
**PENERAPAN METODE *GROUP ART THERAPY* UNTUK MENURUNKAN
KECENDERUNGAN PERILAKU AGRESIF *VERBAL*
PADA ANAK SEKOLAH DASAR**

Elisabeth Winda Novisari¹, Endang Widyorini²

^{1,2}Faculty of Psychology, Unika Soegijapranata Semarang, Indonesia

Jl. Pawiyatan Luhur, Gajahmungkur, Semarang, Jawa Tengah 50234

Email: 21e30083@unika.student.ac.id¹, widyorini@unika.ac.id²

Abstract

Students in elementary school or the 'middle childhood' period are generally in a developmental process. The growth process in children can often experience obstacles or experience the emergence of negative behavior that might harm themselves and others. One of the negative behaviors that often occurs is verbally aggressive behavior. The phenomenon that occurred among students at X Elementary School in Semarang, teachers at schools complained about the tendency of verbally aggressive behavior carried out by students in the school environment. This research aims to reduce the tendency for verbal aggressive behavior. Researchers applied the group art therapy method to X Elementary School students to reduce the tendency for verbally aggressive behavior. Participants in this study were 6 male students with an age range of 9-10 years. Data collection used observation, interviews, and the VAS scale (verbal aggressiveness scale). Based on the results of the validity and reliability test of the Pre-test VAS (verbal aggressiveness scale) and Pos-test VAS (verbal aggressiveness scale) using Cronbach's Alpha reliability coefficient, it was concluded that the 20 questionnaire question items were reliable or consistent. This study used a quasi-experimental one-group pre-test post-test design using the VAS (verbal aggressiveness scale) scale to determine the results before and after giving the group art therapy intervention. Data were analyzed using IBM SPSS 22.0 with the non-parametric Wilcoxon Signed Rank test showing that there was a significant difference between verbal aggressive behavior before and after the group art therapy intervention. This research showed that the group art therapy method is effective in reducing the tendency for verbally aggressive behavior in the six participants at X Elementary School and the benefits obtained from this group intervention activity were a decrease in verbally aggressive behavior towards the six subjects as well as a desire to obey each other's rules, be able to socialize and cooperate in the group.

Keyword : *Group art therapy method; student of elementary school; verbal aggression*

Abstrak

Siswa Sekolah Dasar atau periode *middle childhood* pada umumnya berada dalam proses perkembangan. Proses perkembangan pada anak seringkali dapat mengalami hambatan atau munculnya perilaku negatif yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain. Perilaku negatif yang sering terjadi salah satunya adalah perilaku agresif secara *verbal*. Fenomena yang terjadi pada siswa Sekolah Dasar X di kota Semarang, guru di sekolah mengeluhkan adanya kecenderungan perilaku agresif *verbal* yang dilakukan oleh siswa di lingkungan sekolah. Tujuan penelitian ini adalah untuk menurunkan kecenderungan perilaku agresif *verbal*. Peneliti menerapkan metode *group art therapy* pada siswa Sekolah Dasar X untuk menurunkan kecenderungan perilaku agresif *verbal*. Partisipan dalam penelitian ini adalah siswa berjumlah 6 orang berjenis kelamin laki-laki dengan rentang usia 9-10 tahun. Pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan skala VAS (*verbal aggressiveness scale*). Berdasarkan hasil uji validitas dan reliabilitas skala *Pre-test VAS (verbal aggressiveness scale)* dan skala *Post-test VAS (verbal aggressiveness scale)* menggunakan koefisien reliabilitas *Cronbach's Alpha*, dapat disimpulkan bahwa 20 item pertanyaan angket adalah reliabel atau konsisten. Penelitian ini menggunakan *quasi experimental one group pre-test post-test design* dengan menggunakan skala VAS (*verbal aggressiveness scale*) untuk mengetahui hasil sebelum dan sesudah pemberian intervensi *group art therapy*. Data dianalisis menggunakan IBM SPSS 22.0 dengan

uji non-parametrik *Wilcoxon Signed Rank* menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara perilaku agresif *verbal* sebelum dan sesudah pemberian intervensi *group art therapy*. Penelitian ini menunjukkan bahwa metode *group art therapy* efektif menurunkan kecenderungan perilaku agresif *verbal* pada keenam partisipan di Sekolah Dasar X dan manfaat yang diperoleh dari kegiatan intervensi kelompok ini adalah penurunan perilaku agresif *verbal* terhadap keenam subjek serta adanya keinginan untuk saling menaati peraturan, mampu bersosialisasi, dan kerjasama dalam kelompok.

