



## Pendekatan *Art Therapy* untuk Perilaku Interaksi Sosial Bagi Penyandang *Autism* di *Art Therapy Center* Widyatama, Bandung, Jawa Barat.

Firzayafi Hidajat Putra<sup>1</sup>, Irhamni Rahman<sup>2</sup>  
Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia<sup>1,2</sup>

Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cireundeu, Kec. Ciputat Tim.,  
Kota Tangerang Selatan, Banten 15419  
Korespondensi penulis: [firzayafii01@gmail.com](mailto:firzayafii01@gmail.com)

**Abstract** : *Autism Spectrum Disorder (ASD) is often associated with challenges in aspectsof social interaction and communication. Art Therapy, which utilizes the creative process in art as a therapeutic medium, is believed to help improve social and emotional skills in individuals with ASD. This research aims to explore the effectiveness of the Art Therapy approach in improving social interaction behavior in individuals with autism at the Art Therapy Center Widyatama Bandung. This study uses qualitative methods with a descriptive approach to assess the impact of Art Therapy on participants' social behavior. Data was collected through direct observation, interviews with therapists, alumni and parents. The results of the study show that Art Therapy can contribute significantly to changing the social interaction behavior of people with autism, with visible behavioral changes in self-expression, non-verbal communication, and skills.*

**Keywords**: *Art Therapy, People with Autism, Social Interaction*

**Abstrak** : *Autism Spectrum Disorder (ASD) sering kali dikaitkan dengan tantangan dalam aspek interaksi sosial dan komunikasi. Art Therapy, yang memanfaatkan proses kreatif dalam seni sebagai medium terapi, diyakini dapat membantu meningkatkan keterampilan sosial dan emosional pada individu dengan ASD. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi efektivitas pendekatan Art Therapy dalam meningkatkan perilaku interaksi sosial pada individu penyandang autisme di Art Therapy Center Widyatama Bandung. Studi ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif untuk menilai dampak Art Therapy terhadap perilaku sosial peserta. Data dikumpulkan melalui observasi langsung, wawancara dengan terapis, alumni dan orang tua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Art Therapy dapat berkontribusi secara signifikan dalam perubahan perilaku interaksi sosial penyandang autisme, dengan perubahan perilaku yang terlihat dalam ekspresi diri, komunikasi non- verbal, dan keterampilan sosial dasar.*

**Kata kunci**: *Art Therapy, Interaksi Sosial, Penyandang Autism*

### 1. LATAR BELAKANG

Setiap manusia pasti menginginkan kehidupan yang layak. Tidak ada manusia yang ingin menjalani kehidupan ini dengan serba kekurangan. Namun kehidupan yang layak belum tentu dapat dirasakan oleh semua orang. Tidak sedikit orang mengalami berbagai perlakuan yang tidak layak dalam kehidupan, baik dalam Pendidikan, ekonomi, sosial dan lainnya. Hal ini disebabkan oleh bermacam-macam faktor baik internal maupun eksternal. Salah satu yang mempengaruhi perlakuan yang berbeda dari kehidupan sosial adalah apabila seseorang mengalami kekurangan pada dirinya seperti anak berkebutuhan khusus yang dapat menimpa siapa saja tanpa mengenal status sosial.

Bagi orang tua, tentunya akan sangat memprihatinkan apabilamereka mempunyai anak yang berkebutuhan khusus. Meskipun demikian, pada kenyataannya orang tua tidak perlu mencemaskan hal itu secara berlebihan. Karena pada masa ini telah tersedia berbagai metode-

metode tertentu untuk mendidik anak dan menangani anak yang dengan kebutuhan khusus. Kebutuhan-kebutuhan tertentu tersebut sebaiknya dipenuhi oleh pendidik khusus, psikolog, ataupun terapis agar anak dapat berkembang secara optimal dan dapat menyesuaikan dirinya dengan tuntutan lingkungan. Salah satu anak berkebutuhan khusus yang dimaksud adalah anak dengan gangguan *autism*.

Penyandang gangguan *autism* membutuhkan pengawasan dan bimbingan untuk menjalani kegiatan rutinitas sehari-hari dalam kehidupannya. Karena interaksi sosial anak dengan gangguan *autism*, tidak sama dengan anak normal pada umumnya, maka anak dengan gangguan *autism* harus diberikan terapi dan bimbingan yang bisa meningkatkan interaksi sosialnya. Anak-anak dengan gangguan *autism* di Indonesia mengalami peningkatan pada setiap tahunnya. Menurut Badan Pusat Statistik Indonesia, jumlah anak dengan gangguan *autism* mulai dari usia 5 tahun hingga 19 tahun yang berhasil didata pada tahun 2014 ada berjumlah sekitar 112 ribu jiwa dengan gangguan *autism*.

