sebagai dasar dalam menentukan permasalahan yang diselesaikan.

### Identifikasi Masalah

Pada tahap ini dilakukan proses analisis hasil observasi untuk menemukan berbagai masalah atau tantangan yang dihadapi oleh komunitas. Identifikasi masalah adalah langkah krusial karena menentukan fokus dari program pengabdian yang dijalankan. Berdasarkan hasil identifikasi masalah yang dilakukan, pengabdian masyarakat difokuskan untuk mengatasi masalah regulasi emosi anak. Perimbangan yang

dilakukan yakni sebagai upaya memberikan bekal kepada anak agar dapat menggunakan skill regulasi emosi di masa depan. Skill regulasi emosi penting dikuasai oleh anak yang berada di rumah pengasuhan, karena anak tidak memiliki banyak kesempatan untuk mengungkapkan emosinya kepada orang tuanya. Jika anak tidak memiliki kesempatan untuk mengungkapkan emosinya, maka dimungkinkan anak mengekspresikan emosinya dengan melakukan perilaku negatif, seperti agresivitas maupun tindakan negatif lainnya.

### Perumusan Masalah

Setelah masalah diidentifikasi, langkah selanjutnya adalah merumuskan masalah tersebut secara jelas dan spesifik. Perumusan masalah ini dilakukan dengan menyusun deskripsi yang terperinci tentang masalah yang ditemukan dan perancangan solusi yang efektif. Pada tahap ini, kelompok memutuskan untuk melaksanakan intervensi *Islamic art therapy* dengan pertimbangan bahwa intervensi ini lebih mudah diterima oleh anak. Pelaksanaan intervensi ini memerlukan panduan yang spesifik, sehingga pada tahap ini juga dilakukan pembuatan dan pengembangan modul intervensi *Islamic art therapy* untuk regulasi emosi anak.

### Treatment (Activity)

Treatment dilaksanakan sesuai dengan panduan modul *Islamic art therapy* yang telah dikembangkan. Pelaksanaan treatment dilakukan selama 120 menit di aula UPT RPA Wiloso Projo. Rincian treatment yang dilaksanakan sesuai dengan tabel di bawah ini:

**Tabel 1. Rincian Sesi Program *Islamic art therapy***

SESI	RINCIAN WAKTU	SARANA PRASARANA
SESI 1 (Pembukaan dan Pengenalan Program)	20 Menit	1. Lembar Skala Regulasi Emosi
SESI 2 (Psikoedukasi <i>Islamic art therapy</i> dan Regulasi Emosi)	20 Menit	1. Power Point 2. LCD dan Proyektor
SESI 3 (Pelaksanaan Program)	50 Menit	1. Lembar Mood Checking 2. Kanvas 3. Cat Akrilik 4. Kuas
SESI 4 ( <i>Restitution</i> )	20 Menit	1. Hasil Karya
SESI 5 ( <i>Termination</i> , Evaluasi dan Asesmen)	10 Menit	1. Lembar Skala Regulasi Emosi
<b>TOTAL</b>		<b>120 Menit</b>

### Output

Terdapat tiga kriteria output yang menjadi tolak ukur bahwa kegiatan yang dilakukan berhasil. Ketiga output tersebut yakni, anak mampu memahami emosi yang dirasakan, mampu mengekspresikan emosi yang dirasakan melalui seni lukis, dan mampu meregulasi emosi melalui seni lukis. Hasil output ini diukur menggunakan skala regulasi emosi dan lembar mood checking yang berikan sebelum dan setelah pelaksanaan intervensi.

### Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat yang mengangkat tema *Islamic art therapy* untuk meningkatkan regulasi emosi di UPT Rumah Pengasuhan Anak Wiloso Projo berjalan dengan baik dan sesuai dengan modul yang telah dikembangkan. Kegiatan dilaksanakan pada Minggu, 2 Juni 2024 di Aula UPT RPA Wiloso Projo. Kegiatan ini dilaksanakan selama 2 jam yang dimulai pada pukul 10.00 WIB hingga 12.00 WIB. Peserta yang hadir berjumlah 5 anak dengan spesifikasi usia 7-12 tahun atau anak yang sedang menempuh jenjang pendidikan Sekolah Dasar. Fasilitator kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan mahasiswa Magister Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga yang berjumlah 5 orang.

