

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancan Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Yayasan Pelayanan Kristen (Pelkris) Semarang yang menyediakan tempat dan memberikan pelayanan terhadap para lanjut usia dengan tarif pelayanan yang wajar. Yayasan Pelkris memiliki dua unit panti wredha yaitu Panti Werda Pengayoman (PW Pengayoman) dan Panti Werda Elim (PW Elim). PW Pengayoman dan PW Elim mempunyai komitmen dalam memberikan pelayanan yang terbaik dengan menyediakan tenaga professional yang siap melayani klien selama 24 jam. Tenaga professional tersebut antara lain adalah dokter, terapis dan psikolog.

PW Pengayoman terdapat 50 lansia dengan rincian 34 lansia wanita dan 16 lansia pria. PW Elim terdapat 40 lansia dengan rincian 33 lansia wanita dan 7 lansia pria. Sekitar 70% lansia di ke dua panti tersebut menderita berbagai macam jenis penyakit fisik seperti *stroke*, *diabetes*, katarak dan *Alzheimer*.

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini berlangsung mulai tanggal 25 November 2016 sampai tanggal 24 Desember 2016. Berikut ini merupakan jadwal kegiatan penelitian:

Tabel 1. Jadwal Kegiatan Penelitian

No.	Hari/ Tanggal	Kegiatan	Tempat
1.	Jumat, 25 November 2016	<i>Pretest</i>	PW Pengayoman
2.	Sabtu, 26 November 2016	<i>Pretest</i>	PW Elim
3.	Selasa, 29 November 2016	Sesi 1 Eksperimen: <i>Who am I?</i>	PW Pengayoman
4.	Kamis, 1 Desember 2016	Sesi 2 Eksperimen: <i>Memories</i>	PW Pengayoman
5.	Sabtu, 3 Desember 2016	Sesi 3 Eksperimen: <i>Feelings</i>	PW Pengayoman
6.	Senin, 5 Desember 2016	Sesi 4 Eksperimen: <i>Counting blessing</i>	PW Pengayoman
7.	Rabu, 7 Desember 2016	Sesi 5 Eksperimen: <i>Present</i>	PW Pengayoman
8.	Jumat, 9 Desember 2016	Sesi 6 Eksperimen: <i>Bridge to happiness</i>	PW Pengayoman
9.	Sabtu, 10 Desember 2016	<i>Posttest1</i>	PW Pengayoman & PW Elim
10.	Selasa, 13 Desember 2016	Sesi 1 Kontrol: <i>Who am I?</i>	PW Pengayoman & PW Elim
11.	Kamis, 15 Desember 2016	Sesi 2 Kontrol: <i>Memories</i>	PW Pengayoman & PW Elim
12.	Sabtu, 17 Desember 2016	Sesi 3 Kontrol: <i>Feelings</i>	PW Pengayoman & PW Elim
13.	Senin, 19 Desember 2016	Sesi 4 Kontrol: <i>Counting blessing</i>	PW Pengayoman & PW Elim
14.	Rabu, 21 Desember 2016	Sesi 5 Kontrol: <i>Present</i>	PW Pengayoman & PW Elim
15.	Jumat, 23 Desember 2016	Sesi 6 Kontrol: <i>Bridge to happiness</i>	PW Pengayoman & PW Elim
16.	Sabtu, 24 Desember 2016	<i>Posttest 2</i>	PW Pengayoman & PW Elim

Terapi seni menggambar diberikan untuk menurunkan tingkat depresi pada lansia di PW Pengayoman dan PW Elim. Penelitian ini dilakukan dalam lima tahap yaitu:

1. *Pretest*

Penelitian ini diawali dengan melakukan *pretest* menggunakan *Geriatric Depression Scale* (GDS) yang dilaksanakan pada tanggal 25 & 26 November 2016. *Pretest* dilakukan kepada 6 klien di PW Pengayoman dan empat klien di PW Elim. Pada *pretest* ini terdapat empat klien yang gugur karena berada dalam kategori depresi ringan (skor 0-8). Berikut ini merupakan hasil *pretest*:

Tabel 2. Hasil *Pretest*

PW Pengayoman	Skor GDS	PW Elim	Skor GDS
M	8 (Gugur)	LA	9
A	11	LE	7 (Gugur)
AR	10	HW	7 (Gugur)
E	11	P	8 (Gugur)
N	9		
J	10		

Hasil *pretest* selanjutnya di-*matching*-kan agar kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berada dalam kondisi yang sama.

Berikut ini hasil *matching*:

Tabel 3. Hasil *Matching*

Klien	Skor	Klien	Skor
LA	9	N	9
J	10	AR	10
A	11	E	11

Berdasarkan hasil *matching*, peneliti melakukan *random assignment* untuk membagi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Berikut ini merupakan hasil *random assignment* yang dilakukan:

Tabel 4. Hasil *Random Assignment*

Eksperimen	Skor	Kontrol	Skor
N	9	LA	9
A	11	E	11
AR	10	J	10

2. Perlakuan terapi seni menggambar pada kelompok eksperimen

Perlakuan terapi seni menggambar dilaksanakan pada tanggal 25 November 2016 hingga 9 Desember 2016 diberikan kepada kelompok eksperimen yang berjumlah tiga orang lansia. Perlakuan terapi seni menggambar sebanyak 6 sesi dalam waktu 2 minggu. Pemberian perlakuan ini dilakukan secara individu dengan waktu tiap sesi 60 menit.

3. *Posttest* 1

Tahap ketiga dalam penelitian ini yaitu *posttest* dengan menggunakan *Geriatric Depression Scale* (GDS) yang dilaksanakan pada tanggal 10 Desember 2016 setelah 6 sesi perlakuan terapi seni menggambar pada kelompok eksperimen. Pengambilan data *posttest*

dilakukan pada kedua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

4. Perlakuan terapi seni menggambar pada kelompok kontrol

Perlakuan terapi seni menggambar pada kelompok kontrol dilaksanakan pada tanggal 13 Desember 2016 hingga 23 Desember 2016 sebanyak 6 sesi dalam waktu 2 minggu. Perlakuan terapi seni menggambar dilakukan pada dua orang lansia kelompok kontrol karena satu orang lansia telah pulang ke rumah. Pemberian perlakuan ini dilakukan secara individu dengan waktu tiap sesi 60 menit.

5. *Posttest 2*

Tahap terakhir dalam penelitian ini adalah *posttest* menggunakan *Geriatric Depression Scale* (GDS) yang dilaksanakan pada tanggal 24 Desember 2016 pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah perlakuan terapi seni menggambar pada kelompok kontrol. Berikut ini merupakan hasil data kuantitatif yang didapatkan dari *pretest*, *posttest 1* setelah perlakuan terapi seni menggambar kelompok eksperimen dan *posttest 2* setelah perlakuan *terapi seni* menggambar kelompok kontrol.

Tabel 5. Hasil Data Kuantitatif

Kelompok	Klien	Pretest	Posttest 1	Posttest 2
Eksperimen	N	9	3	2
	AR	10	1	1
	A	11	1	1
Kontrol	LA	9	9	1
	J	10	10	-
	E	11	14	1

C. Hasil Analisis Data Kuantitatif

Analisis data menggunakan teknik analisa statistik *nonparametric Mann-Whitney Test* yaitu data *posttest* pada kelompok eksperimen dan data *posttest* pada kelompok kontrol setelah perlakuan *terapi seni menggambar* pada kelompok eksperimen. Berikut ini merupakan hasil perhitungan *posttest 1* analisis statistik *nonparametric Mann-Whitney Test*:

Tabel 6. Hasil *Posttest 1*
Analisis Statistik *Nonparametric Mann-Whitney Test*

Kelompok	N	U	P	Mean	Interpretasi
Eksperimen	3	0	0,046	2	Kelompok eksperimen < kelompok kontrol
Kontrol	3			5	

Berdasarkan hasil analisis statistik *nonparametric Mann-Whitney Test* menghasilkan $P = 0,046$ maka dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan *terapi seni menggambar* dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan *terapi seni menggambar*. Berdasarkan hasil *mean*

yang diperoleh menunjukkan bahwa kelompok eksperimen memiliki *mean* lebih kecil dari pada kelompok kontrol, yang berarti bahwa terdapat penurunan depresi pada kelompok eksperimen.

Teknik analisa statistik *nonparametric Mann-Whitney Test* juga digunakan pada *posttest 2* dengan data yang digunakan yaitu data *posttest 2* dari kelompok eksperimen dan data *posttest 2* pada kelompok kontrol setelah perlakuan *terapi seni* menggambar pada kelompok kontrol. Berikut ini merupakan hasil perhitungan *posttest 2* analisis statistik *nonparametric Mann-Whitney Test*:

Tabel 7. Hasil *Posttest 2*
Analisis Statistik *Nonparametric Mann-Whitney Test*

Kelompok	N	U	P	Mean	Interpretasi
Eksperimen	3	2	1,000	2,50	Kelompok eksperimen = kelompok kontrol
Kontrol	3			2,50	

Berdasarkan hasil analisis statistik *nonparametric Mann-Whitney Test* menghasilkan nilai $P = 1,000$ maka dapat dikatakan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah kedua kelompok tersebut diberikan perlakuan *terapi seni* menggambar. Hasil hitung *mean* menunjukkan bahwa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memiliki mean yang sama, artinya kondisi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah sama, yaitu terdapat penurunan depresi. Hal tersebut menunjukkan bahwa *terapi seni*

menggambar benar-benar dapat menurunkan tingkat depresi pada lansia di PW Pengayoman dan PW Elim.

