

Terapi Seni bagi Anak Autis (Studi Kasus: Skill Center Yayasan Percik Insani, Bandung)

Shirly Nathania Suhanjyo¹, Stella Sondang²

Universitas Kristen Maranatha

¹shirlynathania@gmail.com

²stellasondang@gmail.com

Abstract

Special needs children are children who need special treatment due to disorder on physical and psychological growth functions. One example of this disorder is autism. Autism is a disorder that includes cognitive, emotional, behavioral and social areas. In fact, children with autism have potential that is often overlooked. Art can help deal with this problem by applying various techniques of art therapy such as cutting, sticking and painting with a variety of media materials, textures, colors and shapes. Autistic children will get a pleasant and calming experience and other positive benefits. The creativity program for autistic children under the Percik Insani Foundation is in the form of art training that focuses on exploration and expression of every autistic child in the hope of improving fine motor function, creativity, self-potential and self-confidence that can help children to grow better and live more independently.

Keywords: *Art therapy, autistic children, creativity, exploration, expression*

I. PENDAHULUAN

Saat ini, kesadaran masyarakat terhadap permasalahan anak berkebutuhan khusus (ABK) semakin meningkat. Dahulu semua sindrom ABK cenderung digeneralisasikan dan solusi pembelajaran yang disediakan hanya melalui SLB (Sekolah Luar Biasa).

Namun kenyataannya, kondisi permasalahan dari berbagai sindrom ABK yang ditemukan makin bervariasi dan kompleks. Kondisi ini menuntut pengembangan ilmu pengetahuan dan penanganan yang lebih mendalam. Seni merupakan salah satu dari sekian banyak terapi yang dapat dilakukan pada ABK; dengan melakukan kegiatan seni diharapkan ABK mendapatkan manfaat yang positif.

A. Autisme

Autisme sendiri merupakan gangguan yang meliputi area kognitif, emosi, perilaku, sosial, termasuk juga

ketidakmampuan untuk berinteraksi dengan orang-orang di sekelilingnya. Anak yang autis akan tumbuh dan berkembang dengan cara yang berbeda di bandingkan dengan anak-anak normal lainnya. Hal tersebut disebabkan oleh terjadinya penurunan kemampuan kognisi secara bertahap (Desiningrum, 2016:27)

Menurut Chaplin (Desiningrum, 2016:28), autis berasal dari kata *autos* yang artinya segala sesuatu yang mengarah pada diri sendiri. Autisme didefinisikan sebagai cara berpikir yang dikendalikan oleh kebutuhan personal atau oleh diri sendiri; menanggapi dunia berdasarkan penglihatan, harapan sendiri dan menolak realitas; serta keasyikan ekstrim dengan pikiran dan fantasi sendiri. Perilaku autisme digolongkan menjadi dua jenis, yaitu perilaku yang *eksesif* (berlebihan) dan perilaku yang *defisit* (berkekurangan). Yang termasuk *eksesif* adalah hiperaktif dan tantrum; sedangkan perilaku yang *defisit* ditandai dengan gangguan bicara,

perilaku sosial kurang sesuai, defisit sensori, dan emosi yang tidak tepat.

Autisme dimulai pada awal masa kanak-kanak dan dapat diketahui pada minggu pertama kehidupan. Terdapat tiga gejala utama *autistic spectrum disorder* (ASD) yaitu gangguan dalam interaksi, komunikasi dan perilaku. ASD juga memiliki karakteristik seperti gangguan dalam kognisi, persepsi sensori, motorik, *mood*, tingkah laku agresif dan berbahaya, serta gangguan tidur dan makan (Hallahan & Kauffman dalam Mangunsong, 171). Selain itu anak-anak ASD sering mengalami gangguan keterampilan pada motorik halus dan semakin tertunda dengan seingnya bertambah usia. Gangguan motorik tersebut tidak bersifat permanen, kemampuan motorik halus dapat dikembangkan dengan cara melatih kekuatan otot-otot halus dengan secara rutin (Suntrock, 2011).