Intervensi *Islamic art therapy* dilaksanakan sesuai modul *Islamic art therapy* untuk meningkatkan regulasi emosi yang telah dikembangkan yang terdiri dari 5 sesi. Sesi pertama yakni sesi pembukaan dan pengenalan program yang dilaksanakan selama 10 menit. Sesi kedua yakni sesi psikoedukasi *Islamic art therapy* dan regulasi emosi berdasarkan Islam yang disampaikan selama 30 menit. Sesi ketiga merupakan sesi pelaksanaan program yang diselenggarakan selama 50 menit. Sesi keempat yakni sesi *restitution* yang

dilaksanakan selama 20 menit. Sesi kelima merupakan sesi penutup yang dilaksanakan selama 10 menit. Jika dijumlah, maka pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini dilaksanakan selama 2 jam. Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan implementasi dari intervensi *Islamic art therapy*. Pelaksanaan intervensi akan lebih efektif jika dilaksanakan dengan skala yang lebih kecil dan terfokus.

### Sesi 1: Pembukaan dan Pengenalan Program

Pada tahap ini, Kegiatan pertama yakni pelaksanaan sesi pertama. Sesi pertama ini dilaksanakan untuk *building rapport*. *Building rapport* bertujuan untuk membangun iklim yang nyaman dan penuh kepercayaan. *Building rapport* dilaksanakan sebagai upaya meningkatkan efektivitas komunikasi yang lebih efektif dan produktif. Pada tahap *building rapport*, fasilitator harus menunjukkan rasa hormat, empati, dan menerima kehadiran peserta secara penuh (Rahmanisa et al., 2021). Pada sesi pertama ini, terdapat beberapa kegiatan utama seperti perkenalan peserta dan fasilitator, menjelaskan mengenai program yang dilakukan, dan menjelaskan secara singkat mengenai emosi, regulasi emosi berdasarkan Islam, dan pelaksanaan *Islamic art therapy*. Penjelasan mengenai program dan topik yang dibahas dilaksanakan secara singkat. Penjelasan singkat yang dilakukan dapat membantu klien dalam memahami alur intervensi dan kegiatan. Pada sesi pertama juga dilaksanakan kegiatan *ice breaking*. Kegiatan ini dilaksanakan untuk mencairkan suasana dan membangun keakraban. *Ice breaking* yang digunakan pada kegiatan ini yakni permainan hitung kombinasi. Permainan ini bertujuan untuk membangun fokus peserta. Pelaksanaan sesi pertama ini dapat berjalan dengan baik. Berdasarkan hasil observasi, anak-anak yang semula tegang dan takut mengikuti kegiatan ini menjadi lebih ceria dan santai setelah mengikuti *ice breaking*.

Pada sesi pertama, fasilitator juga memberikan skala pengukuran regulasi emosi Anak. Hasil data kategorisasi tingkat kemampuan regulasi anak sebelum dilakukan intervensi disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 2. Tingkat Regulasi Emosi Sebelum Intervensi**

		Kategorisasi			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	2	40.0	40.0	40.0
	Tinggi	3	60.0	60.0	100.0
Total		5	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel tersebut diketahui bahwa terdapat 2 anak yang memiliki tingkat regulasi emosi sedang, sedangkan 3 anak lainnya telah memiliki tingkat regulasi emosi yang tinggi.

### Sesi 2: Psikoedukasi *Islamic art therapy* dan regulasi Emosi

Kegiatan dilanjutkan ke sesi selanjutnya, yakni sesi kedua. Pada sesi kedua, kegiatan utamanya yakni melaksanakan psikoedukasi mengenai *Islamic art therapy* dan regulasi emosi. Psikoedukasi dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman anak-anak mengenai intervensi yang dilakukan. Fasilitator menjelaskan menggunakan media *power point*. Pada tahap ini, anak-anak dikenalkan dengan emosi. Anak diberikan pemahaman mengenai definisi emosi secara sederhana. Anak-anak juga dikenalkan mengenai macam-macam emosi dasar yang dirasakan, seperti perasaan senang, sedih, marah, takut, atau cemas. Penjelasan mengenai emosi dasar tersebut juga didukung dengan penjelasan mengenai pandangan Islam terkait emosi tersebut. Selain menambahkan pandangan Islam, kelima emosi dasar tersebut juga dikaitkan dengan beberapa *asmaul husna*.