Kata Kunci: Agresi *verbal*; metode *group art therapy*; siswa Sekolah Dasar

Pendahuluan

Siswa usia sekolah dasar atau periode *middle childhood* umumnya berada dalam proses perkembangan yang berlangsung dengan cepat dalam aspek fisik, emosional, intelektual dan sosial. Dalam tahap perkembangan tersebut, tak jarang anak mengalami hambatan atau bahkan melakukan perilaku yang keliru yang dapat merugikan mereka maupun orang lain. Perilaku yang dicerminkan dapat berupa perilaku yang positif dan perilaku yang negatif, salah satunya yaitu berupa perilaku kenakalan. Kenakalan pada anak dimaknai sebagai suatu bentuk perilaku yang tidak sesuai dengan norma-norma yang hidup di tengah masyarakat. Pada umumnya, kenakalan merupakan produk konstitusi defektif dari mental dan emosi, yaitu mental dan emosi anak yang belum matang (*labil*) dan rusak (*defektif*) sebagai akibat proses pengkondisian oleh lingkungan yang buruk (Kartono, 2007).

Siswa di Sekolah Dasar (SD) akan mengalami masalah-masalah yang berkaitan dengan perkembangan individu, dan perbedaan individu dalam hal kecerdasan, kecakapan, hasil belajar, bakat, sikap, kebiasaan, pengetahuan, kepribadian, cita-cita, kebutuhan, minat, pola-pola, dan tempo perkembangan, ciri-ciri

jasmaniah dan latar belakang lingkungan. Terdapat juga perbedaan kebutuhan individu dalam hal memperoleh kasih sayang, memperoleh harga diri, memperoleh penghargaan yang sama, ingin dikenal, memperoleh prestasi dan posisi, untuk dibutuhkan orang lain, merasa bagian dari kelompok, rasa aman dan perlindungan diri, dan untuk memperoleh kemerdekaan diri. Adanya perbedaan penyesuaian diri, yang salah satunya juga mempengaruhi perbedaan tingkah laku. Muncul juga masalah belajar dalam diri anak. Perilaku ini terjadi pada masa perkembangan, karena pada masa inilah seorang anak sudah mulai merasa ingin mengetahui dan ingin melakukan sesuatu yang dia inginkan walaupun tanpa dia sadari sesuatu yang dia lakukan itu dapat berdampak negatif pada dirinya sendiri ataupun pada orang lain (Hurlock, 1987).

Salah satu perilaku negatif yang sering terjadi pada anak adalah perilaku agresi. Perilaku agresi secara psikologis cenderung menyerang sesuatu yang dipandang sebagai hal yang mengecewakan, menghalangi atau menghambat. Perilaku ini terjadi pada masa perkembangan, karena pada masa inilah seorang anak sudah mulai merasa ingin mengetahui dan ingin melakukan sesuatu yang

dia inginkan walaupun tanpa dia sadari sesuatu yang dia lakukan itu dapat berdampak negatif pada dirinya sendiri ataupun pada orang lain. Seorang anak dapat berperilaku agresi sebagai respons untuk melindungi diri terhadap suatu provokasi atau kesulitan tertentu yang disertai dengan perasaan marah atau melakukannya karena bertujuan untuk sengaja menyakiti orang lain untuk mendapatkan suatu objek, mengintimidasi, atau mendominasi orang lain (Camodeca & Goossens, 2005).

Perilaku agresi anak muncul manakala anak merasakan adanya ancaman, marah, gusar, atau frustrasi. Menurut pendapat Putri dan Cahyanti (2021) menyatakan bahwa perilaku agresi sesungguhnya merupakan reaksi normal pada anak-anak yang masih kecil. Anak-anak secara naluriah akan memunculkan perilaku ini ketika mereka merasa tidak nyaman, ketika mereka ingin melindungi diri mereka, atau ketika mereka ingin mencapai suatu tujuan tertentu namun tidak mengetahui bagaimana cara yang lebih baik untuk meraihnya.