D. Hasil Analisis Data Kualitatif

1. Kelompok Eksperimen

a. Klien N

Klien N merupakan seorang janda yang berusia 67 tahun. N tidak mempunyai anak dan telah tinggal di PW Pengayoman sejak tahun 2010 hingga sekarang 2016. Berdasarkan wawancara yang dilakukan sebelum perlakuan *terapi seni* menggambar diberikan, N mengatakan bahwa dirinya merasa bosan tinggal di PW Pengayoman. Hal tersebut dikarenakan aktivitas klien hanya makan dan tidur saja walaupun setiap pagi klien mengikuti kegiatan kebaktian yang diadakan oleh PW Pengayoman. Klien juga menceritakan bahwa dulu klien mempunyai tabungan hasil kerja kerasnya, namun tabungannya tersebut telah habis untuk membiayai pengobatan suaminya selama tujuh tahun sehingga saat ini klien tidak mempunyai uang sama sekali. Klien merasa bahwa hidupnya kini hanya merepotkan keponakannya yang telah membayar biaya tinggal di PW Pengayoman, maka dari itu klien berharap agar segera dipanggil Tuhan untuk meringankan beban keponakannya. Klien menyadari bahwa hidupnya kini bergantung

pada keponakannya. Hal tersebut membuat klien sedih karena tidak dapat melakukan apapun untuk membalas kebaikan keponakannya.

Sesi 1: *Who am I?*

Klien menggambar dirinya ketika masih muda. Ketika melihat gambarnya sendiri, klien mulai tertawa karena merasa bahwa gambarnya lucu. Klien menjelaskan bahwa dirinya merupakan wanita yang *sexy*. Klien menggambarkan dirinya menggunakan pakaian *sexy*, berambut ikal, memakai anting-anting, berdandan memakai pensil alis, *lipstick* warna merah dan menggenggam bunga mawar. Klien menggambar bahwa dirinya sedang berjalan-jalan di taman.

Klien berkata "*ya aku sekarang sama dulu ya beda ya.... kalo dulu ya badan ya nggak melar kaya sekarang, kalo mau kemana-mana ya tinggal jalan sana-jalan sini....kalo sekarang ya sudah tua, badan ya lebih gemuk, nggak pernah dandan juga, terus kalau jalan ya harus pelan-pelan.....*". Hal tersebut menunjukkan bahwa klien menyadari bahwa kondisinya sekarang dan dahulu berbeda.

Pada sesi 1 ini klien terlihat ragu-ragu dalam menggambar dan mengatakan bahwa klien tidak dapat menggambar. Klien terlihat cemberut, namun setelah selesai menggambar klien terlihat tersenyum senang karena bisa menggambar dan

menertawakan gambarnya yang dirasa jelek. Klien juga menerima kondisinya saat ini yang sudah menua.

Sesi 2: Memories

Klien menggambar rumahnya yang terletak di Petelan. Klien menceritakan gambarnya bahwa rumah klien terletak di gang kecil dan padat penduduk dan banyak anak-anak maka dari itu klien membuka warung di depan rumahnya. Klien menjual makanan kecil dan minuman es di warungnya yang tidak pernah sepi pembeli. Klien tidak menggambarkan warungnya yang berada di depan rumahnya karena menurut klien warungnya jelek dan terdapat gantungan macam-macam minuman. Klien dulu tinggal di rumah tersebut dengan suaminya.

Klien menceritakan bahwa setelah suaminya meninggal, klien tinggal sendirian di rumah itu. Pada tahun 2010, klien jatuh di rumah dan ditemukan oleh keponakannya. Setelah dibawa ke rumah sakit, klien dimasukkan di PW Pengayoman oleh keponakannya. Keponakan klien khawatir jika klien terjatuh lagi dan tidak ada yang menolong. Klien mengatakan bahwa menggambar rumah membuatnya merindukan rumah.

Klien berkata *“tapi ya enak disini ya.... ada temennya, makan juga sudah disiapin, kamarku ini juga deket dari kamar mandi jadi nggak usah jalan jauh-jauh...ada perawat juga....perawat disini ya*

baik-baik o'...kadang aku minta pijet ya dipijetin, kalo lagi sakit gitu yang langsung diobati. Kalo di rumah sendiri kan takutnya kenapa-napa nggak ada yang nolong. Lha sebelumnya kan aku pingsan di rumah sendiri...untungnya pas ponakanku main ke rumah jadi ya langsung dibawa ke rumah sakit...ya terus langsung masuk sini ini...". Hal tersebut menunjukkan bahwa klien menyadari jika dirinya lebih baik tinggal di PW Pengayoman karena ada yang merawat dari pada tinggal sendiri di rumah serta mempunyai banyak teman.

Klien awalnya terlihat sedih karena merindukan rumahnya, namun setelah terapi seni menggambar klien terlihat tersenyum dan mulai melihat sekeliling ruangan serta mengamati perawat yang sedang menata pakaian di lemari. Klien menunjuk perawat-perawat tersebut dan memanggilnya sambil tersenyum dan mengatakan bahwa perawat-perawat tersebut sangat baik. Hal ini menunjukkan bahwa klien menyadari dan mulai menerima kehadiran orang lain, yaitu perawat PW Pengayoman.

Sesi 3: Feelings

Klien menggambar anjingnya yang bernama Jacky dengan bulu berwarna coklat. Klien menceritakan bahwa Jacky merupakan anjing yang pintar dan selalu bermain dengan klien. ketika klien melempar bola, maka Jacky akan mengambil bola tersebut. Klien

merasa bahwa Jacky selalu ada ketika klien senang maupun sedih. Klien merasa terhibur dengan kehadiran Jacky.

Pada sesi ini, klien terlihat tidak bersemangat. Setelah perlakuan *terapi seni* menggambar, klien terlihat bersemangat terutama saat klien menceritakan anjing kesayangannya.

Sesi 4: *Counting blessing*

Klien menggambar makanan dan cemilan sebagai hal yang disukai klien. Klien sangat bersyukur ketika mendapatkan cemilan karena pada saat itu cemilan klien telah habis. Uang kiriman keponakan klien juga telah habis, sehingga klien tidak dapat membeli cemilan.

Klien mengatakan "*ya disini itu ya makan udah disiapin, pagi itu jam 7 udah makan pagi, terus jam 9 nanti ada snack, jam 12 makan siang, trus jam 3 ada snack lagi, jam 5 nya makan sore ya seneng tho ya Puji Tuhan ya....terus kadang itu juga ada yang ngasih makanan gitu o'....disini itu kebanyakan semuanya sudah pikun, aku ya Puji Tuhan ya nggak ya...masih bisa liat, masih bisa jalan-jalan juga tapi ya nggak jauh-jauh....tapi ya nggak pa-pa soalnya banyak yang sudah nggak bisa jalan...". Sesi 4 ini membuat klien menyadari bahwa terdapat hal-hal yang dapat disukai klien selama tinggal di PW Pengayoman.*

Klien awalnya terlihat bingung dan tidak tahu hal-hal apa saja yang bisa disyukuri di dalam PW Pengayoman. Setelah terapi seni menggambar, klien terlihat tertawa senang dan mampu mensyukuri hal-hal yang ada di PW Pengayoman.

Sesi 5:Present

Klien menggambar handuk sebagai hadiah yang paling berkesan. Hadiah handuk tersebut didapatkan klien saat PW Pengayoman mengadakan kuis dan klien berhasil menjawab kuis tersebut. Klien mengatakan bahwa klien telah memiliki tiga handuk, maka dari itu hadiah handuk tersebut diberikan kepada perawat PW Pengayoman.

Klien mengatakan “ *ya seneng ya....bangga tho ya,,,lha wong dapet hadiah gitu o...cuman aku yang dapet hadiah itu....*”. Klien merasa bangga dan senang dapat memamerkan hadiah handuk yang didapatkannya melalui gambar. Pada sesi 5 ini, klien terlihat senang, sehingga ketika menggambar dan menceritakan gambarnya klien terlihat bersemangat

Sesi 6:Bridge to happiness

Klien menggambar jembatan, yaitu jembatan yang menghubungkan kliendengan tujuan klien. Klien ingin membalas kebaikan-kebaikan yang telah diberikan keponakannya. Klien memikirkan cara untuk dapat membalas kebaikan keponakannya

tersebut. Klien mengatakan “*berdoa.....ya aku bisa bantu doa ya dari sini, berdoa setiap pagi supaya ponakanku dikasih kesehatan...dikasih rejeki sama Tuhan ya...jadi biar Tuhan yang membalas, aku yang doain gitu...klo udah doa gitu kan rasanya lega, nggak brasa nggak enak ya....*”. Hal tersebut menunjukkan bahwa klien menyadari bahwa klien dapat membalas kebaikan keponakannya tersebut dengan mendoakan keponakannya agar selalu diberikan kesehatan dan rejeki oleh Tuhan. Klien mengatakan bahwa klien akan mulai mendoakan keponakannya tersebut sehingga klien tidak merasa terbebani hidup dan tinggal di PW Pengayoman.

Awalnya klien terlihat sedih dan murung ketika teringat tentang keponakannya. Klien merasa menjadi beban bagi keponakannya dan merasa tidak berguna karena tidak dapat membalas kebaikan keponakannya. Setelah menggambar dan menceritakan gambarnya pada sesi 6 ini klien terlihat lega karena dapat melakukan sesuatu, yaitu berdoa untuk keponakannya. Hal tersebut membuat klien merasa lebih berguna.