**Gambar 2. Pelaksanaan Psikoedukasi mengenai *Islamic art therapy* dan Regulasi Emosi**

Pada tahap ini, anak mulai memahami bahwa Allah memiliki sifat-sifat yang dapat diteladani. Misalnya yakni ketika anak merasakan emosi marah, maka anak harus mengingat bahwa Allah memiliki

sifat Ash-Shabuur, yakni Allah yang Maha Sabar. Anak-anak dapat memahami relevansi mengenai *asmaul husna* dan emosi yang dirasakan. Pada tahap kedua, fasilitator juga menjelaskan mengenai *Islamic art therapy*, khususnya terkait dengan langkah-langkah *Islamic art therapy*. Pada tahap ini, anak-anak memahami mengenai kegiatan selanjutnya yang akan dilaksanakan sesuai tahap yang telah dijelaskan. Anak-anak juga diberi pemahaman mengenai konsep melukis yang dilaksanakan yakni melukis mengenai emosi yang dirasakan. Fasilitator juga menanyakan kesiapan anak-anak.

### Sesi 3: Pelaksanaan Program

Sesi selanjutnya yakni sesi ketiga. Sesi ini terdiri dari tiga kegiatan utama, yakni tahap persiapan dan perkenalan (*warm up*), tahap *recalling event*, dan tahap pembuatan karya seni/*emotional expression and issues*. Tahap persiapan dan perkenalan ini fasilitator menanyakan kembali mengenai kesiapan anak.



Gambar 3. Tahap Persiapan dan Perkenalan (*warm up*)

Fasilitator juga menghimbau dan mengingatkan kembali mengenai prosedur dalam melukis. Pada tahap persiapan, anak-anak dihimbau untuk mengisi *mood checking*. *Mood checking* digunakan untuk mengidentifikasi perasaan dan emosi anak sebelum intervensi. Hasil *mood checking* sebelum intervensi disajikan pada tabel di bawah ini:

Tabel 3. Hasil *Mood Checking* Sebelum Intervensi

No	Subjek (Inisial)	<i>Mood Checking</i>
1	L	Santai, Tegang, Senang, Malu, Lelah
2	R	Santai, Takut, Senang, Lelah
3	F	Santai, Senang, Lelah
4	I	Tegang, Takut
5	A	(mengisi semua emosi)

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa terdapat satu anak yang mengisi keseluruhan pilihan. Hal tersebut disebabkan karena anak masih belum dapat mengenali emosi mereka. Sebelum intervensi, mereka juga ada yang merasa takut, hal tersebut mungkin saja disebabkan karena anak masih dalam proses adaptasi. Setelah melaksanakan *mood checking*, fasilitator menjelaskan mengenai konsep pewarnaan. Fasilitator memberikan contoh pewarnaan menggunakan kanvas. Anak-anak diberikan pemahaman bahwa semakin banyak warna yang digunakan maka semakin banyak emosi yang dirasakan. Cat disimbolkan sebagai jenis emosi yang dirasakan. Goresan cat yang dilukiskan di kanvas menyimbolkan peristiwa yang menyebabkan anak mengalami emosi tersebut atau juga gambaran emosi yang sedang dirasakan.

Tahap selanjutnya yakni *recalling event*. Tahap ini merupakan tahap yang digunakan untuk menghadirkan kembali emosi anak. Tahap ini dilakukan dengan tujuan agar anak dapat membuka kembali ingatan-ingatan yang memunculkan emosi (Febrieta & Sukma, 2023). Fasilitator berusaha mengajak anak-anak untuk rileks. Pada awalnya, anak-anak mengalami kesulitan dalam menghadirkan kembali peristiwa yang membuat mereka merasakan emosi. Pada akhirnya setelah beberapa menit melaksanakan relaksasi pernapasan, mereka dapat fokus dan dapat mulai menghadirkan peristiwa yang membuat mereka merasakan emosi. Setelah tahap *recalling event*, tahap pembuatan karya seni (*emotional expression and issue*) dapat dimulai. Tahap *emotional expression and issue* merupakan tahap yang digunakan untuk mengekspresikan emosi negative melalui melukis agar emosi yang selama ini terpendam dapat diungkapkan dengan baik (Febrieta & Sukma, 2023). Tahap ini melibatkan *the process of sensing* yang telah dilaksanakan di tahap sebelumnya.



**Gambar 4. Tahap Pembuatan Karya (*Emotional Expression and Issues*)**

Emosi yang telah hadir tersebut mulai diungkapkan melalui lukisan. Pada tahap ini, anak-anak dibebaskan untuk memilih tempat mereka melukis. Anak-anak dihimbau untuk saling memberi jarak antara satu teman dengan lainnya. Anak-anak juga dibebaskan untuk melukiskan apapun yang ada dipikirkannya. Pada tahap ini, waktu yang diberikan sekitar 45 menit.