Gangguan yang dialami individu *autism* meliputi interaksi sosial, komunikasi (verbal-non dan verbal), perilaku, perasaan/emosi, dan persepsi-sensorik. Penanganan individu *autism* bertujuan untuk mengatasi perkembangan yang tertunda sesuai dengan usianya. Semakin cepat mengetahui individu mengalami *autism*, maka semakin cepat pula usaha penanganannya. Deteksi dan intervensi dini adalah kunci dalam penanganan individu *autism*. Dalam beberapa penelitian terdahulu, *Art Therapy* telah terbukti efektif dalam membantu individu dengan *autism* meningkatkan kemampuan mereka dalam berinteraksi sosial dan mengembangkan keterampilan yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari.

Autism memang sejauh ini memang belum bisa disembuhkan, tetapi masih dapat diatasi dengan pemberian terapi. Oleh karena itu, penyandang autisme perlu mendapatkan terapi dalam rangka membangun kondisi yang lebih baik. Melalui terapi secara rutin dan terpadu, diharapkan apa yang menjadi kekurangan bagi penyandang autisme dapat terpenuhi. Terapi pada penyandang autisme mempunyai tujuan mengurangi masalah perilaku, meningkatkan kemampuan dan perkembangan belajar dalam hal penguasaan bahasa dan membantu penyandang autisme agar mampu bersosialisasi dalam beradaptasi di lingkungan sosialnya.

## **2. KAJIAN TEORITIS**

### **Art Therapy**

*Art Therapy* adalah disiplin hibrida yang terutama didasarkan pada bidang seni dan psikologi, yang menggambarkan karakteristik dari masing-masing orang tua untuk mengembangkan entitas baru yang unik. Namun antar menenun seni dan penyembuhan

bukanlah fenomena baru. Tampak jelas bahwa pasangan ini sudah ada sejak umur masyarakat manusia itu sendiri, dan telah terjadi berulang kali sepanjang sejarah kita melintasi tempat dan waktu (Malchiodi, 1998 dalam Cathy A.Malchiodi). Perkembangan profesi terapi seni dapat dilihat sebagai penerapan formal dan tradisi manusia yang telah lama dipengaruhi oleh tren intelektual dan sosial abad ke-20 (Junge & Asawa,1994).

Penggunaan metode artistik untuk mengobati gangguan psikologis dan meningkatkan kesehatan mental dikenal sebagai terapi seni. Terapi seni adalah teknik yang berakar pada gagasan bahwa ekspresi kreatif dapat mendorong penyembuhan dan kesejahteraan mental. Orang-orang telah mengandalkan seni untuk komunikasi, ekspresi diri, dan penyembuhan selama ribuan tahun. Namun terapi seni baru menjadi program formal pada tahun 1940an. Para dokter mencatat bahwa individu yang hidup dengan penyakit mental sering kali mengekspresikan diri mereka dalam gambar dan karya seni lainnya, yang membuat banyak orang mengeksplorasi penggunaan seni sebagai strategi penyembuhan. Sejak itu, seni telah menjadi bagian penting dari bidang terapi dan digunakan dalam beberapa teknik penilaian dan pengobatan.

### **Interaksi Sosial**

Interaksi sosial merupakan hubungan sosial timbal balik yang dinamis, yang menyangkut hubungan antara orang-orang secara perorangan, antara kelompok-kelompok manusia, ataupun antara orang dengan kelompok manusia. Interaksi sosial dapat diartikan sebagai hubungan-hubungan sosial yang dinamis. Hubungan sosial yang dimaksud dapat berupa hubungan antara individu yang satu dengan individu lainnya, antara orang dengan kelompok manusia.

Interaksi sosial dapat diartikan sebagai hubungan-hubungan sosial yang dinamis. Hubungan sosial yang dimaksud dapat berupa hubungan antara individu yang satu dengan individu lainnya, antara kelompok yang satu dengan kelompok lainnya, maupun antara kelompok dengan individu. Sedangkan menurut (W.A. Gerungan) merumuskan interaksi sosial sebagai suatu hubungan antara dua manusia atau lebih, dimana kelakuan individu yang satu mempengaruhi yang lain atau sebaliknya.

Dari pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa interaksi sosial merupakan hubungan timbal balik antara dua orang individu atau lebih yang mana individu tersebut akan mempengaruhi individu lain dengan tujuan penyesuaian diri. Salah satu sifat manusia adalah sebagai makhluk sosial disamping sebagai makhluk individual. Sebagai makhluk individual manusia mempunyai dorongan atau motif untuk mengadakan hubungan dengan dirinya sendiri. Sedangkan sebagai makhluk sosial manusia mempunyai dorongan untuk mengadakan

hubungan dengan orang lain, manusia mempunyai dorongan sosial.

