



Contents lists available at [Journal Redwhitepress](http://journal.redwhitepress.com)

Journal of Counseling and Educational Technology

ISSN: 2654-8194 (Print) ISSN: 2654-9786 (Electronic)

Journal homepage: <http://journal.redwhitepress.com/index.php/jcet>



Peran *art therapy* dalam pemulihan trauma psikologis anak

Mujadid Nazifah Gesti Ali^{1*}, Ridho Candra¹, Siti Dwi Zahara¹, Lira Erwinda²

¹Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

²Universitas Bina Bangsa, Banten, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Jul 13th, 2024

Revised Aug 25th, 2024

Accepted Sept 30th, 2024

Keywords:

Art therapy

Trauma

Mental health

Anak-anak

Konseling

ABSTRAK

Anak dalam masa perkembangannya dengan daya ingat dan daya tangkap yang kuat seringkali mudah memahami dan menyimpan peristiwa yang dilaluinya. Salah satunya peristiwa traumatis atau peristiwa yang tidak sesuai dengan perkembangan mereka sehingga menyebabkan trauma. Trauma pada anak merupakan keadaan serius yang akan berdampak besar hingga kehidupan dewasanya baik dari segi emosional, kognitif maupun sosial anak. Anak dengan trauma akan memiliki beban psikologis yang berat, sehingga hal ini akan menyebabkan ketimpangan-ketimpangan yang mengganggu masa perkembangannya. Banyak intervensi yang dikembangkan sebagai jalan bantuan untuk anak-anak dalam menurunkan trauma yang mereka alami, salah satunya adalah *Art therapy*. Kajian literatur ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana efektivitas *Art therapy* dalam menurunkan trauma yang dialami anak-anak, baik itu trauma pelecehan seksual, trauma KDRT, trauma pada bencana ataupun pada trauma dengan peristiwa yang traumatis. Prosedur *Art therapy* dinilai efektif untuk membantu anak-anak dalam mengungkapkan apa yang mereka rasakan secara non-verbal dan bebas. Kajian literatur ini akan mengkaji bagaimana *Art therapy* efektif dalam membantu anak-anak menurunkan trauma mereka. Metode kajian ini adalah metode literatur review dengan menggunakan berbagai karya ilmiah yang mengkaji efektivitas *Art therapy* dalam menurunkan trauma pada anak.



© 2024 The Authors. Published by Redwhitepress.

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>)

Corresponding Author:

Mujadid Nazifah Gesti Ali,

Universitas Negeri Padang

Email: nazifah36@gmail.com

Pendahuluan

Anak-anak memiliki hak untuk hidup dengan baik dan berkembang di lingkungan yang aman dan penuh kasih sayang (Prastini, 2024). Namun, kenyataannya tidak semua anak dapat merasakan kondisi yang diinginkan. Apalagi di usia emas, anak-anak sangat rentan terhadap berbagai bentuk trauma psikologis (Sugandi et al., 2023) yang berasal dari peristiwa yang tidak ideal. Trauma pada anak disebabkan oleh berbagai faktor, faktor kekerasan fisik dan emosional, pelecehan seksual (Wibhowo et al., 2019), kehilangan orang tua (Djatioko & Surjaningrum, 2022), kejadian bencana alam (Rahmat & Alawiyah, 2020), kecelakaan, hingga perundungan di sekolah (Frontina et al., 2023) maupun di lingkungan sosial.

Peristiwa traumatis yang dialami anak-anak tidak berdampak hanya saat itu saja, tetapi juga akan mempengaruhi perkembangan psikologis, emosional, kognitif, hingga sosial anak (Bolangitan, 2024) dalam jangka panjang. Saat dewasa anak akan mengalami berbagai ketimpangan karena dipengaruhi oleh trauma yang dialaminya. Jika tidak ditangani dengan tepat maka gangguan trauma pada anak akan melahirkan gangguan psikologis yang lebih parah. Kondisi ini tentu akan menghambat dan beresiko menimbulkan keadaan-keadaan