#### **Sesi 4: Restitution**

Pada tahap ini Setelah 45 menit, anak-anak dihimbau untuk kembali merapat ke tempat semula. Berakhirnya tahap pembuatan karya menunjukkan bahwa akan dimulainya tahap keempat, yakni tahap *restitution*.



**Gambar 5. Tahap *Restitution***

Tahap keempat ini merupakan tahap refleksi. Anak-anak diberikan kesempatan untuk dapat menceritakan hasil karyanya. Pada tahap *restitution* ini emosi anak-anak divalidasi dan dikaitkan dengan *asmaul husna*. Anak-anak diberikan pemahaman bahwa mereka dapat meneladani *asmaul husna* ketika mereka merasakan emosi negatif. Peneladanan tersebut merupakan upaya menanamkan nilai Islami, sehingga anak-anak memahami cara meregulasi emosi mereka dengan cara yang positif dan sesuai dengan nilai keislaman (Rahmanisa et al., 2021). Selanjutnya, yakni tahap *restitution*. Tahap ini dilakukan dengan tujuan agar peserta dapat menyadari bahwa emosi yang dirasakan akan mereda (Febrieta & Sukma, 2023). pada tahap *restitution* juga dilakukan kegiatan relaksasi. Relaksasi ini menggunakan teknik *deep breathing*. Anak-anak dihimbau untuk menutup mata dan fokus pada proses pernafasan dan dirinya. Anak diberikan afirmasi positif untuk memunculkan kesadaran dan kehadirannya saat ini.

#### **Sesi 5: Termination, Evaluasi, dan Asesmen**

Sesi 5 merupakan tahap pengakhiran intervensi. Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini yakni pengisian lembar mood checking, ice breaking, dan pengisian skala regulasi emosi. Hasil *mood checking* yang diberikan di tahap kelima, yakni tahap *termination*, evaluasi, dan asesmen disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 4. Hasil *Mood Checking* Setelah Intervensi**

No	Subjek (Inisial)	<i>Mood Checking</i>
1	L	Senang
2	R	Senang
3	F	Santai
4	I	Malu
5	A	Santai

Tabel tersebut membuktikan bahwa anak telah dapat mengenali emosinya dengan baik. Anak juga telah dapat meregulasikan emosinya. Hasil proses mengekspresikan emosi melalui melukis menunjukkan efek yang positif terhadap perubahan *mood* anak.

Setelah memberikan *mood checking*, anak-anak diajak untuk mengikuti *ice breaking*. *Ice breaking* yang dilakukan di akhir sesi bertujuan untuk memfasilitasi proses transisi anak untuk kembali ke rutinitas harian anak. *Ice breaking* di akhir pembelajaran ini juga digunakan untuk menumbuhkan rasa persahabatan sebelum kegiatan diakhiri. Respon anak-anak terkait *ice breaking* ini sangat positif.

Setelah *ice breaking*, anak-anak dihimbau untuk mengisi skala pengukuran regulasi emosi. Hasil tingkat regulasi emosi anak setelah intervensi disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 5. Tingkat Regulasi Emosi**

Kategorisasi					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	5	100.0	100.0	100.0

Berdasarkan tabel tersebut, diketahui bahwa kelima anak telah memiliki kemampuan regulasi emosi yang tinggi. Hasil ini dapat dibandingkan dengan hasil tes sebelum pelaksanaan intervensi yang menunjukkan masih ada 2 anak yang berada di kategori sedang.

Berdasarkan hasil uji *paired samples test* yang digunakan untuk melihat pengaruh intervensi *Islamic art therapy* menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan berpengaruh terhadap regulasi emosi anak. Penjelasan lebih lanjut disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 6. Pengaruh Intervensi *Islamic art therapy* untuk Meningkatkan Regulasi Emosi**

Paired Samples Test								
Paired Differences								
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
				Lower	Upper			
Pair 1 PRETEST - POSTTEST	-2.60000	1.51658	.67823	-4.48308	-.71692	-3.833	4	.019

Tabel tersebut menunjukkan bahwa hasil Sig. (2-tailed) < 0.05, sehingga dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan intervensi *Islamic art therapy* berpengaruh dalam meningkatkan regulasi emosi anak. Hasil keseluruhan karya anak dapat dilihat pada Gambar 6.