## **Autism**

Autisme merupakan gangguan perkembangan neurobiologis yang sangat kompleks atau berat dalam kehidupan yang panjang, meliputi gangguan pada aspek interaksi sosial, komunikasi, bahasa, perilaku, gangguan emosi dan persepsi sensori, bahkan pada aspek motoriknya (Yuwono, 2009) dalam (Siswantoyo & Oktavia, 2018). Autisme berasal dari Bahasa Yunani *autos* yang berarti ‘sendiri’, anak autisme seolah-olah hidup di dunianya sendiri, mereka/tidak merespons terhadap kontak sosial dan lebih sering menyendiri (Abdul Hadis, 2006). Secara epistemologi kata autisme berasal dari kata “auto” dan “isme”. Auto artinya diri sendiri, sedangkan isme berarti suatu aliran/paham. Dengan demikian autisme dapat diartikan sebagai suatu paham yang hanya tertarik pada dunianya sendiri. Perilakunya timbul semata-mata karena dorongan dari dalam dirinya sendiri. Penyandang autisme tidak peduli dengan stimulus-stimulus yang datang dari orang lain (Azwardi, 2005).

Autisme pertama kali dideskripsikan dan diberi nama oleh Leo Kanner pada tahun 1943. Ia mendefinisikan autisme sebagai bentuk awal skizofrenia masa kanak-kanak (Wing, 1997). Meskipun autisme tidak lagi dikenali, gejala perilaku yang pertama kali dijelaskan Kanner pada autisme mirip dengan gejala yang mendefinisikan autisme saat ini di edisi keempat dari Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Mental (DSM-IV, American Asosiasi Psikiatri, 1994) dan ICD-10 (Organisasi Kesehatan Dunia, 1992). Autis gangguan adalah cacat perkembangan yang parah dengan timbulnya gejala perilaku sebelum usia 3 tahun. Gejalanya meliputi gangguan dan keterlambatan perkembangan dalam domain interaksi sosial dan komunikasi bersama dengan yang berulang-ulang, pola perilaku stereotip, dan membatasi (misalnya, kebutuhan akan rutinitas). Salah satu aspek yang paling membingungkan dari gangguan autistik adalah kenyataan bahwa anak-anak berbeda dalam tingkat presentasi gejala di seluruh area yang terlibat dalam diagnosis.

## **3. METODE PENELITIAN**

Dalam penelitian menggunakan metode penelitian kualitatif. Pendekatan kualitatif adalah pendekatan yang dapat menjelaskan suatu fenomena secara mendalam melalui pengumpulan data. Data kualitatif berupa kata, kalimat, dan narasi. Informasi akan didapatkan secara detail dan mendalam sehingga dapat menjelaskan suatu fenomena, isu, atau permasalahan. Pendekatan deskriptif kualitatif digunakan dalam penelitian ini untuk menguraikan bagaimana Pendekatan *Art Therapy* untuk perilaku sosial bagi penyandang autisme di *Art Therapy Center Widyatama Bandung*. Pengertian teknik penentuan informan

menurut Moleong dalam buku Metode Penelitian Kualitatif adalah bahwa teknik penentuan informan adalah orang yang di manfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar belakang penelitian dan merupakan orang yang sangat mengetahui permasalahan yang akan diteliti (Moleong, 2015). Adapun teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi yakni metode triangulasi data. Data yang dikumpulkan antara lain data wawancara dengan dua mahasiswa di *Art Therapy Center Widyatama*. Teknik pengumpulan data dalam penelitian kualitatif sangat mengandalkan hasil dari observasi yang kemudian di dukung oleh data hasil wawancara serta dokumentasi yang di kumpulkan di lapangan.