Analisis perubahan klien N

Pemberian terapi seni menggambar dengan pendekatan *person-centered* membantu klien mencocokkan kembali *self* dan pengalaman *organism* nya. Klien memiliki kemauan untuk

menggambar sesuai tema yang telah ditentukan peneliti. Selanjutnya klien melihat hasil gambarnya dan mendiskusikannya. Awalnya, klien hanya membicarakan dan memberikan penilaian gambarnya, seperti pada sesi 1, klien membicarakan dan mengomentari bahwa gambarnya lucu. Klien mengatakan bahwa senang bisa menggambar dan menertawakan gambarnya yang dirasa jelek. Setelah itu, klien mulai dapat berbicara mengenai perasaannya dan pendapatnya bahwa dirinya sudah menua dan memberikan penilaian terhadap dirinya bahwa dirinya sudah tua dan mengalami perubahan penurunan fisik seperti badan yang lebih gemuk, tidak berdandan dan ketika berjalan harus pelan-pelan. Hal ini menunjukkan bahwa klien mulai menyadari kondisi *self* yang sebenarnya.

Memasuki sesi 2 yang memberikan kesempatan klien untuk mengenang pengalaman menyenangkannya. Sesi ini membuat klien lebih terbuka menceritakan rumah dan kejadian yang terjadi di rumahnya. Kemudian klien membuat perbandingan kondisi klien tinggal di rumah dan tinggal di PW Pengayoman. Hal ini membuat klien menyadari bahwa klien merasa lebih aman tinggal di PW Pengayoman karena ada yang merawat dari pada tinggal di rumah sendiri tidak ada yang merawat. Klien juga menyadari dan

menerima kehadiran orang lain yaitu perawat di PW Pengayoman. Klien mulai menyapa perawat yang berada di sekitarnya.

Pada sesi 3, sesi 4 dan sesi 5, klien menyadari bahwa klien mempunyai anjing dan orang-orang yang peduli akan kehadirannya. Klien menyadari ada banyak hal-hal yang dapat disyukuri selama klien tinggal di PW Pengayoman. Kehadiran terapis untuk mendengarkan dan berempati terhadap cerita klien membuat klien menyadari bahwa klien mendapatkan penerimaan tanpa syarat.

Kesadaran yang didapatkan klien tersebut membuat klien merasa berharga dan mengerti kondisi dirinya saat ini yang membuat klien mampu menerima dirinya tanpa syarat. Ketika seseorang merasa bahwa dirinya dihargai dan diterima tanpa syarat, orang tersebut mulai untuk menghargai dirinya sendiri yang kemudian *self* dan pengalaman *organism* menjadi kongruan (Feist & Feist, 2011, h.23).

Selanjutnya klien menjadi kongruen antara *self* dan pengalaman *organism* nya. Hal ini membantu klien dalam menentukan tujuan hidup yang realistis yaitu membalas kebaikan-kebaikan keponakannya dengan cara mendoakan keponakannya. Tujuan yang ditetapkan klien tersebut membuat klien merasa berguna.

b. Klien A

Klien A berusia 77 tahun merupakan pensiunan Kopassus. Klien tinggal di PW Pengayoman sejak bulan Maret 2016 hingga sekarang bulan Desember 2016. Pada tahun 2015, istri klien meninggal karena sakit. Klien memiliki lima anak, namun kelima anaknya tersebut tinggal di luar kota sehingga klien tinggal di PW Pengayoman karena tidak ada yang merawat klien di rumah sendiri. Berdasarkan wawancara yang dilakukan sebelum perlakuan *terapi seni* menggambar diberikan, klien merasa sangat kesepian karena jauh dari rumah dan anak-anaknya. Klien juga mengkhawatirkan kondisi rumahnya karena tidak ada yang merawat rumahnya.

Sesi 1: *Who am I?*

Klien menggambar dirinya ketika masih aktif bekerja sebagai Kopassus. Klien menceritakan gambarnya yang sedang memakai pakaian khusus Kopassus. Selama bekerja sebagai Kopassus, klien selalu berpindah-pindah tempat namun klien menikmati pekerjaannya tersebut. Kelebihan yang dimiliki klien dalam gambarnya yaitu bagian kemaluannya. Klien bangga dengan kemaluannya tersebut.

Klien yang awalnya diam saja terlihat tersenyum ketika menceritakan gambarnya dan menyebutkan kelebihan yang dimilikinya.

Sesi 2: Memories

Klien menggambar dua pengalaman yang menurutnya berkesan dan menyenangkan. Gambar pertama yaitu pistol. Klien menjelaskan dalam gambarnya terdapat bagian-bagian pistol seperti pelatuk, gagang pistol dan peluru. Klien merasa bangga pada dirinya bergabung dalam Kopassus dan mempunyai pengalaman menembak.

Gambar kedua yaitu kuda. Klien menggambar kuda sebanyak lima kali karena klien merasa bahwa gambar kudanya jelek. Selanjutnya klien menceritakan bahwa dirinya dulu mempunyai tiga kuda. Jika terdapat waktu luang, klien biasanya akan berkuda. Klien sangat senang berkuda.

Klien mengatakan bahwa *“menembak dan berkuda itu ya pengalaman yang sangat menyenangkan, walaupun sekarang klien tidak dapat melakukan aktivitas menembak dan berkuda, kan nggak semua orang bisa ngerasain berkuda, nembak juga nggak semua orang ngerasain...ya puas ya hidup saya ini. menggambar ini bikin senang ya...”*.

Pada saat awal sesi 2 ini, klien terlihat tidak berminat untuk menggambar. Klien juga terlihat murung, namun setelah menggambar dan menceritakan gambarnya klien menjadi bersemangat dan tertawa senang.

Sesi 3: Feelings

Klien menggambar istrinya sebagai seseorang yang paling membuatnya bahagia. Selain wajahnya yang cantik, bagian yang paling disukai klien dari istrinya adalah bagian kemaluannya. Klien mengatakan bahwa klien sangat menikmati berhubungan seksual dengan istrinya dan klien selalu mendapatkan kepuasan dari istrinya tersebut.

Klien mengatakan bahwa *"sedih ya...sepi juga istri saya sudah nggak ada. Terus ini saya sama siapa, anak-anak juga sudah pergi semua...rumah saya yang ngerawat siapa...makannya saya pengen nikah lagi. Jadi ntar saya ada yang ngerawat."* Klien menyadari bahwa kehilangan istrinya yang telah meninggal membuat klien merasa kekosongan dalam hidupnya, maka dari itu klien mempunyai keinginan untuk menikah lagi.

Sesi 4: Counting blessing

Pada sesi menggambar hal-hal yang disyukuri, klien menggambar tempat tidur, selimut dan makanan. Klien menceritakan gambar kasurnya yang ada *per* nya sehingga klien

merasa nyaman ketika tidur ditambah dengan selimutnya. Klien juga bersyukur dengan makanan yang didapatkannya dari panti yaitu nasi dan potongan ayam. Klien mengatakan bahwa makanan panti tersebut enak.

Klien berkata *“disini ya seneng ya....makan udah disiapin, udah ada yang ngerawat juga ya seneng sih seneng ya tapi rumah saya itu kok nggak ada yang ngerawat itu yang bikin saya was-was...”*. Klien menyadari bahwa tinggal di PW Pengayoman lebih baik dari pada di rumah karena ada yang merawat dan menyiapkan makanan.

Awalnya klien merasa kesepian karena jauh dari anak-anaknya. Setelah terapi seni menggambar dan menceritakan gambarnya, klien mampu menerima dirinya yang sekarang tinggal di PW Pengayoman dan jauh dari anak-anaknya walaupun klien masih mengkhawatirkan rumahnya.

Sesi 5: Present

Klien menggambar handuk dan selimut sebagai hadiah yang berkesan. Hadiah tersebut didapatkan klien ketika pertama kali masuk di PW Pengayoman. Handuk dan selimut tersebut berwarna putih dan memiliki corak garis-garis.

Klien berkata *“kok kayaknya saya nggak pernah dapet hadiah ya...? ya itu ya dapet handuk itu ya seneng...dari sini waktu*

pertama kali masuk sini. Handuknya bagus...". Sesi 5 ini membuat klien menyadari bahwa selama hidupnya tidak pernah menerima hadiah, maka dari itu ketika klien mendapatkan hadiah handuk dan selimut dari PW Pengayoman, klien merasa senang.

Ketika klien menyadari bahwa selama hidupnya tidak pernah menerima hadiah, klien terlihat sedih, namun selama menceritakan gambarnya, klien terlihat tersenyum dan mengatakan bahwa dirinya merasa senang mendapatkan hadiah dari PW Pengayoman.

Sesi 6: *Bridge to happiness*

Klien menggambar jembatan untuk menghubungkan dirinya dengan tujuan hidupnya. Klien memiliki tujuan untuk hidup tenang tanpa rasa khawatir terhadap rumah yang ditinggalkannya. Klien berkata *"pengennya sih ya punya istri lagi...tapi ya gimana ya udah umur segini nanti kok ya mau nikah lagi. Tapi yang penting kalo udah umur segini ini ya pengennya hidup tenang....hdiup tenang itu ya dari Tuhan ya...jadi ya berdoa aja setiap bangun tidur, setiap mau tidur juga berdoa....bersyukur juga..".* Klien mempunyai keinginan untuk mencari istri dan menikah lagi, namun klien menyadari bahwa hal tersebut tidak dapat tercapai sehingga klien fokus untuk memiliki hidup yang tenang. Tujuan hidup

tersebut dapat dicapai klien dengan cara berdoa dan bersyukur setiap klien bangun tidur dan sebelum tidur.