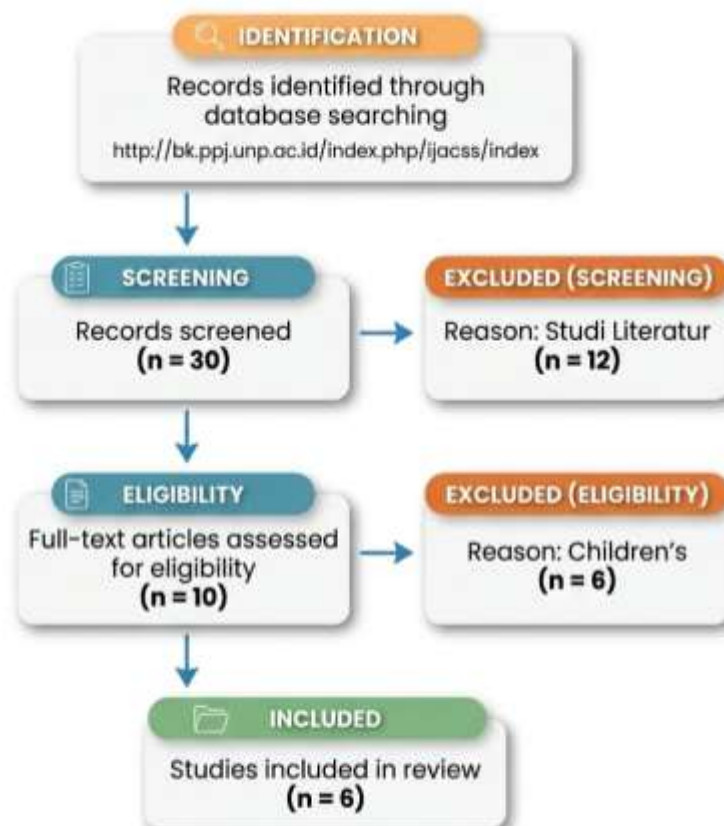
yang tidak ideal di masa dewasa. Oleh karena itu, ini menjadi hal serius yang harus ditangani dengan melibatkan perhatian khusus.

Hambatan dalam penyembuhan trauma anak adalah pendekatan komunikasi yang sulit, karena anak-anak cenderung tertutup dan sulit mengutarakan emosi (Habibi, 2022) yang mereka rasakan secara verbal, seperti keterbatasan bahasa, perasaan takut dan malu. Pengalaman trauma yang dialami anak sulit dicari akar permasalahannya karena kurangnya komunikasi terbuka yang disebabkan oleh ketakutan-ketakutan yang dirasakan anak. Untuk itu salah satu jalan keluar yang dapat diberikan kepada anak-anak agar mereka dapat mengekspresikan keadaan psikologis mereka secara bebas adalah dengan memberikan bantuan konseling dengan teknik *Art therapy*.

Art therapy merupakan salah satu teknik konseling yang menggunakan seni (Putri et al., 2021) untuk memudahkan klien dalam mengekspresikan keadaan psikologisnya. *Art therapy* dipercaya efektif untuk membantu klien mengekspresikan dirinya secara bebas (Fahlevi et al., 2019) melalui terapi non-verbal, seperti melukis, menggambar atau bermain tanah liat. Hal ini dapat meminimalisir perasaan malu dan takut yang dialami klien terlebih pada anak-anak yang sulit berkomunikasi dan mengutarakan peristiwa traumatik yang dialaminya. Dengan pelaksanaan *Art therapy* terapis atau konselor diharapkan dapat mendalami akar permasalahan klien dan dapat membantu klien dengan tepat. Dalam sejumlah penelitian *Art therapy* terbukti efektif untuk membantu anak menurunkan trauma yang dialaminya, meregulasi emosi serta mengelola perasaan dan sifat negatif akibat trauma. Menurut (Sulistiyanti, 2017) *Art therapy* mampu mengatasi memori eksplisit dan implisit pada pengalaman trauma. Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel ini bertujuan mengkaji dari berbagai bahan literatur dan hasil yang relevan mengenai keefektifan *Art therapy* dalam menurunkan trauma pada anak.

Metode

Pendekatan sistematis yang dilakukan dalam penelitian ini adalah *Systematic Literature Review* (SLR). Metode SLR ini dilakukan dengan dua proses, yakni proses review dan proses mengidentifikasi jurnal dengan sistematis menggunakan panduan yang telah ditentukan (Triandini; Nur et al., 2024).