B. Terapi Seni

Terapi adalah salah satu kegiatan yang dapat membantu penyembuhan dengan tenang dan tanpa tekanan, sehingga orang dapat melakukan kegiatannya dengan cara dan waktu mereka masing-masing; mereka akan merasa nyaman bahkan dapat mengekspresikan suasana hatinya dengan leluasa, atau bahkan memperlihatkan ekspresi takut dan kecemasan yang dialaminya (Bleach, 2001:65). Contohnya, dengan terapi seni, anak autis dapat mengeksplorasi tekstur dan perabaan dari material yang digunakan. Material dapat membantu mereka bereksperimen dan merasakan ketenangan. Tidak ada yang salah atau benar dalam terapi ini, segala sesuatunya adalah tentang keberhasilan. Terapi ini dapat mendorong anak autis untuk berekspresi dengan bebas sehingga mampu mengembangkan kepercayaan diri. Hal inilah yang akan membuat anak menjadi nyaman dan tenang. Dan selanjutnya, anak autis dapat menceritakan dengan terapis melalui karya seninya; mereka dapat berdiskusi tentang apa yang terjadi pada

karyanya, dan kemudian terapis dapat mencari tahu apa maksud pengertian yang sebenarnya, terkait dengan kenyataan yang dirasakan oleh anak tersebut (Bleach, 2001:67).

Dalam pelaksanaan terapi seni ini terdapat pembuatan beberapa karya seni tiga dimensi dari berbagai bahan dan bentuk yang dapat meningkatkan motorik halus anak-anak autis, yaitu melalui penerapan teknik menggunting, menyusun, menggambar/melukis, mewarnai, dan lainnya.

C. Skill Center (Percik Insani)

Salah satu yayasan yang menaungi ABK autisme di kota Bandung adalah Yayasan Percik Insani yang merupakan yayasan non-profit dalam penyelenggaraan kebutuhan pendidikan non-formal untuk ABK autisme. Yayasan Percik Insani, saat ini aktif bergerak sebagai komunitas penyelenggara *home schooling* untuk anak autisme, namun belum memiliki tenaga pengajar dalam bidang seni rupa dan desain. Selain itu, Yayasan Percik Insani memiliki tujuan agar kelak anak didik mereka memiliki kecakapan khusus, disamping kecakapan akademik sebagai hasil belajar. Sehingga dalam hal ini, tim pengabdian mendapatkan kesempatan untuk memberi arahan materi pada Skill Center Yayasan Percik Insani yang menyediakan kegiatan pembelajaran seni rupa dan desain sebagai materi tambahan (ekstra kurikuler) dalam program *home-schooling*.

Adapun kegiatan pengabdian ini merupakan lanjutan dari pengabdian sebelumnya yang berupa proses pengenalan dalam pembuatan karya seni. Karena dirasakan bermanfaat, maka pada tahap ini dilanjutkan dengan pembuatan karya yang lebih variatif. Pada pengabdian lanjutan yang dilaksanakan bersama Yayasan Percik Insani ini, diharapkan dapat mengarahkan anak autis tersebut untuk mengenal dan membuat benda seni yang berbentuk secara 3 dimensi dengan penggunaan berbagai material dan

pengaplikasiannya, serta karya seni yang dibuat memiliki nilai fungsi dan diharapkan memiliki nilai jual, sehingga tujuan daripada Yayasan Percik Insani dapat tercapai.

Kegiatan ini memiliki manfaat dalam membantu meningkatkan kemampuan motorik halus, mengurangi tingkat ketegangan atau stress, meningkatkan percaya diri dan potensi diri. Selain itu, terapi seni ini juga dapat memberikan pengetahuan dan pengalaman terkait aplikasi material, bentuk, warna, tekstur dan kontur untuk mempertajam indera visual dan peraba melalui pembuatan karya tiga dimensi, sehingga dapat membantu dalam proses perkembangan anak berkebutuhan khusus; dan materinya dapat dijadikan sebagai bahan acuan kurikulum untuk pihak Percik Insani.

II. METODE PENELITIAN

Secara keseluruhan, kegiatan ini berlangsung selama 10 (sepuluh) kali pertemuan, dilaksanakan seminggu sekali dengan waktu rata-rata 2 jam tiap pertemuannya. Dalam pelaksanaannya, tim pelaksana adalah 4 orang pengabdian (2 dosen dan 2 mahasiswa). Peserta adalah anak autis usia remaja yang didampingi oleh orangtua dan juga dibantu oleh beberapa terapis dari Yayasan Percik Insani.