Pada sesi 6 ini, klien pesimis dengan tujuan hidupnya untuk memiliki istri lagi. Kondisi pesimis ini berubah menjadi optimis ketika klien berkata bahwa klien ingin hidup tenang dengan cara berdoa dan bersyukur.

Analisis perubahan klien A

Selama perlakuan terapi seni menggambar, klien mampu bersikap terbuka kepada terapis. Sikap terbuka ditunjukkan klien di semua sesi, sehingga klien dengan cepat mampu menyadari adanya ketidakcocokan yang terjadi antara *self* dan pengalaman *organsm* nya. Selama enam sesi menggambar, terapis dengan pendekatan *person centered* bersikap kongruen, menerima gambar klien tanpa menilai, mendengarkan dan berempati pada cerita klien. Sikap yang ditunjukkan terapis membantu klien menyadari bahwa klien diterima dan dicintai. Klien juga menemukan kesadaran dan pemahaman diri mengenai kelebihan yang ada pada dirinya, mendapatkan kepuasan hidup dengan pengalaman-pengalaman yang didapatkannya saat klien bekerja, mendapatkan kepuasan dengan kehidupan pernikahannya. Kesadaran tersebut lah yang membuat klien mampu menerima dirinya, sehingga klien menjadi kongruen.

Klien merasa bersyukur tinggal di PW Pengayoman karena ada yang merawat dan menyiapkan makanan. Hal tersebut menandakan bahwa klien mampu menerima kondisi dirinya yang tinggal di PW Pengayoman. Setelah klien menjadi kongruen, klien mampu menemukan tujuan hidupnya, yaitu klien ingin hidup dengan tenang, maka dari itu klien akan selalu berdoa dan bersyukur setiap bangun tidur dan sebelum tidur. Klien juga mempunyai keinginan untuk mempunyai istri lagi, namun klien mampu bersikap realistis bahwa keinginannya tersebut tidak dapat tercapai, sehingga klien hanya akan fokus dan optimis memiliki hidup yang tenang.

c. Klien AR

Klien AR merupakan seorang duda berusia 77 tahun. Klien tinggal di PW Pengayoman sejak bulan Agustus 2016 hingga sekarang bulan Desember 2016 karena tidak ada yang merawat di rumah. Klien merupakan anak pertama dari tiga bersaudara, namun kedua adik kandungnya telah meninggal. Klien menikah ketika berusia sekitar 28 tahun dan mempunyai tiga anak. Istri klien telah lama meninggal. Klien mempunyai riwayat penyakit jantung.

Selama tinggal di PW Pengayoman, klien mengeluhkan bahwa makanan di PW Pengayoman tidak enak. Klien juga terkadang tidak bisa tidur karena teman sekamarnya sering memukul-mukul tempat tidur atau pun bertepuk tangan untuk memanggil perawat. Klien menggunakan tongkat untuk berjalan. Klien pernah melihat salah satu penghuni panti yang sedang berjalan kemudian tiba-tiba jatuh. Klien khawatir jika dirinya juga mengalami hal serupa.

Sesi 1: *Who am I?*

Klien menggambar dirinya yang masih muda dan aktif bekerja. Klien mengatakan bahwa dirinya merupakan laki-laki yang tampan dan suka membantu orang. klien menyebutkan bahwa dirinya merupakan orang tidak tegaan dan mudah kasian pada orang lain. Klien bercerita bahwa dulu pernah bertemu pengemis yang meminta makan pada klien karena belum makan dua hari. Klien merasa sangat kasian pada pengemis tersebut dan membelikan makan.

Klien berkata "*ya sekarang sudah tua ya...badan juga udah nggak sekuat waktu masih muda. Tapi ya masih tetep ya saya tetep ganteng ya...Dulu kalo jalan, biasanyacepet...nggak perlu pake tongkat. Kalo sekarang kalo jalannya masih cepet, takutnya ya jatuh itu kaya pak C itu kemarin abis jatuh...jadi ya kalo jalan ya*

harus pelan-pelan pake tongkatnya juga.... ini gigi saya ini gigi palsu semua..yang penting masih bisa buat ngunyah makanan ya...". Hal tersebut menunjukkan bahwa klien menyadari adanya perubahan fisik yang dialaminya.

Awalnya klien menolak untuk menggambar karena merasa tidak bisa menggambar. Klien mencoba untuk membuat sketsa dirinya, namun klien meletakkan spidolnya dan mengatakan bahwa klien tidak dapat menggambar. Setelah terapis memberikan dukungan, klien mencoba untuk menggambar lagi. Setelah selesai menggambar, klien melihat gambarnya dengan tersenyum. Selanjutnya klien menceritakan gambarnya yang akhirnya klien menyadari kondisi fisiknya yang menua dan menerima kondisinya tersebut.

Sesi 2: Memories

Ketika masih muda, klien senang sekali berdansa. Pada sesi *memories* ini klien menggambar ruangan tempat klien berdansa bersama teman-temannya. Klien menjelaskan bahwa ruangan yang dipakai untuk berdansa berada di lantai dua dan sangat luas. Terdapat banyak kursi yang telah ditata rapi di pinggir-pinggir ruangan untuk dipakai oleh penonton, sedangkan tengah ruangan dibiarkan kosong untuk tempat berdansa. Klien menceritakan bahwa untuk berdansa tidak harus dengan pasangan sah nya.

Ada berbagai macam jenis musik yang dipakai untuk berdansa seperti *slow fox, quick step, wallz, cha cha*, dan *rock and roll*. Hal yang paling indah saat berdansa menurut klien adalah ketika mencium pasangannya.

Berdansa merupakan pengalaman yang menyenangkan bagi klien, namun kini klien tidak dapat berdansa seperti dulu lagi. Klien menyadari bahwa keadaan fisiknya saat ini tidak memungkinkan klien untuk berdansa. Klien berkata *“berdiri dan berjalan saja mengalami kesulitan o’ masa iya mau dansa lagi....ya dulu udah pernah ngerasain dansa o ya sudah...yang penting ya saya masih bisa jalan gitu aja...”*.

Klien awalnya terlihat murung, namun setelah terapi seni menggambar dan menceritakan gambarnya, klien terlihat senang dan tertawa

Sesi 3: Feelings

Klien menggambar teman-teman kerjanya yang sedang melakukan perjalanan dinas ke luar kota dengan menggunakan mobil. Klien menjelaskan gambarnya bagian atas mobil tersebut terdapat semacam bagasi untuk tempat barang-barangnya. Klien menceritakan bahwa dulu klien sering dinas ke Bandung maupun Jakarta dengan menggunakan mobil kantor bersama teman-temannya.

Klien dulu bekerja sebagai *sales* makanan dan *sales* kecap. Pekerjaan *sales* mengharuskan klien untuk berkeliling menyetorkan dagangannya. Klien berkata “*saya itu nggak pernah pilih-pilih kerjaan. Apa yang ada ya dikerjain. Kalo anak muda sekarang kan mili-milih kerja, pengennya gaji tinggi. Apapun pekerjaannya, dan berapapun gajinya ya yang penting dikerjainnya seneng. Makannya pengalaman kerja saya banyak...bisa sampe luar kota juga..*” Hal tersebut menandakan bahwa klien menyadari dirinya memiliki banyak pengalaman bekerja yang membuat klien merasa semakin puas dengan hidupnya.

Klien sebelumnya merasa puas dengan kehidupannya, setelah sesi 3 ini klien semakin merasa puas dengan hidupnya karena memiliki banyak pengalaman bekerja.

Sesi 4: *Counting blessing*

Pada sesi ini klien menggambar makanan dan *snack* yang didupakannya dari PW Pengayoman sebagai sesuatu yang disyukuri klien. Klien menjelaskan gambarnya yaitu mengenai makanan dan *snack* yang telah diberkati oleh Tuhan sehingga makanan dan *snack* tersebut terasa enak dan nikmat.

Klien berkata “*ya disini itu istilahnya kayak surga ya. Perawat dan pelayanan yang diberikan oleh PW Pengayoman sangat baik. Apapun telah tersedia. Kalo di rumah dulu tidak ada yang*

merawat. Ada pembantu rumah tangga (PRT) yang datang pagi dan pulang sore, tetapi datangnya jam 8 pagi dan baru menyiapkan sarapan. Saya baru bisa sarapan sekitar jam 9 pagi. Kalo disini kan sarapan selalu jam 7 pagi kemudian jam 9 ada snack, jam 12 makan siang, jam 3 ada snack lagi dan jam 5 makan malam.” Hal tersebut menandakan bahwa banyak hal yang dapat disyukuri tinggal di PW Pengayoman. Klien merasa bahwa semua kebutuhannya telah terpenuhi.

Klien yang awalnya selalu mengeluhkan makanan di PW Pengayoman tidak enak, setelah menggambar dan menceritakan gambarnya klien mampu bersyukur, menerima dan menikmati tanpa mengeluh pelayanan yang diberikan PW Pengayoman termasuk makanan.