Gambar 1 <Flow Diagram PRISMA 2020>

Hasil dan Pembahasan

Art therapy merupakan hasil perpaduan dari seni dan psikologi (Fahlevi et al., 2019). Pada *Art therapy*, media seni, proses kreatif, dan hasil karya seni dimanfaatkan untuk mengungkapkan perasaan, berdamai dengan konflik emosional, meningkatkan kesadaran diri, menurunkan kecemasan, serta meningkatkan keberhargaan diri Malchiodi (Soma & Karneli, 2020). Melalui *Art therapy*, individu dapat mengekspresikan emosi yang dialaminya (Giovani et al., 2021) dengan cara yang aman hingga ia mampu menghadapi dan menerima hal tersebut Malchiodi (Puspita Sari et al., 2022). Berbagai penelitian membuktikan bahwa *Art therapy* melalui gambar dapat meningkatkan kesadaran diri, menyelesaikan konflik emosional (Hidayah, 2014) dan mampu menyelesaikan (Shokiyah et al., 2021). Menurut (Malchiodi; Sholihah, 2017) *Art therapy* biasanya digunakan sebagai intervensi psikologi seperti untuk mengatasi kecemasan ataupun trauma pada kasus kekerasan.

Table 1 <Rekapitulasi Paper yang di Review>

Judul	Author	Responden	Jenis Trauma	Kesimpulan
Visual Voice and Expression: Spontaneous Group Art Therapy With Latency-Age Sexually Abused Girls	Wendy Bonza & Jacqueline Fehlner	Anak-anak, khususnya anak perempuan usia latency, 9-12 tahun	Trauma akibat kekerasan seksual pada anak perempuan usia 9-12 tahun. Anak-anak yang mengalami kesulitan dalam mengekspresikan pengalaman mereka secara verbal akibat pelecehan seksual.	Art Therapy melalui media visual dapat membantu anak mengatasi perasaan seperti takut, marah, dan malu. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa intervensi ini dapat meningkatkan kesadaran emosional, meningkatkan rasa percaya diri, dan membantu mereka melihat diri mereka sebagai individu dengan pengalaman hidup yang beragam, bukan hanya sebagai korban.
Treating Sexually Abused Children Using Art Therapy	Carol Knibbe	Anak-anak usia 7-14 tahun yang mengalami kekerasan seksual	Trauma akibat kekerasan seksual intrafamilial (dilakukan oleh anggota keluarga).	Art Therapy di sini membantu pemulihan trauma melalui tiga pendekatan utama: pendekatan perilaku, ekspresi simbolik, dan ekspresi langsung. Hasil penelitian ini telah menunjukkan bahwa Art Therapy itu efektif membantu mereka melepaskan diri dari siklus keputusan yang sering dialami oleh korban trauma kekerasan seksual.
Art Therapy and Internal Family Systems Therapy	Majie Lavergne	Remaja perempuan yang telah menjalani proses hukum (adjudicated teenage girls).	Trauma yang berkaitan dengan gangguan stres pascatrauma (PTSD) akibat pengalaman hidup yang	Penelitian ini menggabungkan Art Therapy dengan Internal Family Systems Therapy, terutama untuk gadis

Judul	Author	Responden	Jenis Trauma	Kesimpulan
			menyakitkan, termasuk kekerasan, pelecehan, dan pengalaman traumatis lainnya.	remaja yang telah menjalani proses hukum. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan ini dapat meningkatkan kesadaran diri, mengurangi gejala PTSD, dan membantu mengembangkan mekanisme koping yang lebih sehat
Pemberian Art Therapy untuk Menurunkan Kecemasan Korban Gempa Bumi pada Anak di Wilayah Lombok Utara	Paulinus Deny Krisnanto	Anak-anak korban gempa bumi di Lombok Utara	Trauma akibat bencana alam, khususnya gempa bumi, yang menyebabkan kecemasan pada anak-anak.	Penerapan Art Therapy melalui kegiatan mewarnai dan bernyanyi terbukti efektif dalam mengurangi tingkat kecemasan pada anak-anak yang menjadi korban bencana alam. Subjek penelitian menunjukkan respons positif, tercermin dari peningkatan ekspresi emosional dan interaksi sosial. Pendekatan ini menyediakan ruang aman bagi anak untuk mengekspresikan pengalaman traumatis yang sulit diungkapkan.
Accessing traumatic memory through art making: An art therapy trauma protocol (ATTP)	Savneet Talwar	Dewasa. Dalam jurnal ini salah satu contohnya adalah seorang wanita berusia 58 tahun	Trauma akibat pengalaman hidup yang menyakitkan, termasuk PTSD	Art Therapy Trauma Protocol (ATTP) menggabungkan pendekatan artistik, pemahaman neurobiologis, dan teknik psikoterapi tingkat lanjut. Melalui teknik menggambar dengan tangan dominan dan nondominan, hasilnya menunjukkan bahwa metode ini dapat membantu individu memahami dan mengatasi trauma