Anak autis memiliki kesulitan dalam berkomunikasi, interaksi sosial dan juga terkait imajinasi (Bleach, 2001:13). Oleh karena itu, perlu adanya bantuan dan dukungan untuk anak autis, sehingga mereka dapat belajar dengan cara dan waktu mereka sendiri. Pendampingan dari terapis dan/ atau orangtua juga dibutuhkan sehingga anak akan merasa lebih nyaman dalam proses pembuatan karyanya, dan karena anak autis masih memerlukan bantuan pengarahan atau pembuatan contoh secara bertahap dan berkelanjutan.

Kegiatan ini dilaksanakan dengan tahapan-tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan:
 - a. Identifikasi atau pengenalan pada anak-anak ABK autisme
 - b. Identifikasi kebutuhan materi yang akan dilaksanakan dan *sharing* kepada Percik Insani
2. Tahap Pelaksanaan
 - a. Anak ABK diberikan tugas/ aktivitas yang dibagi menjadi 5 tahap/ tugas dari yang sederhana sampai yang cukup kompleks, yaitu:
 - Membuat kubus dan tekstur
 - Membuat kontur 3 dimensi
 - Lukis plastik dengan cat akrilik
 - Kreasi koran
 - Kreasi koran lanjutan
 - c. Tahap Evaluasi: Evaluasi dilakukan per tiap 2 (dua) pertemuan (setelah tiap karya selesai), untuk mengevaluasi proses dan hasil karya yang telah selesai dibuat oleh ABK autisme kepada pihak Percik Insani.

III. HASIL PENELITIAN

Menurut Hamilton (2000:212-219), anak autis memiliki berbagai gejala gangguan sensorik, contohnya terkait taktil, pendengaran, visual, indera perasa, penciuman, *Vestibular* (gerakan dan gravitasi), dan *Proprioceptive* (kesadaran pada sendi, otot, dan tubuh). Dalam hal ini dapat dilihat salah satunya pada peserta, misalnya terkait sensorik pendengaran, sehingga anak mudah bereaksi terhadap kebisingan dari suara di sekitarnya, dan pada saat pembuatan karya, anak menjadi sering menutup telinganya, serta membuat suara sendiri dengan bernyanyi. Hal ini dapat mengurangi kemampuan dan kecepatan dalam membuat karya. Namun, dengan terapi seni ini pada akhirnya anak autis mampu menyesuaikan diri dan

bertahan lebih lama karena menikmati proses pembuatannya.

Membuat karya seni dapat mengurangi ketegangan dan kecemasan oleh semua usia (Rubin, 2005: 22). Dalam aktivitasnya yakni proses pembuatan karya seni, yang terbaik adalah membiarkan mereka melakukan apa yang nyaman untuk dilakukan, dan memperbolehkan apabila terjadi modifikasi. Proses pembuatan karya seni merupakan hal yang terpenting dalam terapi seni (Evans, 2001:100). Dan yang perlu diterapkan juga adalah memberi pujian saat karya diproses dan selesai dibuat, namun tidak mengatakan apapun apabila anak tidak mau mengerjakan, sehingga anak akan memahami bahwa pujian akan didapatkan apabila ia mau membuat dan menyelesaikannya.

Menurut Siegel, mendidik individu ASD tidaklah mudah, mereka belajar secara berbeda, tiap individu harus diajari dengan gaya yang khusus, dan bila dilakukan intervensi dini diharapkan dapat mengajar lebih mudah karena sudah lebih tertata, tidak terlalu tantrum atau berperilaku negatif lainnya (Mangunsong, 183).