**Gambar 6. Hasil Karya *Islamic art therapy***

### Pembahasan

Program intervensi bertujuan untuk meningkatkan regulasi emosi pada anak yang tinggal di Rumah Pengasuhan Anak Wiloso Projo. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa terjadi peningkatan kemampuan regulasi emosi anak. Hasil tersebut mendukung hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa *art therapy* dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan regulasi emosi anak yang berusia 5-6 tahun. *Art therapy* ini dilakukan karena berdasar hasil data lapangan pada penelitian terdahulu menunjukkan bahwa salah satu masalah yang dialami oleh anak-anak TK yakni kurangnya perkembangan kemampuan meregulasi emosi (Nyoman et al., 2023). Hal tersebut selaras dengan hasil kajian terdahulu yang menjelaskan bahwa masa anak-anak merupakan masa yang penting bagi anak untuk mengetahui, menguasai,



---

mengontrol, dan mengekspresikan emosi dan perasaannya. Anak-anak perlu memiliki kemampuan dalam mengontrol emosinya agar tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan (Fauziyyah et al., 2020).

Penelitian terdahulu juga membuktikan bahwa penggunaan art therapy memberikan dampak positif terhadap kemampuan meregulasi emosi. Kemampuan ini berupa perubahan pada kemampuan mengatasi perasaan atau emosi yang meluap-luap secara bertahap (Putri & Halida, 2024). Berdasarkan penelitian sebelumnya menghasilkan bahwa penerapan *art therapy* ini juga dapat meningkatkan kontrol diri anak didik lapas yang meliputi aspek pengendalian diri dan regulasi emosi (Kusumawardhani et al., 2018). *Art therapy* ini juga dapat digunakan untuk mereduksi agresivitas karena *art therapy* dapat membantu anak dalam menyelesaikan masalah dan menangani kondisi emosional yang tidak stabil. Kondisi mental dan emosional anak yang tidak stabil dan rusak jika tidak segera ditangani maka dapat memunculkan agresivitas (Putri & Yuline, 2023). Hasil penelitian sebelumnya dapat memperkuat bahwa pentingnya pelaksanaan intervensi *art therapy*, khususnya untuk anak dalam kondisi rentan seperti yang berada di rumah pengasuhan.

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwati et al., (2023). Penelitian ini menggunakan *art therapy* dengan teknik melukis emosi negatif yang dirasakan, sedangkan Purwati et al., (2023) dalam penelitiannya menggunakan *art therapy* dengan media *plasticine*. Namun, antara *art therapy* dengan teknik melukis maupun dengan media *plasticine*, sejatinya keduanya memiliki dampak positif yang hampir sama, yakni agar anak dapat menyalurkan perasaan dan emosi dalam bentuk karya seni yang menyenangkan. Maka dari itu, hasil akhir dari kedua intervensi tersebut sama-sama berdampak pada meningkatkan kemampuan regulasi anak.

*Art therapy* juga telah diimplementasikan kepada anak jalanan. *Art therapy* berfungsi sebagai media ekspresi yang memungkinkan individu, terutama anak-anak, untuk menyalurkan emosi yang sulit diungkapkan secara verbal. Dalam konteks anak jalanan yang sering mengalami tekanan psikologis, *art therapy* dapat membantu dalam mengidentifikasi dan mengelola emosi negatif, seperti kemarahan dan frustrasi, yang sering kali berujung pada perilaku agresif. Melalui proses kreatif, anak-anak dapat merefleksikan pengalaman yang dimiliki, mengekspresikan perasaan terpendam, dan menemukan cara baru untuk menghadapi situasi yang menantang. Dengan demikian, *art therapy* berkontribusi pada regulasi emosi. Pada tahap tersebut, anak-anak belajar untuk mengenali, memahami, dan mengendalikan reaksi emosional yang dirasakan, sehingga mengurangi kecenderungan untuk bertindak agresif. Korelasi antara *art therapy* dan regulasi emosi terlihat jelas ketika anak-anak yang terlibat dalam terapi menunjukkan penurunan signifikan dalam perilaku agresif, karena anak-anak telah mengembangkan keterampilan untuk mengelola emosi dengan lebih baik (Maharani et al., 2024).

*Art therapy* berfungsi sebagai alat yang ampuh untuk meregulasi emosi dengan memfasilitasi ekspresi nonverbal dan eksplorasi perasaan melalui proses kreatif. Terlibat dalam kegiatan artistik memungkinkan individu untuk mengeksternalisasi emosi dan memberikan jalan keluar yang aman untuk perasaan yang mungkin sulit diartikulasikan secara verbal. Ekspresi kreatif ini dapat meningkatkan kesadaran diri, karena individu merefleksikan karya seni dan emosi yang diciptakannya. Selain itu, tindakan menciptakan karya seni dapat mendorong kondisi kesadaran penuh, membantu mengurangi kecemasan dan stres sekaligus sebagai sarana untuk relaksasi. Integrasi nilai-nilai Islam ke dalam *art therapy* dapat secara signifikan meningkatkan efektivitasnya dengan menyelaraskan praktik terapi dengan kebutuhan budaya dan spiritual peserta, yang pada akhirnya mengarah pada regulasi emosi dan kesejahteraan psikologis yang lebih baik (Hajra & Saleem, 2021).