Judul	Author	Responden	Jenis Trauma	Kesimpulan
				secara lebih efektif daripada terapi berbasis verbal saja.
Medical Art Therapy with Children	Tracy Council	Anak-anak yang sedang menjalani perawatan medis karena penyakit serius.	Trauma akibat penyakit serius dan perawatan medis yang intensif, anak-anak mengalami stres emosional karena kehilangan kontrol atas tubuh mereka sendiri	Medical Art Therapy memungkinkan anak untuk mengekspresikan kondisi emosional mereka dalam lingkungan yang aman dan terkendali. Pendekatan ini memberikan kontribusi yang signifikan

Art therapy didasarkan pada pengalaman dan teori yang mengasumsikan bahwa proses kreatif yang terlibat dalam ekspresi diri artistik mendukung orang untuk menangani masalah mereka. Akibatnya, tujuan *Art therapy* yang paling sering dijelaskan adalah: meningkatkan harga diri dan kesadaran diri, mengembangkan keterampilan mengatasi masalah, mendukung kesedihan dan penerimaan, mencapai wawasan, menyusun perilaku, mengurangi stres, dan mengembangkan keterampilan interpersonal (Schweizer et al., 2014). *Art therapy* adalah terapi eksperiensial yang menyediakan berbagai rangsangan sensorik dalam lingkungan yang aman dan terorganisasi dengan menawarkan bahan dan teknik seni (seperti cat, krayon, tanah liat, kayu, tekstil, dll.). Terapis seni mengajak klien untuk mengalami dan mengekspresikan dirinya selama proses penciptaan seni. Pembentukan seni merangsang perkembangan ide, keterampilan motorik, orientasi tugas, hubungan sebab akibat, wawasan spasial, pengenalan bentuk, pengalaman diri sendiri di ruang sekitar, dan pengembangan kontak mata.

Art therapy adalah bentuk psikoterapi yang menggunakan media seni sebagai cara utama komunikasi. Tujuan utama *Art therapy* adalah untuk memungkinkan perubahan psikologis dan pertumbuhan pribadi dalam hubungan psikoterapi, dalam lingkungan yang aman dan memfasilitasi (British Association of *Art therapy*, 2014). *Art therapy* telah digunakan untuk membantu anak-anak dengan kesulitan fisik, perilaku dan/atau emosional dalam berbagai tempat, seperti rumah sakit dan klinik, fasilitas perawatan rawat jalan dan tempat penampungan (Karkou, 2010). Baru-baru ini, *Art therapy* telah digunakan untuk mendukung anak-anak tanpa kesulitan yang 'jelas' (Moula, 2020), dalam berbagai tempat pendidikan; misalnya, untuk membantu anak-anak mempersiapkan diri untuk: rawat inap, transisi sekolah dari sekolah dasar ke sekolah menengah; dari sekolah khusus kembali ke pendidikan umum, atau saat mengalami transisi sebagai akibat dari perubahan keadaan keluarga mereka (misalnya kematian orang tua, orang tua berpisah atau bercerai) (Pellegrini, 2011). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2014) memberi anak-anak kesempatan untuk berpartisipasi dalam seni terkait erat dengan peningkatan kualitas hidup dan pengembangan keterampilan dan strategi yang dapat ditransfer ke bidang lain dalam kehidupan mereka.