Menurut Pohan (yang dikutip melalui Stevani, Basaria D & Irena F, 2018) menjelaskan perilaku agresif terbagi menjadi dua, yaitu perilaku agresif *non-verbal* dan perilaku agresif *verbal*. Perilaku agresi *non-verbal* menyebabkan sakit fisik antara lain memukul, menggigit, mencubit, menendang, menginjak, melempari orang dengan benda, dan sebagainya. Sedangkan perilaku agresif *verbal* menyebabkan sakit secara psikis, di antaranya

mengucapkan kata-kata hinaan atau ejekan, memaki dengan kata-kata kotor, melecehkan, mengancam, membentak orang yang lebih tua, atau bahkan memerintah orang lain seenaknya. Dengan adanya perubahan baik dari sisi seksual, psikologis maupun sosial membuat masa anak-anak seringkali menjadi masa-masa rawan terjadinya perilaku agresi yang diakibatkan kurangnya bimbingan orang tua, kurangnya perhatian guru, pengaruh lingkungan, pergaulan yang tidak baik, kurangnya perhatian dari orang tua, atau adanya pola asuh anak yang dapat mempengaruhi perilaku agresif.

Penelitian yang dilakukan oleh Putri dan Cahyanti (2021) menemukan bahwa mean skor perilaku agresif pada anak-anak dapat diturunkan dengan menggunakan *art therapy* and *play therapy*. Hal ini dikarenakan anggota kelompok memahami bagaimana perilaku agresi dan dampaknya bagi diri sendiri maupun orang lain. Anggota kelompok berusaha untuk mengontrol dirinya agar tidak berperilaku agresi, meskipun terkadang mereka masih merasa sulit untuk mengendalikan emosinya agar tidak berperilaku agresi. Sedangkan, menurut penelitian Hartini (2009), anak mengadopsi perilaku agresinya dari hasil belajar melalui pengamatan anak kepada orang tua serta anak dapat meniru semua tingkah laku orang tua yang didapatnya dari kekerasan tersebut.

Fenomena yang terjadi di SD X, peneliti

beberapa kali menemukan perilaku agresif *verbal* pada murid-murid kelas tiga khususnya murid laki-laki. Beberapa kali guru kelas juga menemukan muridnya saling mengejek dengan kata-kata tidak sopan hanya karena berebut meminjam penggaris atau penghapus saat pelajaran menggambar. Guru kelas sering mengeluhkan reaksi murid-muridnya bila ditegur dan diberi bimbingan saat pelajaran berlangsung. Beberapa kali murid membantah perkataan guru dan langsung menolak bila diberi tugas atau hukuman. Beberapa murid ada yang senang mengganggu, mengejek teman sekelasnya hingga marah atau menangis, ada murid yang mudah sekali tersinggung dengan perkataan temannya, sehingga sangat sering terjadi antar murid bertengkar, saling mengejek satu sama lain karena tidak ingin kalah dari temannya.

Menurut Jarareh, dkk., (2016) melalui penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa dari 60 siswa prasekolah yang terdiri dari 30 subjek kelompok eksperimen dan 30 subjek kelompok kontrol diketahui bahwa terapi bermain berkelompok untuk anak prasekolah dapat meningkatkan kreativitas dan mengurangi agresi pada anak-anak prasekolah.

Berdasarkan penjelasan yang telah disebutkan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif *verbal* adalah tindakan agresif yang bertujuan untuk menyakit, mengganggu, atau membahaya orang lain dalam bentuk *verbal*. Beberapa aspek perilaku

agresif *verbal* seperti mengucapkan kata-kata yang menghina atau mengejek, mengumpat dengan kata-kata kasar, melecehkan, mengintimidasi, membentak orang yang lebih tua, atau memberi perintah sewenang-wenangnya kepada orang lain. Oleh karena itu peneliti menarik minat untuk meneliti penerapan *group art therapy* dengan tujuan dapat menurunkan kecenderungan perilaku agresif *verbal* pada anak sekolah dasar X. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Wallin dan Duur (dalam Mukhtar, et al., 2006) diketahui bahwa *art therapy* dapat meningkatkan kemampuan belajar sosial dan emosional pada anak dan dapat mengurangi kecenderungan *agresif* pada anak.

Salah satu komponen afektif dalam melakukan *group art therapy* dipandang sebagai penerapan yang tepat untuk membantu mengurangi kecenderungan agresif pada anak sehingga anak-anak yang mengalami agresif dapat menampilkan perilaku yang lebih positif dalam kehidupan sehari-hari.

Metode

Desain Penelitian

Penelitian menggunakan *Quasi Experimental Design* untuk mengetahui dampak intervensi *group art therapy* yang diberikan kepada enam partisipan tanpa adanya kelompok kontrol. *One gorup pretest-posttest*

merupakan desain penelitian yang terdiri dari kelompok eksperimental tanpa kelompok kontrol (Hastjarjo, 2019).