Terapis harus dapat mendampingi dengan kesabaran, memahami perilaku dan kebutuhan anak autis, serta mengenali masing-masing pribadi anak autis, mengenali kemampuan dan keterbatasannya, supaya aktivitas terapi seni dapat berjalan dengan menyenangkan dan nyaman sehingga anak autis akan mampu menemukan peran dirinya dalam kegiatan ini sesuai dengan waktu dan caranya masing-masing. Sehingga sebelum memulai terapi seni ini, pengabdian harus mengetahui individu ABK terlebih dahulu, serta berkenalan dengan mereka supaya dapat berkomunikasi lebih baik. Langkah-langkah pembuatan karya juga perlu dijelaskan ke terapis dan orangtua yang ikut mendampingi, sehingga mereka dapat turut membantu dan meneruskannya di rumah ataupun di tempat Skill Center ini.

Berikut merupakan hasil pelaksanaan dan perkembangan dari program yang telah diberikan kepada anak-anak berkebutuhan khusus dari karya 1 hingga 5:

Karya 1: Kubus dan Tekstur



Gambar 1. Proses Kubus dan Tekstur
Sumber: Dokumentasi Pribadi

Pada karya 1, peserta diajarkan membuat sebuah kubus berukuran 25x25x25cm menggunakan kertas karton; dengan bantuan dari pengabdian dan juga para terapis masing-masing. Kendala yang dihadapi dalam proses pembuatan dan hasil karya adalah:

1. Peserta tidak dapat mengukur sendiri untuk membuat kotak, sehingga masih dibantu secara total untuk penggambaran dasarnya.
2. Peserta masih memiliki kendala untuk menggaris dengan rapih sesuai petunjuk; dan didapatkan bahwa menggaris yang termudah adalah dari sisi di mana peserta dapat melihat dengan jelas ujung pensilnya.
3. Peserta cukup kesulitan dengan menekuk dan menempel "lidah" kertas untuk menghubungkan dan membentuk kotak tersebut, sehingga beberapa hasilnya kurang rapih dan kurang tepat.

Dapat disimpulkan bahwa anak autis kesulitan dalam membuat kotak (dalam 1 pertemuan, peserta hanya membuat 1 buah

kubus yang memakan waktu cukup lama), sehingga untuk selanjutnya menggunakan kotak bekas yang ada (contoh: kotak sepatu, kotak *tissue*, dll); sehingga dapat lebih mudah diaplikasikan dan juga dapat memanfaatkan dari barang bekas.

Setelah kubus tersebut selesai dibuat, peserta menggunting tempel kertas tekstur yang telah dibuat di rumah (Keterangan: kertas tekstur telah diajarkan di pelatihan sebelumnya). Pada tahap ini, peserta menikmati prosesnya, dan hasilnya terlihat baik.

Yang perlu diperhatikan pada tahap ini:

1. Dalam menggunting, beberapa masih kesulitan dalam membuat pola, dan menggunting sesuai pola-nya; membuat pola bulat dirasa paling sulit (pola bulat, digunting menjadi segitiga atau bentuk acak).

Menurut Tipple (2011:57), anak autis cenderung mengulangi pola geometris sederhana yang sama seperti kotak dan juga cenderung menirukan terapinya.

2. Menempel pada bagian pinggir masih kurang rapih, dan menempel pada 2 sisi yang membutuhkan teknik tekuk juga cukup sulit karena media kertas tekstur yang cukup tebal.



Gambar 2. Eksplorasi Karya Kubus dan Tekstur
Sumber: Dokumentasi Pribadi

Karya 2: Kontur 3 Dimensi



Gambar 3. Proses Pembuatan Kontur 3 Dimensi
Sumber: Dokumentasi Pribadi

Pada tugas pelatihan ke-2, peserta membuat pola dengan tusuk gigi yang dicat terlebih dahulu (warna disesuaikan, dapat dibuat gradasi untuk kejelasan pola) dan ditusuk pada styrofoam yang telah dipotong berukuran 20x20 cm; dan styrofoam dicat dasar terlebih dahulu, serta diberi garis atau titik panduan untuk memudahkan peserta dalam melihat pola ataupun bagian yang harus diisi/ditusuk).