Art therapy dilakukan di ruang khusus yang dilengkapi dengan bahan-bahan yang dibutuhkan untuk proyek seni, seperti kertas, cat, gambar, jurnal, dll. Anak yang menjalani terapi tersebut biasanya memilih topik dan bahan untuk proyek yang diminati, dan terapis membantu dan mendukung anak dalam melaksanakannya (Freilich & Shechtman, 2010). Asumsi dalam *Art therapy* adalah bahwa proyek yang dipilih tidak pernah kebetulan; sebaliknya, proyek tersebut merupakan refleksi dari masalah-masalah penting dalam kehidupan anak yang tidak dapat diungkapkan secara langsung. Peran terapis adalah membantu anak mengidentifikasi pengalaman yang bermakna, kesulitan, atau konflik. Dalam proses mengerjakan karya seni, terapis mendorong anak untuk mengungkapkan perasaan dan kekhawatiran terkait, mengeksplorasinya, dan merenungkannya. Refleksi sering kali mengarah pada pengembangan wawasan dan, terkadang, juga pada pemilihan tujuan untuk perubahan.

Art therapy adalah bentuk terapi ekspresif yang menggabungkan teori dan teknik psikoterapi dengan pemahaman aspek psikologis dari proses kreatif atau pembuatan seni (Sara, 2021). ((Goodyear-Brown et al., 2021) pembuatan karya seni dalam *Art therapy* dipandang sebagai kesempatan untuk mengekspresikan diri secara imajinatif (Widyarani et al., 2020), autentik, dan spontan, dan sebagai sebuah pengalaman yang seiring waktu dapat mengarah pada pemenuhan pribadi, perbaikan emosional, dan transformasi. Para praktisi *Art*

therapy juga setuju bahwa proses kreatif, dengan sendirinya, dapat menjadi pengalaman yang meningkatkan kesehatan dan menghasilkan pertumbuhan (Hamidah et al., n.d.).

Melalui *Art therapy*, anak-anak dapat mengelola emosi yang sulit seperti kemarahan. *Art therapy* dapat meningkatkan pemahaman emosional dan manajemen kemarahan (Mousavi & Sohrabi, 2014). Dalam intervensi *Art therapy*, pembelajaran respons koping, keterampilan baru atau teknik pemecahan masalah, peningkatan rasa memiliki, menawarkan cara yang tidak mengancam untuk mengomunikasikan perasaan dan pengalaman yang kompleks dapat digunakan untuk menjelaskan proses ini.

Informasi yang berkembang mengenai dampak trauma dan otak telah secara dramatis meningkatkan pemahaman mengenai bagaimana *Art therapy* memfasilitasi pemulihan anak-anak dari trauma, selain berfungsi sebagai bentuk komunikasi atau pengobatan tambahan (Talwar, 2007). Pengalaman traumatis secara umum didefinisikan sebagai salah satu di mana seorang individu mengalami sebuah ancaman terhadap hidupnya atau orang lain (Ibda, 2023) atau integritas fisik dan merespons dengan ketakutan yang intens, ketidakberdayaan, atau sangat menakutkan (Lavergne, 2015). Menurut (Krisnanto, 2019) dengan adanya *Art therapy* dapat mengidentifikasi atau menganalisa masalah yang terjadi pada anak terutama dari gambar dan warna. *Art therapy* menggambar dan mewarnai bisa mengekspresikan perasaan (Sholihah, 2018) atau apa yang dialami si anak terutama bagi anak-anak yang sulit mengungkapkan secara verbal. Selain itu *Art therapy* juga dapat mengurangi trauma pada anak (Eva et al., 2021).

Menurut Lley dalam (Lavergne, 2004) menekankan bahwa menggambar dan melibatkan perasaan dan pengalaman yang disimbolkan dan dapat membuat berkurangnya gangguan akibat trauma. Bagi anak-anak pada umumnya, menggambar sesuai dengan usia mereka dan juga merupakan cara yang aman dan alami untuk mengekspresikan diri melalui menggambar sebagai cara untuk menghadapi dunia di sekitar mereka. Anak-anak menggerakkan jari-jari mereka di pasir atau bubur segera setelah mereka menyadari bahwa gerakan mereka meninggalkan jejak (Kellogg, 1970)). Beberapa penelitian menggambarkan nilai positif pada anak-anak dari menggambar, membuat sesuatu, dan bermain untuk mengatasi masalah mereka dengan lebih baik (Kramer, 1971; Lowenfeld & Brittain, 1964; Meyerowitz-katz, 2003; Waller, 2006). (Golub; Knibe, 2015) menyimpulkan bahwa menciptakan seni menawarkan klien kesempatan untuk merefleksikan, mengintegrasikan, meringkai ulang diri setelah terjadinya pengalaman traumatis pada diri mereka. *Art therapy* menganjurkan individu memvisualisasikan emosi dan pikiran yang tidak dapat diungkapkan sehingga diungkapkan melalui karya seni (Krisnanto, 2019). Karya seni yang dihasilkan selanjutnya ditinjau untuk diinterpretasikan oleh individu. Interpretasi dari hasil karya seni dalam *Art therapy* memungkinkan individu mendapat beberapa tingkat wawasan perasaan dan memungkinkan individu bekerja dengan cara konstruktif (Bonza & Fehlner, 1999).