Partisipan

Partisipan penelitian berjumlah 6 siswa Sekolah Dasar X dengan jenis kelamin laki-laki, yang memiliki keluhan perilaku agresif *verbal*. Teknik *sampling* yang digunakan adalah dengan *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan teknik penentuan sampel dengan cara menentukan karakteristik dari sampel penelitian (Azwar, 2014).

Instrumen

Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah melalui lembar wawancara, lembar observasi dan *informed consent* dan skala VAS (*verbal aggressiveness scale*) yang diberikan kepada keenam subjek di sekolah dasar X sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Dalam penelitian ini juga digunakan peralatan *art therapy* yang terdiri dari kertas A3, pensil warna, *crayon*, pensil, play doh, papan berukuran A3, cat air, dan kuas. Pengukuran agresif *verbal* dilakukan di sesi awal (*pre-test*) dan sesi akhir (*post-test*), menggunakan skala VAS (*verbal aggressiveness scale*) disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Infante dan Wigley (Worthington & Bodia, 2017). Skala yang digunakan dalam penelitian ini memiliki 20 item. Alternatif jawaban dalam skala ini menggunakan 4 pilihan pernyataan. Berdasarkan hasil uji validitas dan reliabilitas

skala *Pre-test VAS (verbal aggressiveness scale)* menggunakan korelasi item total dengan koefisien reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar ($p>0.05$) adalah 0,259 dapat disimpulkan bahwa 20 item pertanyaan angket adalah reliabel atau konsisten. Sedangkan, hasil uji validitas dan reliabilitas skala *Post-test VAS (verbal aggressiveness scale)* menggunakan korelasi item total dengan koefisien reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar ($p>0.05$) adalah 0,170 dapat disimpulkan bahwa 20 item pertanyaan adalah reliabel atau konsisten.

Teknik Analisa Data

Teknik analisa data dalam penelitian ini adalah dengan analisis statistik untuk menguji validitas dan reliabilitas dari alat ukur penelitian yang digunakan. Analisa data ini menggunakan aplikasi IBM SPSS 22.0 *version* (versi SPSS ke 22). Dalam pengujian untuk melihat bagaimana penerapan metode *group art therapy* untuk menurunkan kedenderungan perilaku agresif *verbal* pada anak sekolah dasar.

Hasil Penelitian

Pada sesi *pre-test*, dilaksanakan di ruang kelas. Peneliti menyampaikan kepada subjek bahwa akan belajar dan bermain bersama dengan peneliti selama dua minggu kedepan, peneliti berharap subjek selalu masuk sekolah. Peneliti membagikan lembar VAS (*verbal aggressiveness scale*) kepada 6 subjek, kemudian peneliti menjelaskan bagaimana cara mengerjakannya. Setiap pertanyaan wajib terisi

seluruhnya dan tidak boleh ada yang dilewatkan.

Pada sesi 1 *Warm-Up*, intervensi dilaksanakan di ruang kelas 6, yang telah disediakan oleh pihak sekolah. Intervensi berjalan selama dua jam, diawali dengan peneliti memperkenalkan diri yang kemudian dilanjutkan oleh perkenalan diri para subjek. Selanjutnya peneliti menjelaskan mengenai peraturan yang harus disepakati bersama dan agenda kegiatan yang akan dilakukan bersama pada sesi satu. Peneliti meminta subjek untuk menyampaikan harapan-harapan yang diinginkan dari kegiatan ini, setelah semua subjek menyampaikan harapan, peneliti membagikan kertas gambar berukuran A4 kepada semua subjek untuk menggambar bebas. Subjek A sering bertanya sebelum akhirnya menggambar. R tidak langsung menggambar, hanya berdiam dan mengamati teman-temannya. S dan D terlibat berebut pensil, S nampak kesal dan cemberut sehingga harus diingatkan oleh peneliti jika pensil masih ada yang lain. W dan M banyak berdiskusi selama menggambar, muncul saling ejek dan kata-kata kasar dari hasil gambar yang mereka buat. Setelah selesai menggambar peneliti subjek untuk memberi warna dengan pensil warna yang telah peneliti sediakan. Para subjek berebut pensil warna, subjek S berebut kembali dengan D dan muncul kata mengumpat dan marah kepada teman karena sama-sama ingin warna merah. Teman-teman yang lain menertawakan sehingga membuat suasana