#### **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pendekatan di *Art Therapy Center Widyatama Bandung* didasarkan pada prinsip bahwa seni dapat menjadi alat komunikasi universal yang dapat diakses oleh semua individu, termasuk mereka yang mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial seperti penyandang autisme. Dengan fokus pada ekspresi kreatif dan non-verbal, terapi seni membantu membukakan saluran komunikasi yang baru dan mendalam bagi klien. Selain itu, terapi seni juga dianggap efektif dalam merangsang sensorik dan mengembangkan keterampilan sosial seperti berbagi, bekerja sama, dan membangun hubungan dengan orang lain. Kegiatan yang berlangsung di *Art Therapy Center Widyatama* merupakan kegiatan pengembangan kemampuan anak berkebutuhan khusus meliputi behavior and life skill berbasis art & design. Dalam konteks *Art Therapy Center Widyatama Bandung*, pendekatan ini diterapkan secara terstruktur dan didukung oleh terapis yang terlatih dengan baik, yang memahami kompleksitas autisme dan menyediakan lingkungan yang aman serta mendukung bagi para klien mereka. Dalam hal ini *Art Therapy Center Widyatama* bukan dalam konteks penyembuhan melainkan menjadikan anak berkebutuhan khusus yang asalnya tidak bisa menjadi bisa. Pendekatan *Art Therapy* di *Art Therapy Center Widyatama Bandung* bukan hanya memberikan sarana untuk mengembangkan keterampilan seni, tetapi juga berfungsi sebagai alat untuk memperluas dan memperkuat interaksi sosial bagi individu dengan autisme, mempromosikan kesejahteraan emosional, dan memfasilitasi integrasi mereka dalam masyarakat dengan cara yang positif dan inklusif.

*Art Therapy* bukan hanya tentang menciptakan karya seni yang indah, tetapi juga tentang memberikan ruang aman bagi para penyandang autisme untuk berinteraksi dengan dunia luar secara lebih nyaman. Terapis yang berpengalaman tidak hanya memfasilitasi proses kreatif, tetapi juga bekerja secara individual dengan setiap peserta untuk memahami cara terbaik

untuk mendukung perkembangan mereka. Teknik-teknik seperti bermain peran melalui seni, menggunakan warna dan bentuk untuk mengungkapkan perasaan, serta eksplorasi sensorik menjadi bagian integral dari setiap sesi.

Hasil dari program *Art Therapy* ini terlihat jelas dalam perubahan positif pada partisipan. Mereka menjadi lebih percaya diri dalam berekspresi, lebih terbuka terhadap interaksi sosial, dan mampu mengelola emosi dan kecemasan dengan lebih baik. *Art Therapy Center Widyatama* tidak hanya menjadi tempat untuk mengembangkan bakat seni, tetapi juga sebuah komunitas yang menginspirasi dan mendukung penyandang autisme dalam mencapai potensi mereka secara penuh. Dengan terus mengembangkan program ini, pusat ini berkomitmen untuk terus memberikan dampak positif bagi kehidupan mereka dan masyarakat sekitarnya.

Bentuk *Art Therapy* yang ada di *Art Center Widyatama Bandung*, seperti kriya, desain grafis dan musik dapat dianalisis melalui teori-teori *Art Therapy* yang dikemukakan oleh Amos dan Khairani. Metode-metode ini sejalan dengan konsep-konsep utama dari kedua teori tersebut, seperti ekspresi emosional, self-exploration, penyembuhan trauma, dan peningkatan keterhubungan sosial. *Art Center Widyatama* tampaknya menerapkan prinsip-prinsip *Art Therapy* dengan efektif untuk membantu peserta mengatasi berbagai masalah psikologis dan emosional mereka. Proses *Art Therapy* tidak hanya tentang menciptakan karya seni, tetapi juga tentang membangun hubungan antar pribadi. Terapis yang berpengalaman tidak hanya memfasilitasi aktivitas seni, tetapi juga membimbing dan mendukung setiap individu untuk mengatasi tantangan dalam berinteraksi sosial. Melalui kolaborasi dalam proyek-proyek seni dan dialog terbuka, peserta belajar untuk memahami perasaan dan pengalaman orang lain, memperkuat koneksi emosional mereka dalam komunitas. Hasilnya, banyak penyandang autisme yang mengikuti *Art Therapy* melaporkan perubahan yang signifikan dalam kemampuan mereka untuk berkomunikasi, berkolaborasi, dan membangun hubungan sosial yang lebih dalam. Selain itu, dalam *Art Therapy*, terapis harus memperhatikan sensitivitas sensorik yang berbeda-beda pada setiap individu autisme. Beberapa peserta mungkin memiliki reaksi yang kuat terhadap rangsangan visual atau auditori, sehingga perlu dipertimbangkan dalam memilih jenis media seni atau aktivitas yang disesuaikan. Terapis perlu sensitif terhadap hal ini untuk memastikan bahwa setiap sesi *Art Therapy* tetap memberikan pengalaman yang nyaman dan mendukung bagi semua peserta.