Pamelia dalam (Rizky et al., n.d.) Salah satu media yang dapat membantu pengekspresian memori sensori adalah seni. Seni merupakan cara yang alami bagi ekspresi sensori karena melibatkan sentuhan, bau, dan indera lainnya selama pembuatan karya seni dilakukan. Kapasitas dari pembuatan karya seni atau art making telah terbukti efektif dalam “menyentuh” memori sensori di sistem limbik, sehingga membuatnya menjadi salah satu alat yang potensial dalam intervensi trauma (Hidayati & Ahyani, 2023).

Canadian *Art therapy* Association juga menjelaskan bahwa *art therapy* adalah bentuk psikoterapi yang memungkinkan sebagai bentuk ekspresi emosional dan penyembuhan melalui cara-cara nonverbal (Aiyuda, 2019). Anak-anak, tidak seperti kebanyakan orang dewasa, seringkali tidak bisa dengan mudah mengekspresikan diri secara verbal (Sulistiyanti, 2017). Sedangkan, orang dewasa, di sisi lain dapat menggunakan kata-kata untuk bentuk intelektual dan menjauhkan diri dari emosi mereka. *Art therapy* memungkinkan klien untuk keluar dari hambatan tersebut, seperti kesulitan dalam mengekspresikan diri, yaitu dengan menggunakan bahan seni sederhana (Soma & Karneli, 2020).

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan sistematis maka dapat disimpulkan bahwa, melalui *Art therapy* dapat mengurangi trauma pada anak-anak seperti PTSD, trauma kekerasan seksual, trauma akibat bencana alam. Trauma pada anak adalah kondisi ketika anak mengalami peristiwa buruk atau menakutkan yang mengancam keselamatannya. Trauma dapat disebabkan oleh berbagai peristiwa, seperti kekerasan, perundungan, bencana alam, atau pelecehan seksual. *Art therapy* merupakan salah satu teknik konseling yang menggunakan seni untuk memudahkan klien dalam mengekspresikan keadaan psikologisnya. sehingga sangat penting bagi seorang konselor dan guru BK untuk mempelajari *art therapy* untuk menangani kasus trauma pada anak-anak.