ruangan cukup ramai. Peneliti mengingatkan jika masih banyak warna lain yang bisa digunakan, jika warna merah masih dipakai teman bisa mewarnai bagian gambar lain dengan warna selain merah. Subjek A nampak lebih dahulu menyelesaikan gambarnya, lalu berkeliling melihat hasil teman-temannya. Dilanjut R yang menyelesaikan gambar. A mengejek hasil pekerjaan teman-teman dan tertawa keras. Peneliti meminta subjek A untuk tetap duduk menunggu teman-teman yang lain selesai. Setelah semua selesai, subjek diminta untuk bercerita satu per satu, dan semua subjek saling tunjuk dan saling memerintah agar bercerita terlebih dahulu. Ketika ada satu subjek bercerita, teman-teman yang lain cenderung saling mengobrol dan saling menunjukkan gambar. Peneliti harus berulang kali mengingatkan agar kedua subjek mau saling menghargai. Semua subjek mau mendengarkan saat salah satu subjek sedang menceritakan gambar, namun sering menertawakan dan saling ejek ketika temannya bercerita. Keenam partisipan kooperatif mengikuti kegiatan.

Pada sesi 2 *Recalling Event*, peneliti memberikan pertanyaan mengenai rasa marah dan meminta subjek untuk menuliskan hal apa saja yang membuat subjek marah.

Tabel 1. Stimulus Agresif

Nama	Pemicu Agresif	Reaksi Agresif
S	Ketika diejek teman, berebut makanan, tidak dipinjamkan barang	Mengumpat, membentak, membanting barang
D	Ketika diganggu teman,	Mengejek, berkata

	diejek, keinginan tidak terpenuhi	kasar, merebut pakasa
W	Ketika ditolak saat minta bantuan, diganggu teman	Membentak, berkata kasar
A	Ketika tidak mendapatkan yang diinginkan, diejek	Memukul, melempar, berkata kasar
R	Ketika diganggu teman, tidak dipinjamkan barang, diejek teman	Menarik baju, merebut paksa, mengumpat
M	Ketika tidak dipinjami barang yang diinginkan, diganggu oleh teman	Berkata kasar, melempar barang

Setelah itu, semua subjek diminta untuk menggambarkan rasa marah/emosi negatif tersebut secara bebas. Saat menggambar, beberapa subjek saling mengomentari satu sama lain dengan ejekan-ejekan dan saling tertawa. Seperti subjek D yang meledek dan mengejek gambar subjek S sehingga semua anggota kelompok tertawa bersama. W kesal karena A merebut alat warna miliknya, akhirnya saling bentak dan mengumpat. Peneliti terus mengingatkan peraturan yang telah disepakati bersama. Namun disini terlihat bahwa keenam subjek mau menaati peraturan yang telah disepakati bersama, dimana apabila masing-masing subjek melanggar, dengan kesadaran dirinya mereka melakukan konsekuensi yang telah ditentukan. Misalnya subjek M akan menertawakan dan menasehati untuk tidak melakukan pelanggaran lagi sehingga W dan A segera meminta maaf. Saat mengerjakan tugas, tampak R selalu mengatakan “tidak bisa menggambar” dan R hanya memperhatikan

kertas dalam waktu cukup lama sehingga harus berkali kali dimotivasi. Subjek M tampak fokus mengerjakan dengan menggambar bentuk gergaji yang dominan untuk menunjukkan ekspresi amarahnya. Sedangkan, D tampak fokus mengerjakan gambarnya dengan menambahkan tulisan umpatan yang dominan menggunakan bahasa jawa kasar. Subjek M lebih dahulu menyelesaikan gambar, kemudian dilanjutkan subjek yang lainnya. Setelah menggambar, seluruh subjek diminta untuk menceritakan gambar yang telah digambar. Subjek S menunjukkan kemarahannya dengan menggambar tiga anak laki-laki sedang membawa golok dan gergaji, menurut S tiga anak ini kalau marah seperti ini akan saling melukai. Subjek W banyak menuliskan umpatan dan ejekan kasar dalam bahasa jawa, seperti membuat gambar komik. Subjek menambahkan bahwa ada yang memegang pisau untuk menusuk orang lain. Subjek A juga menuliskan kalimat-kalimat umpatan menggunakan bahasa jawa kasar seperti bentuk dialog pada komik.