Sesi 5: Present

Klien menggambar rumah sebagai hadiah yang paling berkesan. Klien menceritakan bahwa rumah tersebut didapatkannya dari tetangganya. Tetangganya tersebut mempunyai dua rumah, karena tidak ada yang mengurus rumah tersebut maka diberikan kepada klien. Sebenarnya klien merasa heran dengan hadiah tersebut, tetapi klien tetap menerima rumah tersebut. Klien mengatakan bahwa hubungan klien dengan tetangganya tersebut memang baik. Ketika klien membeli

makanan, klien juga sering membelikan makanan untuk tetangganya tersebut. Klien berkata *“saya itu bener-bener nggak nyangka ya dikasih hadiah rumah itu...seneng banget ya...ya mana ada ya orang yang mau ngasih hadiah rumah gitu...mungkin cuma saya ya...ya memang baik orangnya, saya juga kadang ngasih dia makanan gitu...ya mungkin kalo kita berbuat baik pada orang lain, maka kita juga dibalas baik juga ya.”* Hal tersebut membuat klien bangga dan senang dengan sikapnya yang selalu berbagi dengan orang lain.

Sesi 6: Bridge to happiness

Pada sesi ini jembatan berfungsi untuk menghubungkan klien dengan tujuan hidupnya. Klien menggambar jembatan yang menanjak dan kemudian menurun. Klien menceritakan gambarnya yaitu klien sedang menaiki jembatan dan menuruniya tanpa menggunakan tongkat namun dengan berpegangan pada pinggir jembatan. Klien mengatakan bahwa klien ingin berjalan tanpa menggunakan tongkat, namun klien menyadari kondisi fisiknya yang harus menggunakan bantuan tongkat untuk berjalan.

Klien juga mempunyai keinginan untuk hidup hingga klien dapat menggendong ataupun melihat buyutnya. Klien mengatakan bahwa *“saya akan siap dipanggil Tuhan bila sudah menggendong buyut saya. Jika belum menggendong buyutnya klien belum siap*

dipanggil Tuhan. Ya walaupun kematian bisa datang kapan saja, tapi ya optimis aja bisa menggendong buyutnya. Kuncinya itu fokus...fokus terus berdoa sama Tuhan...semuanya ya bisa tercapai". Klien mampu menentukan tujuan hidupnya dan yakin jika klien fokus dengan tujuannya tersebut dan ditambah dengan doa maka tujuan hidupnya tersebut dapat tercapai.

Klien awalnya merasa pesimis dengan usianya yang telah tua sehingga klien mengatakan bahwa klien pasrah pada Tuhan. Pada sesi 6 ini klien mulai dapat memutuskan tujuan hidupnya yaitu ingin menggendong buyutnya. Klien menjadi lebih optimis bahwa tujuan hidupnya tersebut dapat tercapai jika klien fokus dan selalu berdoa pada Tuhan.

Analisis perubahan klien AR

Pada sesi pertama terapi seni menggambar, klien merasa ragu-ragu untuk menggambar karena merasa tidak bisa menggambar, namun klien mendapatkan dukungan dari terapis. Setelah menggambar, klien dan terapis bersama-sama melihat hasil gambarnya. Terapis yang bersikap menerima dan tidak menilai gambar klien membantu memudahkan klien dalam menggambar pada sesi 2 hingga sesi 6 klien. Hal ini memberi kesadaran pada klien bahwa gambar maupun dirinya diterima oleh terapis tanpa syarat.

Selanjutnya klien dapat dengan bebas menceritakan gambarnya. Pada sesi 1 klien mengatakan bahwa gambar tersebut merupakan gambar saat dirinya masih muda. Klien mampu menyebutkan kelebihan dan kelemahannya. Pada sesi 2 klien menceritakan pengalaman berdansa, sesi 3 klien menceritakan perjalanan ke luar kota, sesi 4 klien menceritakan hal-hal yang disyukurinya, dan sesi 5 klien menceritakan hadiah yang paling berkesan baginya.

Saat klien bercerita, terapis bersikap mendengarkan dan berempati. Sikap ini membantu klien menemukan kesadaran bahwa dirinya yang sekarang sudah tua dan tidak sekuat dulu. Klien juga menyadari bahwa banyak sekali pengalaman yang didapatkannya saat masih muda seperti berdansa dan bekerja hingga keluar kota. Hal tersebut membuat klien merasa puas dengan hidupnya. Klien yang sebelumnya mengeluhkan makanan di PW Pengayoman tidak enak menyadari bahwa tinggal di PW Pengayoman lebih menyenangkan seperti surga karena semua kebutuhannya telah disediakan dan terpenuhi. Klien tidak mengeluhkan lagi mengenai makanan di PW Pengayoman dan mampu bersyukur. Klien yang sebelumnya mengatakan bahwa kelemahan dirinya adalah tidak tegaan dan mudah kasian dengan orang lain menjadi bangga dengan kelemahannya tersebut.

Kelemahan klien tersebut membuat klien menyadari bahwa berbuat baik pada orang lain, maka diri sendiri akan menerima balasan yang baik pula. Kesadaran dan pemahaman diri klien yang didapatkannya selama proses terapi seni menggambar menjadikan klien merasa puas dengan hidupnya hingga akhirnya klien mampu menerima dan menghargai dirinya serta menjadi kongruen. Hasil dari kongruen yang dicapai klien adalah klien mempunyai tujuan baru dalam hidupnya. Tujuan hidup klien yaitu klien ingin menggendong ataupun melihat buyutnya. Klien optimis dan percaya jika klien fokus pada tujuan hidup tersebut dan diiringi dengan doa, pasti akan tercapai.

2. Kelompok Kontrol

a. Klien E

Klien E merupakan seorang janda yang berusia 76 tahun. Klien merupakan anak kedua dari dua bersaudara. Klien mempunyai seorang kakak laki-laki dan mempunyai hubungan yang dekat dengan kakak laki-lakinya tersebut. Klien menikah saat usia 19 tahun dengan teman kakak laki-lakinya. Klien tidak mempunyai anak, sehingga mertua klien menyuruh suami klien untuk menikah lagi. Awalnya klien tidak setuju, namun klien menyadari bahwa dirinya tidak dapat memberikan keturunan maka

klien menyetujui suaminya untuk menikah lagi tanpa menceraikan klien. Klien meminta suaminya untuk tetap tinggal bersama klien ketika malam. Sebelum meninggal, suami klien berpesan pada klien untuk dapat menjaga dirinya dengan baik dan tetap sehat. Saat ini klien merasa kesepian dan hampa karena suaminya telah tiada, klien tidak mempunyai anak dan kakak laki-laki klien juga telah meninggal. Hal tersebut membuat klien merasa tidak berdaya.

Klien tinggal di PW Pengayoman atas kemauannya sendiri. Klien tinggal di PW Pengayoman sejak tahun 2011 hingga sekarang 2016. Awalnya klien merasa betah tinggal di PW Pengayoman, namun sekarang klien merasa tidak betah karena perlakuan salah satu perawat PW pengayoman yang dirasa klien terlalu kasar. Perlakuan kasar tersebut misalnya ketika klien mandi sendiri, perawat tersebut meminta klien untuk mandi dengan cepat, namun ketika klien dimandikan perawat, perawat tersebut memandikan klien dengan sangat cepat, sehingga klien merasa bahwa mandinya tidak bersih hanya seperti disiram air saja. Perlakuan perawat tersebut membuat klien merasa takut.

Sesi 1: *Who am I?*

Klien mampu mengungkapkan kelebihan yang dimilikinya. Klien berkata "*kelebihanku itu cantik, sabar dan setia. Banyak laki-*

laki yang seneng mbek aku, tapi aku emoh. Aku tetep milih bojoku...baik orangnya...”.

Klien awalnya terlihat sedih. Klien juga merasa kesulitan karena tidak dapat menggambar, setelah menggambar dan melihat gambarnya klien dapat tertawa.

Sesi 2: Memories

Klien menggambar rumah nenek dan kakeknya yang berada di Desa. Klien juga menggambar orang dan sawah yang berada di dekat rumah tersebut. Klien menceritakan bahwa orang dalam gambar tersebut adalah klien yang sedang mengawasi sawahnya. Ketika masih kecil, klien sering pergi ke Desa tempat nenek dan kakek nya tinggal. Klien biasa bermain dan membantu nenek dan kakeknya di sawah. Hasil panen padi yang ditanam sebagian dijual dan sebagian untuk dikonsumsi sendiri.

Klien merindukan saat-saat bersama nenek dan kakeknya di Desa. Klien menyadari bahwa kondisinya dulu dan sekarang berbeda. Dulu klien dikelilingi oleh keluarganya seperti kakek, nenek, kakak dan orang tuanya, namun sekarang klien tinggal sendiri. Klien berandai-andai jika keluarganya masih hidup, maka klien tidak akan sendirian. Klien berkata *“tapi ya nek masih hidup ya umur’e berapa ya?...ya nggak lah ya, mesti manusia itu ya mati o’ ya...nggak ada yang hidup terus...tapi ya aku masih punya*

ponakan, baik juga....sering kesini sebulan sekali...". Klien menyadari bahwa manusia tidak bisa hidup di dunia selamanya. Hal tersebut membuat klien teringat bahwa klien masih mempunyai keponakan yang rutin menjenguk klien satu bulan sekali di PW Pengayoman.