*Art therapy* merupakan pendekatan yang efektif dalam meningkatkan regulasi emosi, terutama pada remaja yang mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi. Melalui teknik ini, individu dapat mengekspresikan perasaan dan pikiran yang sulit diungkapkan secara verbal dengan menggunakan media seni seperti menggambar dan membentuk plastisin. Proses ini tidak hanya membantu untuk memahami dan mengenali emosi yang dialami, tetapi juga memberikan ruang untuk menyalurkan emosi negatif secara positif. *Art therapy* berdampak pada perubahan sikap individu yang menunjukkan kemampuan dalam *problem solving*, mengurangi ketergantungan pada orang lain, meningkatkan kepercayaan diri dan harga diri. Manfaat lainnya termasuk peningkatan kemampuan untuk berinteraksi sosial yang lebih baik, serta pengembangan pola pikir yang lebih positif, yang pada akhirnya mendukung kesejahteraan emosional dan sosial individu (Putri & Halida, 2024).

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan memberikan program intervensi *Islamic art therapy* dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung dan faktor penghambat. Terdapat beberapa faktor yang mendukung pelaksanaan intervensi ini, yakni: 1) Penerimaan dan pelayanan lembaga yang baik. Penerimaan atau pelayanan yang baik dari lembaga juga menjadi faktor pendukung penting. Pelayanan yang baik mencerminkan profesionalisme dan komitmen lembaga dalam mendukung kegiatan sosial, sehingga meningkatkan kepercayaan dan kepuasan peserta, 2) Fasilitas dan alat pendukung yang lengkap. Fasilitas dan alat-alat pendukung yang lengkap di aula sangat membantu kelancaran pelaksanaan kegiatan.

Ketersediaan peralatan yang memadai memastikan bahwa semua kebutuhan teknis dan logistik dapat terpenuhi dengan baik, 3) Antusiasme anak-anak dalam mengikuti kegiatan. Antusiasme anak-anak dalam mengikuti kegiatan merupakan faktor pendukung yang tidak kalah penting. Partisipasi aktif dan semangat dari anak-anak menciptakan suasana yang positif dan menyenangkan, yang pada gilirannya meningkatkan keberhasilan program. Kesimpulannya, meskipun terdapat berbagai hambatan yang dapat mengganggu pelaksanaan kegiatan di lembaga sosial, faktor-faktor pendukung yang ada dapat membantu mengatasi hambatan tersebut dan memastikan kelancaran serta keberhasilan kegiatan. Oleh karena itu, penting untuk memaksimalkan faktor pendukung dan meminimalkan faktor penghambat melalui perencanaan yang matang dan koordinasi yang baik.

Selain itu, terdapat beberapa faktor yang menghambat pelaksanaan kegiatan ini. Faktor penghambat tersebut yakni: 1) Adanya miskomunikasi antara petugas. Miskomunikasi yang terjadi yakni adanya bentorknya jadwal acara dengan acara lain di satu tempat. Namun masalah ini dapat diatasi dengan tersedianya tempat kedua untuk acara lainnya, 2) Terdapat satu anak yang tidak bisa membaca. Hal ini mempengaruhi ketika anak akan mengisi skala yang diberikan dan harus didampingi oleh petugas untuk membacakan skala regulasi emosi yang digunakan pada saat pretest dan posttest, 3) Waktu pelaksanaan. Penghambat dari pengabdian ini adalah waktu yang dilaksanakan ketika intervensi hanya 120 menit yang seharusnya beberapa kali pertemuan dan terdapat 5 sesi. Waktu pelaksanaan juga bertepatan dengan anak-anak melaksanakan ujian akhir semester sehingga waktu yang kosong hanya 2 jam, hal tersebut dapat mempengaruhi efektivitas intervensi yang dilakukan.