Setelah itu, seluruh partisipan diajak melakukan relaksasi dengan meminta seluruh partisipan untuk membayangkan rasa marah dan meminta mereka membuang emosi negatifnya melalui media kertas. Saat sesi ini berlangsung, tampak jika semua terlihat melihat gambar masing yang dimana gambar tersebut adalah pengalaman yang pernah mereka alami, subjek nampak sangat emosi

dan kesal saat diminta untuk membuang emosi negatifnya. Kemudian M membuang kertas ke lantai dan mengatakan kepada peneliti untuk di buang aja gambarnya, dan diikuti subjek R dan A yang mengikuti sambil tersenyum. Peneliti meminta subjek agar kembali fokus. S, D, dan W merobek kertas. W menceritakan bagaimana perasaannya dan dilanjutkan oleh yang lainnya. Pada dasarnya mereka mampu mengungkapkan perasaan marah mereka dan melampiaskannya kepada kertas tersebut, namun semua subjek kurang memiliki kosa kata yang lebih baik untuk mengungkapkan bagaimana perasaannya.

Sesi 3 *Recalling Event*, sesi ini dimulai dengan peneliti melakukan recall mengenai aktivitas dan cerita subjek pada sesi sebelumnya serta mengingatkan kembali mengenai list apa saja yang subjek jelaskan mengenai apa saja yang membuat subjek merasa sangat marah. Kemudian peneliti meminta subjek membuat gambar tentang hal positif atau sikap positif yang bisa dilakukan untuk mencegah emosi negatif pada pengalaman yang tidak menyenangkan secara bebas.

Saat kegiatan dimulai, D dan R saling melihat gambar milik satu sama lain. Subjek saling berbicara dengan nada yang cukup keras, kemudian mengejek gambar masing-masing. Setelah mengejek mereka tertawa senang. Kejadian tersebut sama dilakukannya oleh S dan M. Hal ini menunjukkan bahwa belum memiliki rasa menghargai kepada

teman, senang mengganggu dan mengejek hasil karya orang lain. Sedangkan subjek A ikut tertawa ada teman yang saling mengejek. W terlihat meminta maaf bila langsung merebut barang dari A. Hal ini menunjukkan bahwa W sudah memiliki kontrol diri dan menyadari kesalahannya. A marah dan menggerutu sambil memaafkan W. Hal ini menunjukkan jika A sudah memiliki kontrol diri untuk memaafkan kesalahan temannya. S memiliki inisiatif untuk membersihkan peralatan dan mencoba untuk memperbaiki kesalahan. S mengikuti peraturan yang diterapkan dan mulai memiliki kesadaran untuk memperbaiki kesalahan.

Sesi 4 *Emotional Expression and issues*. Pada sesi kali ini, keenam subjek diminta untuk memikirkan dan memilih tokoh yang disukai kemudian menggambarkan wajah tokoh favoritnya di selembar kertas karton kemudian mempersilahkan untuk mewarnainya dengan cat warna. Pada sesi ini D memiliki banyak ide dan sangat antusias untuk segera menggambar. D bersuara lantang selama mengerjakan, sehingga mengganggu teman - teman yang lainnya. Namun D berusaha membantu R yang kesulitan. D percaya diri memperagakan topeng yang dibuatnya. M tidak mau menggunakan topeng yang dibuatnya dan tidak ada inisiatif untuk memperbaikinya. Hal ini menunjukkan kontrol diri M masih kurang dan belum memiliki inisiatif. Subjek S awalnya memilih tokoh dalam game, games-games pertarungan

yang seru. Namun peneliti arahkan kembali untuk bisa memilih tokoh favorit yang memiliki sikap baik. Subjek W menggambar tokoh bernama Laki yang ada di kartun Captain Tsubasa. Tokoh tersebut sedang berdiri di samping lapangan menunggu giliran untuk berlatih. Subjek A menggambar tokoh Tsubasa yang sedang bertanding sepak bola di lapangan. Subjek A menjelaskan bahwa Tsubasa adalah tokoh yang keren, bisa bermain sepak bola dan memimpin timnya. Sedangkan subjek S menggambar tokoh kartun Upin dan Ipin, subjek menggambar dua orang anak laki-laki sedang bermain bersama dan subjek memberikan warna biru dan kuning pada baju tokoh, mirip dengan tokoh Upin dan Ipin.