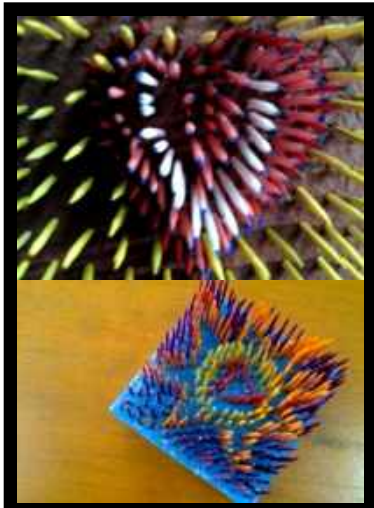
Pada proses pembuatan, pengecatan diawal cukup lambat dan tidak rapih, serta tusukan kurang tepat (miring, jarak kurang tepat, dsb.). Hal ini disebabkan karena terlalu tergesa-gesa dalam pengerjaannya, tusukan dilakukan dengan acak tanpa melihat alur/ tanda; ataupun karena kurangnya konsentrasi.



Gambar 4. Karya Kontur 3 Dimensi
Sumber: Dokumentasi Pribadi

Pada pertemuan berikutnya, hasilnya menjadi lebih baik (cukup rapih dan cepat) karena telah latihan di rumah/ di tempat terapi ini. Pelatihan ini dirasa

sangat baik, di mana peserta merasa senang, menikmati waktunya dan lebih berkonsentrasi; serta proses tusukan yang membutuhkan tekanan dan konsentrasi ini dirasa baik untuk kebutuhan taktil-nya.



Gambar 5. Eksplorasi Karya Kontur 3 Dimensi
Sumber: Dokumentasi Pribadi

Hal yang perlu diperhatikan pada tahap ini:

1. Penentuan pola dan warna (butuh kejelasan pola dan warna yang kontras).
2. Salah satu ujung tusuk gigi sebaiknya rata (tidak lancip) agar memudahkan saat menekan.
3. Tusuk gigi berdiri tegak/ tidak miring.



Gambar 6. Hasil Karya Kontur 3 Dimensi
Sumber: Dokumentasi Pribadi

Karya 3: Lukis Plastik dengan Cat Acrylic

Pada tahap pelatihan ke-3, peserta membawa botol/ tempat bekas berbahan plastik (dengan pertimbangan keamanan)

ataupun bahan kaca; kemudian peserta bereksplorasi dengan cat acrylic berwarna primer dan hitam, putih; kemudian dicampurkan untuk menghasilkan warna lainnya.



Gambar 7. Karya Lukis Acrylic pada botol kaca
Sumber: Dokumentasi Pribadi

Apabila sudah cukup mengering, dapat ditambahkan warna emas atau lainnya serta cat timbul untuk aksennya. Cat acrylic digunakan karena cat ini dapat kering dengan cepat dan sesuai dengan medianya yang transparan dan licin.

Hal yang perlu diperhatikan:

1. Kreasi pola dan warna yang disesuaikan dengan media tempatnya, atau bersifat abstrak secara keseluruhan.
2. Peserta dapat bereksplorasi dengan bebas; ataupun dibantu/diajarkan menggunakan teknik-teknik kuas, warna dan gambar yang mudah diaplikasikan.



Gambar 8. Karya Lukis Acrylic pada botol plastik
Sumber: Dokumentasi Pribadi

Karya 4 dan 5: Kreasi Kertas Koran dan Kawat

Berikut merupakan proses dan hasil karya 4 dan 5 (menggunakan koran, kawat dengan *finishing cat*):



Gambar 9. Proses Kreasi Kertas Koran
Sumber: Dokumentasi Pribadi

Pada tahap pelatihan ini, anak-anak mengalami kesulitan dalam membuat lilitan kawat koran, karena membutuhkan waktu yang cukup lama dan membosankan. Sehingga diperlukan alternatif lainnya yaitu membuatnya tanpa menggunakan kawat (fungsi kawat disini adalah untuk memudahkan membuat beraneka bentuk, dan menjadi lebih kokoh). Dan sebagai catatan, peserta disini sudah pernah membuat karya serupa dan sudah bisa menganyam; untuk pelatihan disini lebih ke eksplorasi lanjutan.

Yang perlu diperhatikan:

1. Pada lilitan kawat koran, ketebalan kertas perlu diperhatikan, apabila terlalu tipis akan mudah robek dan sulit dibentuk.
2. Bentuk anyaman disesuaikan dengan fungsinya, atau membuat bentuk bebas lainnya.
3. Eksplorasi dengan media lainnya (dapat dihubungkan dengan media ataupun teknik karya sebelumnya).