## Kesimpulan

Kegiatan ini telah dilaksanakan pada tanggal 02 Juni 2024 di Aula, UPT Rumah Pengasuhan Anak Wiloso Projo Yogyakarta, berhasil mencapai tujuan utama yaitu meregulasikan emosi pada anak dengan media *Islamic art therapy*. Peserta yang mengikuti kegiatan ini ada 5 anak yang terdiri dari 4 perempuan dan 1 laki-laki. Selama melaksanakan kegiatan PKM ini, anak-anak menunjukkan antusias yang tinggi dan terlihat sangat aktif selama kegiatan tersebut berlangsung hingga kegiatan selesai. Kegiatan ini berhasil mencakup beberapa aspek yaitu anak-anak mampu memahami emosi yang dirasakan, anak mampu mengekspresikan emosi yang dirasakan melalui seni lukis, anak mampu meregulasi emosi melalui seni lukis. Perlu adanya penambahan dan perpanjangan durasi waktu intervensi yang dilakukan secara berkala dan bertahap agar meningkatkan efektifitas intervensi yang dilakukan. Perancangan program pasca intervensi yang dapat dilakukan secara kontinu sangat diperlukan agar manfaat kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat memberikan dampak positif jangka panjang. Perlu ditambahkan juga jadwal pelaksanaan *Islamic art therapy* untuk meregulasikan emosi anak, sehingga anak dapat mengekspresikan emosinya dengan cara yang baik dan tidak menyakiti diri ataupun orang lain.

## Daftar Pustaka

- Arsini, Y., Rusmana, N., & Sugandhi, N. (2022). Profil Resiliensi Remaja Putri di Panti Asuhan dilihat Pada Aspek Empathy, Emotion Regulation dan Self-Efficacy. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 76–83. <https://doi.org/https://doi.org/10.51214/bocp.v4i1.151>
- Ely, Dwiana Sari, F., Purwanto, D., & History, A. (2022). Pemanfaatan Teknologi Media Digital untuk Pengembangan Agrobisnis Pisang Cavendish BUMDES Maju Bersama. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (PIMAS)*, 1(4). <https://doi.org/10.35960/pimas.v1i4.916>
- Emilia, N. L., & Susanto, D. (2023). Penerapan Art Therapy untuk Mengatasi Distress Spiritual Pada Lansia di Desa Tindaki Provinsi Sulawesi Tengah: Studi Kasus. *Jurnal Kesehatan dan Teknologi*, 1(1), 1–7.
- Fauziyyah, S. A., Ifdil, I., & Putri, Y. E. (2020). Art Therapy Sebagai Penyaluran Emosi Anak. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 5(3), 109–114. <https://doi.org/10.1007/08972011>
- Febrieta, D., & Sukma, M. T. (2023). Pendampingan Pelatihan Art Therapy dalam Meningkatkan Kesadaran Diri Pasien ODGJ. *Community Development Journal*, 4(2), 3562–3568.
- Hajra, B., & Saleem, T. (2021). The Use of Islamic Patterned Art Therapy : Healing of Psychological Problems Among University Students. *Journal of Religion and Health*, 60(6), 4361–4386. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01240-7>
- Hanan, F., Basaria, D., & Yanuar, S. (2018). Penerapan Group Art Therapy Bagi Anak-Anak Masa Pertengahan yang Memiliki Kecenderungan Agresi Verbal. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(1), 97–107.
- Hasni, H., Andika, M., & Syahid, A. (2022). Artikel Penelitian Pengaruh Art Therapy terhadap Kualitas Hidup Anak Kanker yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 11(3), 164–168.