Sesi 3:Feelings

Klien menggambar dirinya dan kapal yang sedang berlayar di laut. Klien menceritakan gambarnya bahwa dirinya sedang berlayar dan memancing bersama suaminya. Klien mengatakan bahwa suaminya merupakan orang yang baik dan setia walaupun suaminya menikah lagi, klien tidak ditinggalkan. Suami klien bekerja sebagai angkatan laut. Suami klien meminta klien untuk menjadi ibu rumah tangga dan tidak bekerja.

Klien menyadari bahwa hidup bersama suaminya merupakan sebuah kebahagiaan terbesar bagi klien. Ketika klien melihat gambar kapal, klien teringat bahwa klien selalu diajak suaminya berlayar sambil memancing. Klien juga mengatakan bahwa suaminya selalu memenuhi kebutuhan sehari-harinya. Klien berkata "*seneng banget dulu sama bojoku. Diajak mincing, terus kalo dapet ikan, ikannya tak masak. Bojo kok bisa baik banget itu ya....walaupun bojoku disuruh nikah lagi sama ibunya, tapi dia*

masih setia sama aku....puas lah". Hal tersebut menunjukkan bahwa klien merasa puas dengan kehidupannya.

Pada saat pelaksanaan sesi ini, klien merasa sangat sedih karena perlakuan kasar dari salah satu perawat PW Pengayoman, namun setelah klien menggambar dan menceritakan gambar kehidupan pernikahannya klien merasa sangat senang, tidak sedih lagi dan mengaku puas dengan hidupnya.

Sesi 4: *Counting blessing*

Klien menggambar perawat yang berjaga dan makanan yang didapatkannya dari PW Pengayoman sebagai hal yang disyukurinya. Klien menceritakan bahwa perawat yang berjaga ini merupakan perawat yang baik dan tidak galak, sehingga klien merasa senang.

Klien berkata "*ya nggak semua perawat di PW Pengayoman baik, ada juga yang galak ya. Disini itu penghuni lansia di PW Pengayoman juga banyak, jadi ya wajar ya kalo mandi antri terus cepet juga soalnya yang dimandiin banyak. Jadi ya mending mandi terakhir ae ya...*". Hal tersebut menunjukkan bahwa klien menyadari bahwa ada perawat yang baik di PW Pengayoman. Klien juga memahami alasan perawat untuk meminta klien untuk mandi dengan cepat ataupun dimandikan perawat dengan cepat karena perawat juga memandikan penghuni lansia di PW Pengayoman

lainnya. Maka dari itu ketika klien mandi sendiri, klien akan mandi diurutan terakhir, sehingga klien tidak merasa terburu-buru.

Klien lebih memilih berada di kamarnya ketika ada perawat yang berjaga di depan kamarnya dan hanya akan keluar ketika terapis mengunjunginya. Setelah sesi 4 ini klien terlihat sering duduk di depan kamarnya walaupun ada perawat di dekatnya. Klien juga terlihat menyapa beberapa perawat yang berjaga.

Sesi 5: Present

Klien menggambar tanaman bunga mawar yang tumbuh di taman. Klien menceritakan bahwa bunga mawar tersebut tumbuh sangat indah dan subur. Klien mengatakan bahwa dulu ada teman Sekolah Menengah Pertama (SMP) yang memberikan bunga mawar merah kepada klien. Seumur hidup klien hanya teman SMP nya tersebut yang memberikan hadiah bunga kepada klien, bahkan suami klien tidak pernah memberikan klien bunga. Klien mengakui bahwa dirinya memang menyukai teman SMP nya dan temannya pun juga menyukai klien, walaupun klien tidak menikah dengan teman SMP nya tersebut. klien berkata "*dulu nggak semua cewek dapet bunga dari cowok yang disenengi....jadinya ya aku seneng ya, bangga juga tho ya...*". Hal tersebut menandakan bahwa klien merasa senang dan bangga mendapatkan bunga mawar merah dari seseorang yang disukainya.

Pada sesi 5 ini klien merasa lemas dan tidak bersemangat. Setelah klien menggambar dan menceritakan gambarnya, klien terlihat tertawa, senang dan bersemangat.

Sesi 6: *Bridge to happiness*

Klien menggambar jembatan dan pemandangan gunung dan sawah yang berada di Desa tempat tinggal nenek dan kakeknya. Ketika klien menghubungkan jembatan tersebut menuju ke arah tujuan klien, klien berkata "*tujuan hidupku sekarang ya menikmati hidup di PW Pengayoman, bareng mak T yang sekamar mbek perawat yang baik.*" Hal tersebut menunjukkan bahwa klien mempunyai tujuan hidup untuk menikmati hidupnya di PW Pengayoman.

Analisis perubahan klien E

Awalnya klien mengakui kesulitan untuk menggambar dirinya, namun setelah diberi penjelasan bahwa gambarnya tidak akan dinilai oleh terapis, klien mulai menikmati *terapi seni* menggambar. Hal ini menunjukkan bahwa klien menyadari dirinya diterima terapis tanpa syarat sehingga klien menikmati *terapi seni* menggambar.

Setelah menggambar, klien diminta untuk menceritakan gambarnya. Terapis bersikap mendengarkan dan berempati pada cerita klien. Klien mengatakan bahwa dirinya senang bisa

menggambar, menceritakan gambar dan mengenang pengalaman-pengalamannya. Ketika klien menceritakan gambarnya dan terapis mendengarkan dengan empati, klien yang awalnya merindukan orang tua, kakak dan suaminya menjadi sadar bahwa manusia tidak bisa hidup di dunia selamanya. Klien dapat menyadari kehadiran orang lain, yaitu keponakannya yang masih ada dan sering menjenguk klien. Klien sebelumnya merasa bahwa tidak betah karena perlakuan perawat PW pengayoman yang dirasa klien terlalu kasar, kini klien mulai menyadari bahwa tidak semua perawat di PW Pengayoman galak, namun ada juga yang baik. Kesadaran ini membuat klien lebih terbuka dengan kehadiran perawat dan penghuni PW Pengayoman lainnya. Ketika menceritakan kehidupannya pernikahan, klien merasa sangat puas dengan kehidupannya dan lebih bersemangat. Hal tersebut membuat klien mampu menerima dan menghargai dirinya sehingga klien menjadi kongruen.

Setelah klien kongruen, klien mampu menetapkan tujuan hidupnya, yaitu menikmati hidupnya di PW Pengayoman bersama lansia yang sekamar dengannya dan perawat yang menurut klien baik.

b. Klien LA

Klien LA merupakan janda berusia 60 tahun. Klien merupakan anak pertama dari tiga bersaudara. Suami klien meninggalkan klien karena klien sakit diabetes yang mengharuskan jari kaki kanan klien untuk di amputasi. Klien tidak mempunyai anak. Permasalahan pernikahan klien membuat klien merasa tidak puas dengan kehidupan yang dijalannya. Setelah berpisah dengan suaminya, rumah yang ditinggali klien dijual, sehingga klien sementara tinggal dengan adik perempuannya. Setelah beberapa bulan tinggal bersama adik perempuannya, klien dititipkan di PW Elim oleh adik perempuannya tersebut karena tidak ada yang merawat di rumah. Klien tinggal di PW Elim sejak bulan Maret 2016 hingga sekarang bulan Desember 2016. Selama tinggal di PW Elim, klien merasa bosan karena tidak ada kegiatan apapun. Setiap hari klien hanya makan dan tidur dan mengikuti kegiatan rutin yang diselenggarakan oleh PW Elim seperti kebaktian, senam lansia dan pendalaman alkitab. Klien merasa tidak mempunyai apa-apa untuk dibanggakan. Hal tersebut membuat klien berpikir bahwa orang lain lebih baik hidupnya dari pada dirinya.

Sesi 1: Who am I?

Klien menggambar dirinya yang sedang melihat-lihat lingkungan sekitarnya. Kelebihan yang ada pada diri klien adalah rambutnya yang lebat, sedangkan kekurangannya adalah tidak bisa berjalan dengan lancar. Klien menceritakan bahwa sebelumnya klien tidak tahu jika dirinya menderita penyakit diabetes. Kaki klien diamputasi kurang lebih setahun yang lalu (tahun 2015) karena tersandung dan menyebabkan luka kecil di kakinya, namun luka tersebut tidak sembuh-sembuh sehingga harus diamputasi karena telah membusuk.

Klien berkata *“disini itu banyak mak-mak yang nggak bisa jalan ya...nek aku, kakiku udah diamputasi gini ini aku ya masih bisa jalan ya....masih bisa ngapa-ngapain, masih liat jelas juga, nggak pikun kayak mak S itu udah pikun, bisa ngobrol-ngobrol juga sama mak P”*. Hal tersebut mengungkapkan bahwa klien menyadari bahwa walaupun kondisi kakinya diamputasi dan menyebabkan klien harus berjalan dengan menggunakan walker, klien masih dapat melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Klien juga mengatakan bahwa klien masih dapat melihat, berinteraksi dan mempunyai ingatan yang bagus.

Klien awalnya merasa dirinya lebih buruk dari pada lansia penghuni PW Elim. Setelah perlakuan terapi seni menggambar

sesi 1 ini, klien mampu menerima kondisi dirinya dan merasa dirinya lebih baik dari orang lain.