## 5. KESIMPULAN

Hasil dari pendekatan ini menunjukkan adanya perubahan dalam kemampuan komunikasi verbal dan non-verbal serta interaksi sosial di antara partisipan. Terapi seni memberikan kesempatan bagi penyandang autisme untuk mengeksplorasi emosi dan pikiran mereka melalui media yang lebih intuitif dan alami bagi mereka. Ini juga membantu mereka mengatasi kesulitan sensorik dan meningkatkan kemampuan mereka dalam menanggapi perasaan dan ekspresi orang lain. Penggunaan seni dalam terapi membuka peluang bagi penyandang autisme untuk menemukan minat baru, bakat terpendam, dan cara baru untuk berkomunikasi dengan dunia di sekitar mereka. Selain itu, pengalaman ini juga dapat memperkuat hubungan antara partisipan dengan terapis mereka menciptakan ikatan yang mendukung dan membangun kepercayaan yang diperlukan untuk pertumbuhan pribadi. Dengan demikian, pendekatan *Art Therapy* di *Art Therapy Center Widyatama Bandung* bukan hanya memberikan manfaat dalam hal pengembangan keterampilan sosial, tetapi juga memberikan platform bagi penyandang autisme untuk mengeksplorasi dan mewujudkan potensi kreatif mereka. Program ini tidak hanya mengubah cara mereka berinteraksi dengan dunia, tetapi juga mengubah cara mereka memahami dan menghargai diri mereka sendiri dalam konteks sosial yang lebih luas.

## 6. SARAN

Untuk Program ataupun jurusan yang ada di *Art Therapy Center Widyatama Bandung* agar bisa terstruktur lagi guna mencakupnya perencanaan sesi terapi yang beragam dan pengukuran progres individu secara teratur, lalu Bisa menyediakan lagi fasilitas pendukung di *Art Therapy Center Widyatama Bandung* guna memastikan bahwa lingkungan *Art Therapy Center Widyatama Bandung* mendukung kebutuhan individu dengan autisme.

## DAFTAR REFERENSI

- Adjeng, J., & Hatta, I. (2015). Pengaruh terapi ABA terhadap interaksi sosial anak autis di SLB Autis Prananda Bandung. *Prosiding Psikologi*, 430–436.
- Alrasyid, U. (2024, Februari 18). 5 negara dengan penderita autisme terbanyak. Dipetik Maret 10, 2024, dari <https://infografis.okezone.com/detail/782342/5-negara-dengan-penderita-%20autisme-terbanyak>.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aurellia, A. (2023, Desember 22). Dorong kemandirian finansial anak disabilitas lewat komunitas UKM CIDCO. Dipetik Maret 15, 2024, dari

<https://www.detik.com/jabar/jabar-gaskeun/d-7103439/dorong-kemandirian-finansial-anak-disabilitas-lewat-komunitas-ukm-cidco>.

- Bernier, A., Ratcliff, K., Hilton, C., Fingerhut, P., & Li, C. Y. (2022). Art interventions for children with autism spectrum disorder: A scoping review. *The American Journal of Occupational Therapy*, 76(5), 7605205030.
- Chusairi, A., & Hamidah, T. L. (2012). Efektivitas terapi bermain sosial untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan sosial bagi anak dengan gangguan autisme. *Jurnal Ilmiah*. Retrieved from <http://journal.unair.ac.id>.
- Febriliana, L. G., & Hartini, S. (2022, Oktober). The effect of art therapy finger painting on motor ability fine for autistic children in SLB Suryo Bimo Kresno Semarang: Pengaruh art therapy finger.
- Helmastuti, F., Anggriana, T. M., & Suharni, S. (2022, Agustus). Penerapan art therapy untuk mengurangi perilaku repetitif pada anak autis di Dalta Ozora. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 28–35.
- Iskandar, S., & Indaryani, I. (2020). Peningkatan kemampuan interaksi sosial pada anak autis melalui terapi bermain asosiatif. *JHeS (Journal of Health Studies)*, 4(2), 12–18.
- Malchiodi, C. A. (2003). *Handbook of art therapy*.
- Maryanti, N. C. W. (2012). *Pengaruh terapi ABA (Applied Behavior Analysis) dalam meningkatkan kemampuan bahasa pada anak autisme di Yayasan Pembinaan Anak Cacat (YPAC) Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Matulessy, A. (2015). Pengaruh terapi bermain flashcard untuk meningkatkan interaksi sosial pada anak autis di Miracle Centre Surabaya. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(1).
- Moleong, L. J. (2015). *Metode penelitian kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Nasucha, Y. (2015). *Dasar-dasar penelitian*. Surakarta: Yuma Pustaka.
- Nazir, M. (2014). *Metode penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Paramita, N. W. S. P., & Rahayuningtyas, W. (2022). Peningkatan kreativitas berbasis kewirausahaan bagi remaja autis melalui pelatihan paper quilling. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 378–384.