Referensi

- Aiyuda, N. (2019). *Art Therapy. Nathiqiyah*, 2(1).
- Bolangitan, A. H. (2024). Negative Impact Of Domestic Violence On Child Development (Dampak Negatif Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Perkembangan Anak). *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(4), 971–982.
- Bonza, W., & Fehlnr, J. (1999). Visual Voice And Expression. *Canadian Art Therapy Association Journal*, 13(1–2), 13–26. <https://doi.org/10.1080/08322473.1999.11432241>
- Djarmiko, F. A., & Surjaningrum, E. R. (2022). Sistematis Review: Gambaran Faktor Protektif Pada Anak Yang Orang Tuanya Meninggal Dunia. *Jurnal Diversita*, 8(2), 158–169.
- Eva, E., Hadzar Affifah, G., & Nabila Hanun, I. (2021). *Efektivitas Art Therapy Dalam Membantu Mencerdaskan Emosional Pada Anak Kelas 1-6 Madrasah Desa Jagabaya*. <https://proceedings.uinsgd.ac.id/index.php/proceedings>
- Fahlevi, R., Basaria, D., & Pranawati, S. Y. (2019). Penerapan Cognitive Behavioral *Art Therapy* (CBAT) Untuk Menurunkan Agresivitas Pada Remaja LPKA X. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 3(2), 385.
- Freilich, R., & Shechtman, Z. (2010). The Contribution Of *Art Therapy* To The Social, Emotional, And Academic Adjustment Of Children With Learning Disabilities. *The Arts In Psychotherapy*, 37(2), 97–105.
- Frontina, T., Budiarti, R. R., & Adrian, D. P. A. (2023). Masalah Perundungan Di Dalam Lingkup Pendidikan: Studi Kasus Terhadap Siswa Disabilitas. *PASCA: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, 19(1), 84–94.
- Giovani, S., Satiadarma, M. P., & Subroto, U. (2021). Efektivitas *Art Therapy* Metode Ganim Dalam Menurunkan Tingkat Disregulasi Emosi Pada Siswa Sma Yang Menjadi Korban Bullying. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 5(1), 47.
- Goodyear-Brown, P., Worley, K., & Rubens, J. (2021). Camp Nurture: An Immersion In Key Components Of Traumaplay®. In *Implementing Play Therapy With Groups* (Pp. 78–91). Routledge.
- Habibi, M. A. M. (2022). Penanganan Kecemasan Pada Anak Usia Dini Melalui Terapi Bermain. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 7(1), 156–162.
- Hamidah, W., Asep, I., & Falah, M. (N.D.). *Analisis Indikator Keberhasilan Proses Terapi Seni Sebagai Alternatif Metode Penyembuhan Kesehatan Mental*.
- Hidayah, R. (2014). Pengaruh Terapi Seni Terhadap Konsep Diri Anak. *Makara Hubs-Asia*, 18(2), 89–96.
- Hidayati, F. U., & Ahyani, L. N. (2023). Pengaruh Visual *Art Therapy* Dalam Menurunkan Post Traumatic Stress Disorder Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 8(1). <http://jurnal.umk.ac.id/index.php/perseptual>
- Ibda, F. (2023). Dukungan Sosial: Sebagai Bantuan Menghadapi Stres Dalam Kalangan Remaja Yatim Di Panti Asuhan. *Intelektualita*, 12(2).
- Karkou, V. (2010). *Arts Therapies In Schools: Research And Practice*. Jessica Kingsley Publishers.
- Kellogg, R. (1970). Analyzing Children's Art. (No Title).
- Knibe, S. (2015). Third-Degree Impasses From A Neurophysiological Perspective. *Transactional Analysis Journal*, 45(1), 38–47.
- Kramer, E. (1971). *Art Therapy With Children*. New York: Schocken Books
- Krisnanto, P. D. (2019). Pemberian *Art Therapy* Untuk Menurunkan Kecemasan Korban Gempa Bumi Pada Anak Di Wilayah Lombok Utara. *Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu*, 1(1).
- Lavergne, M. (2004). *Art Therapy And Internal Family Systems Therapy*. *Canadian Art Therapy Association Journal*, 17(1), 17–36. <https://doi.org/10.1080/08322473.2004.11432257>
- Lowenfeld, V., & Brittain, L. (1964). *Creative And Mental Growth (4th Ed.)*. New York/London: The Macmillan Company/Collier Macmillan Ltd
- Meyerowitz-Katz, J. (2003). Art Materials And Processes—A Place Of Meeting Art Psychotherapy With A Four-Year-Old Boy. *Inscape*, 8(2), 60–69.
- Moula, Z. (2020). A Systematic Review Of The Effectiveness Of *Art Therapy* Delivered In School-Based Settings To Children Aged 5–12 Years. *International Journal Of Art Therapy*, 25(2), 88–99.
- Mousavi, M., & Sohrabi, N. (2014). Effects Of *Art Therapy* On Anger And Self-Esteem In Aggressive Children. *Procedia-Social And Behavioral Sciences*, 113, 111–117.
- Ni'matus Sholihah, I. (2017). *Kajian Teoritis Penggunaan Art Therapy Dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling Di SMK*. <http://ibks.abkin.org>
- Nur, N., Karim, F., Hambali, B., Jejak, R., & Kunci, K. (2024). Systematic literature review: peningkatan kesehatan mental melalui olahraga Keterangan. In *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)* (Vol. 4, Issue 2). <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/jok>
- Nur Shokiyah, N., Rupa Murni, S., & Seni Rupa Dan Desain Institut Seni Indonesia Surakarta, F. (2021). *Terapi seni untuk mengatasi gangguan kecemasan pada lansia akibat pandemi covid-19* (Vol. 13, Issue 2).
- Pellegrini, A. D. (2011). *The Oxford Handbook Of The Development Of Play*. Oxford University Press.