Sesi 2: Memories

Klien menggambar dapur rumahnya. Klien menjelaskan gambar dapurnya yang sangat luas dan terdapat dua kompor, dua wajan besar yang sering dipakai klien untuk memasak dan satu lagi tempat untuk mencuci piring, gelas dan peralatan masak yang telah dipakai. Ketika melihat gambarnya lagi, klien menceritakan bahwa klien mempunyai usaha *catering* di rumah. Usaha *catering* tersebut sangat ramai. Klien mempunyai tiga asisten untuk membantunya memasak. Klien selalu menerima pesanan, bahkan ketika hari libur.

Klien berkata *“masak itu nyenengke o’ ya... dari SMP aku bisa masak...pernah ada lomba masak di sekolah dulu itu, aku menang juara satu lomba. Guru-guru mbek temen-temen pada heran kalo aku bisa masak. Jadi ya aku bangga banget... tapi sekarang nggak bisa memasak lagi ya...seneng banget aku kalo disuruh masak, puas banget. Apa aku bantu-bantu di dapur aja ya, bisa nggak ya? jadi kan lumayan gitu...”* Klien menyadari bahwa memasak merupakan kegiatan yang disenanginya. Klien bangga dengan kemampuannya memasak tersebut. Klien mendapatkan

insight untuk dapat membantu memasak ataupun menyiapkan bahan-bahan yang akan dimasak di PW Elim.

Awalnya klien merasa bahwa dirinya tidak memiliki apapun untuk dibanggakan. Setelah klien menggambar dan menceritakan gambarnya, klien merasa bangga dengan kemampuan memasak yang dimilikinya, klien juga tersenyum, dan terlihat bersemangat.

Sesi 3: *Feelings*

Ketika klien diminta untuk menggambar seseorang atau sesuatu yang membuat klien merasa senang, klien mulai terdiam, berpikir dan bertanya kepada dirinya sendiri apa yang membuat klien bahagia. Kemudian klien menggambar salib dan berkata bahwa Tuhan Yesus lah yang membuatnya merasa senang. Kemudian klien bercerita bahwa sebelum kakinya diamputasi karena diabetes, klien pernah menjalani empat kali operasi yang berbeda. Pertama, klien menjalani operasi usus buntu. Kedua, klien menjalani pengangkatan rahim karena terdapat kista di rahimnya yang telah menempel sehingga rahim klien harus diangkat. Hal tersebut membuat klien tidak mempunyai anak. Operasi ketiga yaitu pengangkatan payudara sebelah kiri karena terdapat tumor, sehingga harus diangkat payudara kiri klien. Operasi keempat klien yaitu amputasi jari kaki kanan klien.

Klien berkata “*penyakit ini itu ya cobaan dari Tuhan. Aku nggak tau harus gimana atau jadi seperti apa kalo nggak ada Tuhan Yesus. Tuhan lah yang selama ini nemenin aku...ya Puji Tuhan ya*”. Klien menemukan kesadaran bahwa semua penyakit yang dialaminya tersebut merupakan cobaan dari Tuhan. Klien berkata bahwa klien tidak tahu harus bagaimana dan jadi seperti apa jika tidak ada Tuhan Yesus. Klien menyadari bahwa Tuhan lah yang selama ini menemani dirinya yang kemudian membuat klien mengucap puji syukur kepada Tuhan.

Klien tidak puas dengan hidupnya dan berbagai masalah yang dihadapinya. Setelah menggambar dan menceritakan gambarnya menjadi puas dengan hidupnya dan bersyukur atas kehadiran Tuhan yang selalu menemani klien dalam menghadapi permasalahannya.

Sesi 4: *Counting blessing*

Klien menjelaskan gambarnya yaitu klien merasa sangat bersyukur kepada Tuhan telah memberikan perlindungan kepada dirinya selama tidur semalam, sehingga klien dapat tidur dengan nyenyak. Klien juga bersyukur tensi nya sudah turun yaitu 130/80, sebelumnya tensi klien 173/90. Selain itu klien bersyukur mendapat makanan yang enak dari PW Elim. Klien mengatakan

“seneng ya dapet berkat dari Tuhan. Tuhan itu baik sama saya, jadi ya saya seneng.”

Pada sesi ini klien terlihat murung karena klien tidak dapat tidur dan tekanan darahnya meningkat. Setelah pemberian perlakuan terapi seni menggambar, klien mampu mensyukuri hal-hal yang terjadi dalam dirinya. klien juga terlihat senang dan tersenyum.

Sesi 5: *Present*

Klien menggambar gelas pink sebagai hadiah yang paling berkesan baginya. Klien menceritakan bahwa hadiah gelas tersebut didapatkannya dari teman adiknya saat mengunjungi klien. Klien mengatakan *“gelas itu bagus o’...bagus banget o’, seneng aku dapet gelas itu”*.

Sesi 6: *Bridge to happiness*

Klien menggambar jembatan untuk menyatukan dirinya dan tujuan hidupnya. Klien mengatakan bahwa klien sudah merasa puas dengan hidupnya sekarang, sehingga klien mengatakan *“aku pengen menikmati hidup aja ya. dari dulu udah kerja terus, ya walaupun seneng masak tapi ya sekarang pengen menikmati aja. Aku juga pengen ketempat’e adikku yang di Bandung, soalnya kalo disana mesti diajak jalan-jalan.”*

Sebelum perlakuan terapi seni menggambar, klien tidak tahu harus berbuat apa dan bagaimana. Setelah mendapatkan terapi seni menggambar sesi 6 ini klien mampu menetapkan tujuan hidupnya, yaitu menikmati hidup, berlibur dengan adik laki-laknya di Bandung dan lebih optimis.

Analisis perubahan klien LA

Selama mendapatkan terapi seni menggambar, klien mampu bersikap terbuka kepada terapis. Kehadiran terapis dengan sikap menerima hasil gambar klien tanpa menilainya, mendengarkan dan berempati ketika klien menceritakan serta mengungkapkan perasaan-perasaannya membantu klien mendapatkan kesadaran diri. Klien mampu menyadari potensi yang ada di dalam dirinya bahwa kondisi dirinya lebih baik dari pada lansia lain di PW Elim walaupun klien memang membutuhkan bantuan walker ketika berjalan, klien masih dapat melihat, mendengar, berjalan dan tidak pikun. Klien juga menyadari bahwa klien mempunyai hidup yang dapat dibanggakan, yaitu kemampuan klien dalam memasak dan memiliki usaha *catering* yang ramai. Klien juga menyadari arti kehadiran Tuhan Yesus dalam hidupnya. Klien menyadari bahwa Tuhan lah yang selama ini menemani dirinya saat klien sakit hingga sekarang. Klien merasa bahwa Tuhan sangat baik padanya. Hal tersebut membuat klien mencocokkan *self* dan

pengalaman *organism* nya, sehingga klien menjadi kongruen. Klien yang telah kongruen mampu menentukan tujuan hidupnya, yaitu untuk menikmati hidupnya termasuk berkat yang didupatkannya dari Tuhan.

E. Pembahasan

Depresi termasuk dalam salah satu jenis gangguan *mood* yang dapat menyusahkan seseorang yang menderita depresi maupun lingkungan sosialnya. Depresi memiliki beberapa simtom yang mempengaruhi kognitif/emosional seperti *mood* yang buruk, perasaan bersalah, pikiran tentang kematian ataupun bunuh diri, dan simtom vegetatif seperti kelelahan, perubahan psikomotorik, gangguan tidur, kehilangan nafsu makan yang berakibat penurunan berat badan (Lam, Michalak & Swinson, 2005, h. 5). Beberapa penyebab depresi yang terjadi pada lansia misalnya seperti beban kesehatan, kehilangan pasangan, ketergantungan, dan kesulitan finansial (Friedman & Anderson, 2011, h. 12). Lansia yang tinggal di rumah perawatan ataupun panti wredha memiliki peluang yang tinggi menderita depresi (Nevid dkk, 2005, h. 188).

Klien dalam penelitian ini berjumlah enam orang yang tinggal di PW Pengayoman dan PW Elim dengan lama waktu yang bervariasi. Hasil kuantitatif pretest yang dilakukan menunjukkan bahwa keenam klien

tersebut menderita depresi sedang. Ada berbagai macam faktor yang menyebabkan depresi pada keenam klien tersebut, misalnya depresi yang diderita klien N disebabkan karena merasa bosan tinggal di PW Pengayoman, tidak ada aktivitas yang membuat klien N merasa bosan, masalah finansial sehingga kehidupan klien kini dibiayai oleh keponakannya yang akhirnya menyebabkan klien merasa tidak berguna. Pada klien A depresi yang dideritanya dikarenakan kehilangan pasangannya yang meninggal pada tahun 2015 yang akhirnya klien A terpaksa tinggal di PW Pengayoman karena tidak ada yang merawat di rumah. Kehilangan pasangan yang terjadi pada klien A ini menyebabkan klien merasa kosong dalam hidupnya. Pada klien AR yang baru tinggal di PW Pengayoman selama empat bulan merasa bahwa makanan di PW Pengayoman tidak enak serta merasa tidak berdaya karena klien tidak diperbolehkan berjalan terlalu jauh. Klien E dan klien J mengeluh merasa bosan tinggal di PW Pengayoman, kedua klien juga merasa bahwa dirinya merepotkan keponakannya karena telah membiayai kehidupannya di PW Pengayoman. Pada klien E terdapat perasaan hampa karena klien E merasa sendirian. Suami dan kakak laki-laki klien E telah meninggal. Klien LA merasa bosan karena tidak ada kegiatan apapun, klien juga merasa tidak mempunyai apa-apa untuk dibanggakan. Hal tersebut membuat klien berpikir bahwa orang lain lebih baik hidupnya dari pada dirinya. Berbagai faktor tersebut menyebabkan klien merasa tidak

diterima, tidak mendapat dukungan dan cinta dari orang lain, sehingga kebutuhan *positive regard* klien tidak dapat terpenuhi. Klien menunjukkan perilaku disorganisasi, yaitu perilaku yang tidak sesuai dengan *self* dan pengalaman *organism* nya. Perilaku disorganisasi yang ditunjukkan klien seperti menarik diri (klien N & AR), menuruti apapun perkataan perawat walaupun tidak sesuai kehendak klien (klien E), tidak tahu harus berbuat apa selain melakukan rutinitas sehari-hari (klien A & LA) dan mengeluhkan makanan di PW Pengayoman yang terasa tidak enak (klien AR). Hal tersebut membuat klien tidak mampu untuk mengaktualisasikan dirinya hingga akhirnya klien mengalami depresi dengan simtom merasa kosong/hampa, merasa tidak senang melakukan aktivitas, putus asa, dan merasa tidak berguna dan tidak memiliki apapun, serta merasa orang lain lebih baik kondisinya.