- 
- Hidayati, F. U., & Ahyani, L. N. (2023). Pengaruh Visual Art Therapy dalam Menurunkan Post Traumatic Stress Disorder pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 8(1), 99–111.
- Humaidah, N. D., Adma, F., & Purna, R. S. (2021). Regulasi Emosi pada Pasien Covid-19. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 16(1), 45–50. <https://doi.org/https://doi.org/10.26905/jpt.v16i17711>
- Imami, A. D., Sulistiyorini, D., & Setiyowati, N. (2016). Efektivitas Pendampingan Kegiatan Menggambar (dengan Modifikasi Art Therapy) Sebagai Katarsis Terhadap Agresivitas. *Jurnal Sains Psikologi*, 5(2).
- Juliansyah, M., Sibawaihi, & Taisir, M. (2023). Analisis Pengembangan Seni dan Budaya dalam Pendidikan Agama Islam. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 5(1), 5983–5986. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i1.10505>
- Kartika, D., & Yuhanita, N. N. (2021). Pengaruh Art Therapy Menggambar dalam Layanan Konseling Kelompok dapat Meningkatkan Pengelolaan Emosi Marah. *Borobudur Counselling Review*, 01(02), 69–74. <https://doi.org/10.31603/bcr.5741>
- Kusuma, A. T., Safitri, N. N., Prilani, D. M., & Pramudita, N. T. (2023). Apresiasi Seni: Sarana Pengembangan Karakter Self Compassion. *Jurnal Sosial Humaniora*, 3(1), 24–36. <https://doi.org/https://doi.org10.26593/jsh.v3i01.6317>
- Kusumawardhani, I. A., Kurnianingrum, W., & Soetikno, N. (2018). Art Therapy untuk Meningkatkan Kontrol Diri pada Anak Didik Lapas. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(1), 135–143. <https://doi.org/https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i1.1751>
- Lestari, C. B., Ashfia, H., Kinanti, N., & Maulida, N. (2023). Perspektif Islam dalam Dunia Seni. *Journal Islamic Education*, 1(1), 101–112.
- Maharani, A., Suroso, S., & Pratitis, N. (2024). Art Therapy Untuk Mengurangi Perilaku Agresivitas pada Anak Jalanan. *Journal of Psychological Science and Profession*, 8(2), 177–187. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v8i2.53791>
- Mumtahanah, S., & Casmini. (2024). Peta Hasil Intervensi Perilaku Agresif Anak Pada Masa Taman Kanak-Kanak sampai Sekolah Dasar. *JRIP: Jurnal Riset Dan Inovasi Pembelajaran*, 4(1), 619–630. <https://doi.org/https://doi.org/10.51574/jrip.v4i1.1399>
- Mustafa, M. S., Aryasa, K., & Rasyid, M. F. (2023). Peningkatan Mutu Pembelajaran Guru Bidang Studi Basis Data dalam Menghadapi Ujian Kompetensi Keahlian (UKK) SMKS Mutiara Ilmu Makassar. *Room of Civil Society Development*, 2(2), 115–130. <https://doi.org/10.59110/rcsd.v2i2.191>
- Novika, R., & Arif, M. (2024). Peran Pengurus Panti Menunjang Pendidikan Anak di Panti Asuhan Griya Yatim dan Dhuafa Bukittinggi. *El-Banar: Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran*, 7(April), 62–73.
- Nyoman, N., Purwati, M., Ardini, P. P., & Juniarti, Y. (2023). Pengaruh Plasticine Art Therapy Terhadap Kemampuan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun. *Student Journal of Early Childhood Education*, 3(2), 149–162.
- Purnawati, E., Nugroho, I. A., Syafa'at, A. Y., & Sari, F. D. (2022). Pemberdayaan Ekonomi Produktif Terhadap Produk Lokal Tanggap Covid-19 Kelompok Usaha Bersama Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat - PIMAS*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.35960/pimas.v1i1.722>
- Purwati, N. N. M., Ardini, P. P., & Juniarti, Y. (2023). Pengaruh Plasticine Art Therapy Terhadap Kemampuan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6. *Student Journal of Early Childhood Education*, 3(2), 149–162.
- Putri, A., & Halida, H. (2024). Studi Kasus Penggunaan Art Therap bagi Peserta Didik dengan Kesulitan Mengendalikan Emosi. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, 10(1), 179–188. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v10i1.14781>
- Putri, A., & Yuline, Y. (2023). Mereduksi Agresivitas dengan Cognitive Behavioral Art Therapy pada Siswa SMPN 14 Pontianak. *AoEJ: Academy of Education Journal*, 14(2), 1477–1496.
- Qibtiatun, R., Dzikri, H. Al, Fitri, A., Turindo, D. T., Dwi, W., & Ak, P. (2022). Pengaruh Terapi Seni (Art Therapy) dalam Meningkatkan Diri pada Anak Didik Lapas. *Consensus: Jurnal Ilmu Hukum*, 1(1), 7–14.
- Rahmanisa, R., Rahmat, H. K., Cahaya, I., Annisa, O., & Pratiwi, S. (2021). Strategi Mengembangkan Resiliensi Individu di Tengah Masa Pandemi COVID-19 Menggunakan Islamic Art Therapy. *Journal of Contemporary Islamic Counseling*, 1(1), 39–52.
- Tobing, C. M., Nisa, A., & Ratnasari, D. (2022). Mengenal dan Mengelola Emosi Individu dengan Art Therapy Melalui Layanan Penguasaan Konten. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(6), 12280–12283.
- Wardah, A. (2020). Keterbukaan Diri dan Regulasi Emosi Peserta didik. *Indonesia Journal of Learning Education and Counseling*, 2(2), 183–192.
- Zuroida, A., & Grahani, F. O. (2022). Art Therapy dalam Upaya Menurunkan Kecenderungan Agresi pada Remaja Awal. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(1), 1212–1218. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i1.2118>
-