Sesi 5 *Restitution*. Aktivitas pada hari itu adalah semua subjek harus bekerjasama membuat figur yang mereka inginkan dengan tema “taman bermain”. Pada saat sesi berlangsung, keenam subjek menunjukkan kekompakkan, mau saling berbagi dan membantu. Setelah potongan-potongan besar plastisin sudah dibagi, subjek berebut mengambil plastisin. R tampak kebingungan dan hanya sambil menggulung-gulung plastisin, M mencoba memberi ide kepada R dan membantu memberi contoh. Tampak M mulai memiliki inisiatif untuk membantu teman. Subjek W banyak melakukan remasan kepada plastisin dan berpikir untuk beberapa saat lalu membentuk plastisin dengan hati-hati dan pelan hingga kemudian ia memutuskan

untuk membuat ayunan. A membuat dengan serius gerbang taman bermain dan menara di tengah-tengah taman bermain, saat menara hampir jatuh, W mencoba membantu A memegang menara hingga dapat berdiri kembali. Saat W ingin meletakkan ayunan di papan, ayunan belum dapat terpasang dengan baik. Terlihat D dan R mencoba membantu dan memberikan arahan kepada W. Setelah subjek menyelesaikan hasil karya mereka, para subjek bergantian menceritakan satu-persatu mengenai ide yang tertuang dalam karya plastisin masing-masing. Para subjek tampak bercerita dengan antusias dan nampak bangga dengan hasil yang mereka buat. Pada sesi ini, keenam subjek dapat lebih tenang ketika teman sedang bercerita. Subjek lebih terbuka dan mau menceritakan pengalamannya. Mulai terlihat para subjek memberikan tepuk tangan bila teman selesai bercerita dan kata pujian dalam bahasa Jawa seperti “apik-apik”.

Sesi 6 *Termination*. Pada sesi ini, keenam subjek diberikan tugas untuk menggambar kondisi diri mereka sesudah mengikuti kegiatan intervensi. Subjek A menggambar tiga anak laki-laki dengan tulisan “baik” “terima kasih” di atas gambar tersebut, terlihat seperti gambar komik. Subjek S menggambar satu anak laki sedang tersenyum berdiri di depan ruang kelas dengan ditambahkan tulisan seperti gambar komik, tidak jauh berbeda dengan subjek D. Untuk subjek R dan M menggambar dua anak laki-

laki, R dan M menceritakan bahwa gambar ini sedang saling merangkul dan tersenyum. Gambar-gambar yang dibuat oleh para subjek cenderung bersifat positif, banyak emosi tersenyum atau mewarnai dengan warna-warna yang cerah. Setelah menggambar dan bercerita peneliti melakukan terminasi dan mengakhiri sesi 6.

Peneliti memberikan lembar VAS (*verbal aggressiveness scale*) kepada 6 subjek, kemudian peneliti kembali menjelaskan bagaimana cara mengerjakannya. Setiap pertanyaan wajib terisi seluruhnya dan tidak boleh ada yang dilewatkan.

Hasil analisis data *pre-test* dan *post-test* pada pelaksanaan intervensi dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
POSTEST - PRETEST	Negative Ranks	0 ^a	,00	,00
	Positive Ranks	6 ^b	3,50	21,00
	Ties	0 ^c		
	Total	6		

Penelitian ini menggunakan analisis uji *non parametrik Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan antara skor *pre-test* dan *post-test*. Hasil analisis statistik yang diperoleh nilai $Z = -2.207$ dan $p = 0.027$ ($p < 0.05$) yang menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara perilaku agresif *verbal* sebelum dan sesudah intervensi *group art therapy* pada siswa sekolah dasar sehingga dapat dikatakan

Test Statistics ^a	
	POSTEST - PRETEST
Z	-2,207 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,027

bahwa intervensi berjalan dengan baik dan setiap subjek terlihat mampu mengontrol diri dalam menurunkan kecenderungan perilaku agresif *verbal*.

Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Berdasarkan hasil intervensi *group art therapy* yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan bahwa terapi ini dapat menurunkan kecenderungan agresi pada keenam subjek, walaupun belum menyeluruh. Penurunan kecenderungan agresi dapat terlihat dari perbandingan hasil skor *pre-test* dan *post-test*. Keenam subjek menunjukkan penurunan kecenderungan agresi. Selain itu, intervensi *group art therapy* diketahui memberikan manfaat ke arah yang lebih positif. Berdasarkan hasil di atas, dapat disimpulkan bahwa kegiatan intervensi kelompok ini mengarahkan keenam subjek merasa lebih dapat melakukan kontrol diri, lebih mengusahakan kontak sosial secara positif dan mengurangi kecenderungan agresi *verbal*. Pada hasil intervensi kelompok terdapat penurunan perilaku agresif *verbal* yang lebih baik seperti W,S dan A yang sudah memiliki kontrol diri, menyadari kesalahannya dan mulai memiliki kesadaran

untuk memperbaiki kesalahan. Subjek M, R dan D yang mulai memiliki inisiatif untuk membantu, memberi arahan dengan kata sopan. Seluruh subjek mulai terlihat pada sesi ke enam, memberi pujian kepada teman. Selain itu, para subjek juga mendapatkan manfaat dari saling membantu dan kerjasama sehingga mampu membangun emosi positif diantara subjek yang mengarah ke positif. Keenam subjek lebih mudah diarahkan, kooperatif mengikuti sesi, saling menghargai dan toleran terhadap satu sama lain.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa manfaat yang diperoleh dari kegiatan intervensi kelompok ini adalah penurunan perilaku agresif *verbal* terhadap keenam subjek serta adanya keinginan untuk saling menaati peraturan, mampu bersosialisasi, dan kerjasama dalam kelompok.

Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, untuk peneliti selanjutnya direkomendasikan untuk melakukan intervensi di tempat tersendiri, bukan di ruang kelas supaya suasana lebih kondusif dan subjek dapat memperoleh kesempatan lebih banyak untuk melalui proses intervensi, sehingga hasil yang diperoleh dapat lebih signifikan. Dukungan ruangan yang kondusif adalah ruangan yang tidak banyak barang, suasana tenang subjek mampu bergerak bebas melakukan aktivitas. Selain itu, peneliti meminta

bantuan orang tua agar siswa dapat lebih mudah untuk dikumpulkan dan sesi dimulai tepat waktu serta subjek mampu untuk konsentrasi penuh dalam aktivitas terapi kelompok.

Referensi

- Alavinejad, R., Mousavi, M., Sohrabi, N. (2014). Effects Of *Art therapy* And Self-Esteem In Aggressive Children. *Journal Procedia – Social And Behavioral Sciences*. 113; 111-117
- Baron, R.A & Byrne, D. (1994). *Social Psychology: Understanding Human Interaction*. Boston: Allyn & Bacon.
- Camodeca, M & Goossens, F.A. (2005). Aggression, Social Cognitions, Anger And Sadness In Bullies And Victims. *Journal Of Child Psychology And Psychiatry* 46:2 (2005), Pp 186–197.
- Djiwandono, S. (2005). *Konseling Dan Terapi Dengan Anak Dan Orang Tua*. Jakarta: PT Grasindo.
- Hanan, Fidia., Basaria, Debora., Yanuar, Santy. (2018). Penerapan *Group art therapy* Bagi Anak-Anak Masa Pertengahan Yang Memiliki Kecenderungan Agresi *Verbal*. *Jurnal Muara Sosial, Humaniora Dan Seni*. 2, 1; 97-107
- Infante, D. A., & Wigley III, C. J. 1986. *Verbal Aggressiveness: An Interpersonal Model And Measure*.

- Journal International
Communication Monographs, 1986,
53 (1), 661-69.
- Jarareh, J., Aref, M., Maghsoud, N. (2016).
The Impact of Group Play Therapy
on Creativity and Control of
Aggression in Preschool Children.
Journal Cogent Psychology, 3(1), 1-
9.
- Kartono, K. (2007). Perkembangan
Psikologi Anak. Jakarta: Erlangga.
- Malchiodi, C. (2003). *Handbook Of Art
therapy*. London: Guilford Press.
- Putri, N & Cahyanti, I. (2021). Terapi
Bermain Untuk Menurunkan
Perilaku Agresi Pada Anak-Anak Di
Pesantren X, Surabaya. Jurnal
Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan
Kesehatan (J-P3K) 2021, Vol. 2 (No.
3) : 259-267.
- Sears, David O., Freedman, Jonathan L., &
Peplau, L. A. (1994). Psikologi
Sosial Jilid 2. Alih Bahasa: Michael
Adryanto. Jakarta: Erlangga.
- Stevani, Debora, D., Florencia, I. (2018).
Penerapan Assertive Behavior
Therapy Untuk Menurunkan Perilaku
Agresi *Verbal* Pada Anak Di
Lembaga X. Jurnal Muara Ilmu
Sosial, Humaniora, Dan Seni, 2(1).