Hasil analisis data secara kuantitatif menunjukkan bahwa terapi seni menggambar dapat menurunkan tingkat depresi pada lansia di Panti Wredha Pelkris Semarang. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh McCaffrey (2007, h. 79-84) yang menunjukkan hasil bahwa menggambar mampu mengurangi simtom depresi pada lansia.

Menggambar telah menjadi sarana untuk berbagi pengalaman dan perasaan pribadi. Menggambar memberikan kesempatan pada seseorang untuk mengekspresikan pikiran dan perasaan dengan lebih luas yang tidak dapat diungkapkan lewat kata-kata (Oster & Patricia,

2004, h. 2). Menggambar sebagai salah satu bentuk terapi seni ekspresif dapat membantu untuk melepaskan emosi atau dalam kata lain sebagai katarsis, yaitu pembebasan emosi- emosi yang kuat sehingga individu merasa lega (Malchiodi, 2005, h. 19).

Proses kreatif yang terjadi dalam menggambar membantu klien masuk ke dalam *self*. Setelah diberikan tema menggambar, klien berpikir apa yang akan digambarnya, selanjutnya klien merencanakan bagaimana cara menggambar hingga akhirnya klien mengekspresikan ide, pengalaman dan perasaannya melalui menggambar. Hal tersebut membantu klien melepaskan emosi-emosi yang dirasakannya, sehingga setelah menggambar semua klien merasa lega dan senang. Klien juga mampu menertawakan dan tersenyum ketika melihat gambar yang dibuatnya. Proses tersebut yang dinamakan dengan proses kreatif dan katarsis. Penelitian yang dilakukan oleh Sgrignoli (2011) dan Drake, Coleman dan Winner (2011, h. 26-30) menjelaskan bahwa proses kreatif memberikan efek terapeutik karena seseorang dapat mengekspresikan dirinya. Efek terapeutik tersebut seperti berkurangnya rasa sakit dan lelah yang diderita, serta mampu mengubah *mood* menjadi lebih positif. Proses kreatif yang terjadi pada saat membuat karya seni, dalam penelitian ini adalah menggambar, dapat mengurangi stres yang menyebabkan klien merasa relaks dan mengubah *mood* menjadi lebih positif (Malchiodi, 2005, h. 19).

Terapi seni menggambar dalam penelitian ini menggunakan pendekatan *person-centered* dengan tiga prinsip utama. Prinsip pertama yaitu kongruen yang mengharuskan keutuhan terapis, menjadi diri sendiri dalam hubungan terapeutik, tidak ada kepura-puraan secara sadar dan ketulusan dari terapis (Palmer, 2011, h. 310-311). Selama proses terapi, terapis hadir secara utuh saat berhadapan dengan klien. Ketika klien menanyakan pendapat terapis, terapis secara jujur mengungkapkan pendapat pada klien, misalnya saat klien N menanyakan pendapat terapis mengenai gambar dirinya, terapis secara jujur mengatakan bahwa gambar diri klien N merupakan wanita yang sexy. Terapis juga secara bergantian diminta untuk menggambar oleh klien A.

Prinsip yang kedua dalam terapi seni menggambar menggunakan pendekatan *person centered* adalah prinsip *unconditional positive regard*, yaitu terapis percaya dengan kemampuan klien untuk menggambar mengekspresikan dirinya dan terapis tidak memberikan penilaian terhadap gambar klien (Malchiodi, 2005, h. 62). Terapis mampu menunjukkan sikap *unconditional positive regard* pada klien, yaitu dengan tidak memberikan penilaian terhadap gambar klien dan menerima karya klien apa adanya. Sikap terapis tersebut membantu klien menerima dan menghargai dirinya sendiri. Pada awal penelitian ini klien merasa khawatir bahwa gambarnya akan dinilai jelek, sehingga klien merasa kebingungan dan menolak untuk menggambar. Setelah diberi penjelasan

bahwa gambar klien tidak akan dinilai dan klien diperbolehkan untuk mengekspresikan pikiran, perasaan dan pengalamannya dengan bebas melalui menggambar, klien merasa lebih bebas dan leluasa untuk menggambar serta klien merasa bahwa dirinya secara utuh diterima oleh terapis.

Prinsip ketiga dari pendekatan *person-centered* adalah mendengarkan aktif dan empati, yaitu terapis memberikan perhatian penuh terhadap klien ketika klien menceritakan gambarnya sehingga klien merasa didengarkan dan dimengerti oleh terapis (Malchiodi, 2005, h.61). Terapis yang bersikap mendengarkan aktif dengan cara menyimak cerita klien, memberikan pertanyaan pada klien dan mengungkapkan pendapat pribadi merupakan upaya terapis untuk berempati dan memahami pikiran dan perasaan klien. Sikap mendengarkan dan berempati ini membuat klien merasa bahwa dirinya didengar dan dipahami. Setelah klien menggambar, klien melihat hasil gambarnya. Berbagai respon ditunjukkan oleh klien, sehingga terapis menanyakan kepada klien apa yang dirasakan ataupun apa yang dipikirkan klien. Pertanyaan tersebut diajukan terapis merupakan cara terapis untuk berempati dan memahami klien. Respon yang ditunjukkan klien misalnya klien N, klien AR (kelompok eksperimen), dan klien E (kelompok kontrol) merasa bahwa gambarnya lucu sehingga klien tertawa melihat hasil gambarnya, sedangkan klien A (kelompok eksperimen) merasa bahwa

gambaranya jelek sehingga klien A menggambar lagi hingga klien A merasa puas dengan gambar yang dibuatnya serta klien LA yang merasa puas dengan hasil gambaranya. Selanjutnya terapis meminta klien untuk menceritakan dan berdiskusi dengan terapis mengenai gambaranya tersebut. Pada saat klien menceritakan gambar, terapis bersikap mendengarkan aktif terhadap cerita klien. Terapis juga mengungkapkan pendapatnya terhadap gambar yang dirasa kurang dimengerti terapis. Hal tersebut dilakukan terapis untuk mendapatkan konfirmasi dari klien mengenai gambar dan ceritanya, sehingga terapis lebih mampu berempati dan memahami pikiran dan perasaan klien.

Ketiga prinsip pendekatan *person-centered* dalam terapi seni menggambar ini membantu klien menemukan kesadaran diri, pemahaman diri dan *insight* sehingga kebutuhan *positive regard* pada klien dapat terpenuhi. Ketika kebutuhan *positive regard* klien terpenuhi, klien mampu membuat penilaiannya sendiri yang akhirnya menyebabkan kongruensi antara *self* dan pengalaman *organism*. Kondisi kongruen antara *self* dan pengalaman *organism* ini membuat klien menemukan kesadaran diri, pemahaman diri dan *insight* seperti menerima kondisi dirinya yang telah menua (klien N & AR), menerima kehadiran orang lain/perawat panti (klien N & E), mampu bersyukur (klien N, A, AR, dan LA), dan puas dengan hidup yang dijalani (klien A, AR, E & LA).

Timbulnya kesadaran diri, pemahaman diri dan *insight* tersebut membantu klien dalam menetapkan tujuan hidupnya, yaitu membalas kebaikan keponakan (Klien N), mendapatkan ketenangan hidup (klien A), hidup untuk menggondong *buyut* (klien AR), dan menikmati hidup (klien E & LA). Setelah menetapkan tujuan hidupnya, klien bergerak untuk mencapai aktualisasi diri yang ditandai dengan sikap terbuka, realistis dan optimis, mengembangkan penerimaan diri yang positif yaitu klien menerima kondisi dirinya yang mulai menua namun klien dapat berfungsi secara optimal. Klien dapat menerima, menghargai, dan membina hubungan dengan sesama penghuni panti wreda dan perawat panti wreda. Hal tersebut sesuai dengan penjelasan Rubin (2016, h. 248), yaitu kehadiran terapis dengan pendekatan *person-centered* dapat memberikan dukungan pada klien untuk bergerak menuju lingkungan yang lebih luas. Selanjutnya klien mampu menemukan kembali ketertarikannya terhadap dunia luar dan makna hidup. Dengan demikian, individu dapat mencapai aktualisasi diri dan lebih berkuasa mengenai dirinya.

Bagan 2. Alur Pengaruh Terapi seni Menggambar Terhadap Penurunan Tingkat Depresi