- Prastini, E. (2024). Kekerasan Terhadap Anak Dan Upaya Perlindungan Anak Di Indonesia. *Jurnal Citizenship Virtues*, 4(2), 760–770.
- Puspita Sari, Y., Suryaningsih, S., Yuliana, A., Aditya Affanda, M., Tasalim, R., Rahman, S., Riduansyah, M., Studi Profesi Ners, P., & Kesehatan, F. (2022). Edukasi manajemen kecemasan dengan teknik *art therapy* di Desa Paku Alam RT 02 Kabupaten Banjar. *Desember, 2022*(2).
- Putri, D. R., Fillianto, A. D. C., & Iriyanto, J. B. (2021). Implementasi *Art Therapy* Untuk Meningkatkan Coping Stress Terkait Permasalahan Perkembangan Di Usia Remaja. *JURNAL TALENTA*, 10(2).
- Rahmat, H. K., & Alawiyah, D. (2020). Konseling Traumatik: Sebuah Strategi Guna Mereduksi Dampak Psikologis Korban Bencana Alam. *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani*, 6(1), 34–44.
- Rizkya, I., Purwono, R. U., & Abidin, Z. (N.D.). Efektivitas Person-Centered *Art Therapy* Untuk Mengurangi Simtom Post-Traumatic Stress Disorder (Ptd) Pada Penyintas Bencana Gempa Di Lombok. In *Jurnal Psikologi Sains Dan Profesi* (Vol. 4, Issue 2). www.bnpb.go.id,
- Sara, D. G. (2021). Pentingnya Visual Art Terapi Dalam Konseling. *Available At SSRN 3936608*.
- Schweizer, C., Knorth, E. J., & Spreen, M. (2014). *Art Therapy With Children With Autism Spectrum Disorders: A Review Of Clinical Case Descriptions On ‘What Works.’ The Arts In Psychotherapy*, 41(5), 577–593.
- Sholihah, I. N. (2018). Kajian Teoritis Penggunaan *Art Therapy* Dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling Di SMK. *1st ASEAN School Counselor Conference On Innovation And Creativity In Counseling*.
- Soma, Y. M., & Karneli, Y. (2020). Penerapan Teknik *Art Therapy* Untuk Mengurangi Kecemasan Sosial Terhadap Korban Cyberbullying. *SCHOULID: Indonesian Journal Of School Counseling*, 5(2), 67. <https://doi.org/10.23916/08774011>
- Sugandi, A., Jaman, U. B., Nanjarullah, A., Nurajijah, A., Dianto, D. A., Moozanah, S., & Arumsari, M. (2023). Trauma Healing Dan Edukasi Pasca Gempa Bagi Anak-Anak Desa Sarampad. *East Journal Of Innovative Community Services*, 1(03), 80–85.
- Sulistiyanti, E. (2017). *Layanan Konseling Art Therapy Untuk Mengatasi Trauma Anak Korban Bullying Di Sekolah*. <http://ibks.abkin.org>
- Talwar, S. (2007). Accessing Traumatic Memory Through Art Making: An *Art Therapy* Trauma Protocol (ATTP). *Arts In Psychotherapy*, 34(1), 22–35. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2006.09.001>
- Waller, D. (2006). *Art Therapy For Children: How It Leads To Change. Clinical Child Psychology And Psychiatry*, 11(2), 271–282.
- Wibhowo, C., Andromeda DS, K., & Santoso, J. G. (2019). Trauma Masa Anak, Hubungan Romantis, Dan Kepribadian Ambang. *Jurnal Psikologi*, 46(1), 63–71.
- Widyarani, L., Priliana, W. K., & Kustanti, C. (2020). Efektivitas *Art Therapy* Terhadap Pengetahuan Dan Praktik Pemeliharaan Kesehatan Gigi Pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 2(1), 29–39.
- World Health Organisation (2014). *Basic Documents*. 48th Ed. <http://apps.who.int/gb/bd/>