Gambar 10. Karya Kreasi Kertas Koran
Sumber: Dokumentasi Pribadi



Gambar 11. Eksplorasi Kreasi Kertas Koran
Sumber: Dokumentasi Pribadi

IV. KESIMPULAN

Simpulan dari keseluruhan kegiatan terapi seni pada Skill Center ini dapat dilihat dari setiap karya-karya yang sudah dihasilkan, bahwa setiap anak memiliki ekspresi yang berbeda-beda, dan dalam pelaksanaannya banyak manfaat yang diperoleh. Kegiatan kreatif ini juga mampu membantu anak-anak autisme mengurangi ketegangan sehari-hari karena seni merupakan sesuatu yang menyenangkan dan membantu meningkatkan daya sensitivitas indera.

Berdasarkan proses pembuatannya, pengabdian mendapatkan beberapa hal yang positif dari kegiatan ini, yaitu anak autisme mengalami kemajuan dalam berekspresi, mengikuti alur dan terlihat semakin menyukai kegiatan seni ini. Hal ini didapati melalui lamanya waktu pengerjaan, pada awalnya anak-anak hanya dapat berdiam diri untuk mengerjakan sekitar 20-30 menit dengan pengawasan oleh pengabdian, terapis ataupun orangtua. Kemudian perlahan waktu meningkat lebih lama, hingga pada pembuatan karya terakhir, mereka bahkan terlihat menikmati pembuatan karyanya hingga hampir 3 (tiga) jam, bahkan pengerjaannya dilakukan secara lebih mandiri. Kegiatan ini efektif dalam meningkatkan fokus, mengurangi tantrum, dan membuat anak menjadi lebih dapat berkomunikasi dan mengambil keputusan dengan cara yang nyaman dan menyenangkan.

Disamping manfaat bagi anak-anak autis, kegiatan ini pula bermanfaat bagi tim pelaksana karena merupakan pengalaman yang menarik dan menyenangkan untuk dapat melatih langsung anak-anak berkebutuhan khusus yang memiliki karakter yang berbeda-beda.. Hasil dari karya anak-anak ini cukup baik dan mereka selalu melanjutkan tugas secara mandiri diluar jam pelatihan Bersama orangtua dan terapisnya. Dari pihak Yayasan Percik Insani juga merespon dengan sangat positif untuk pelatihan ini karena sejalan dengan tujuan, dan dapat dilanjutkan sebagai metode terapi seni bagi anak berkebutuhan khusus lainnya (selain yang mengikuti pelatihan ini).

UCAPAN TERIMA KASIH

Melalui terlaksananya pelatihan (terapi seni) bagi anak autis ini, kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Fakultas Seni Rupa dan Desain, Universitas Kristen Maranatha yang telah memberikan kesempatan kepada dosen dan mahasiswa untuk terlibat dalam mengembangkan keilmuan di masyarakat.
2. Yayasan Percik Insani, Bandung, yang telah menyediakan tempat dan waktu untuk bekerjasama, serta telah membagikan berbagai pengetahuan dan pengalaman dalam menangani anak autis.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Bleach, Fiona, *Everybody is Different*, London: The National Autistic Society, 2001.
- [2] Desiningrum, Dini Ratri, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*, Yogyakarta: Psikosain, 2016.
- [3] Evans, Kathy and Janek Dubowski, *Art Therapy with Children on the Austistic Spectrum*, London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 2001.
- [4] Hamilton, Lynn M., *Facing Autism*, Colorado: Waterbrook Press, 2000.
- [5] Mangunsong, Frieda, *Psikologi dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*, Universitas Indonesia: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LSP3), 2014.
- [6] Rubin, Judith Aron, *Artful Therapy*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc., 2005.
- [7] Santrock, John W., *Perkembangan Anak*, Jakarta: Erlangga, 2011.
- [8] Tipple, Robin A., *Looking for a Subject, Art Therapy and Assessment in Autism*, Doctoral thesis, Goldsmiths, University of London, 2011.