



PENGARUH *ART THERAPY* TERHADAP PENINGKATAN KONTROL DIRI ANAK TUNALARAS DI SKH ISTIMEWA LEMBAGA PEMBINAAN KHUSUS ANAK KELAS 1 TANGERANG

Ratu Indah Rachmayanti^{1*}, Yuni Tanjung Utami², Sistriadini Alamsyah Sidik³

^{1*,2,3} Program Studi Pendidikan Khusus, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
 Universitas Sultan Ageng Titayasa

*Email: 2287210015@untirta.ac.id, yunitanjungutami@untirta.ac.id, sistriandiniamsyah@untirta.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.37081/jipdas.v5i4.3268>

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh *Art Therapy* terhadap peningkatan kontrol diri anak tunalaras di SKH Istimewa LPKA Kelas I Tangerang. Latar belakang penelitian ini didasari oleh meningkatnya jumlah anak tunalaras yang mengalami kesulitan dalam mengelola emosi dan perilaku, serta kurangnya akses terhadap program rehabilitasi yang efektif, yang berdampak negatif pada perkembangan psikososial mereka. Metode yang digunakan adalah *True Experimental Design dengan Pretest-Posttest Control Group Design*, melibatkan 38 subjek yang dipilih secara acak. Kelompok eksperimen menerima perlakuan *Art Therapy* selama enam sesi, masing-masing berdurasi 40 menit, sedangkan kelompok kontrol tidak menerima perlakuan tersebut. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa penerapan *Art Therapy* berpengaruh signifikan terhadap kontrol diri anak tunalaras, dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Peningkatan kontrol diri terlihat pada aspek kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan, dengan kelompok eksperimen menunjukkan rata-rata skor post-test sebesar 122,21, meningkat 35,05 poin dari pre-test. Temuan ini menunjukkan bahwa *Art Therapy* tidak hanya berfungsi sebagai media ekspresi kreatif, tetapi juga sebagai metode intervensi yang efektif untuk meningkatkan kemampuan pengendalian diri anak tunalaras. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan program rehabilitasi yang lebih inklusif dan efektif bagi anak tunalaras di Indonesia.

Kata Kunci: *Art Therapy*, Kontrol Diri, Anak Tunalaras.

1. PENDAHULUAN

Pendidikan dan pengembangan diri anak tunalaras di Indonesia merupakan isu penting yang semakin mendesak untuk ditangani secara serius dan komprehensif. Anak tunalaras adalah individu yang mengalami gangguan dalam pengendalian emosi dan perilaku, sehingga memerlukan pendekatan khusus dalam pendidikan dan rehabilitasi agar dapat beradaptasi dan berfungsi secara optimal di masyarakat (Setiawan et al., 2021). Data dari Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia per 14 Oktober 2024 mencatat terdapat 10.053 narapidana perempuan di Indonesia, dengan 33 di antaranya berada di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (KemenPPPA, 2024). Meski data spesifik mengenai jumlah anak tunalaras di lembaga pemasyarakatan belum tersedia, peningkatan populasi narapidana secara keseluruhan menimbulkan urgensi dalam menangani permasalahan anak tunalaras dengan pendekatan dan program yang lebih terintegrasi.

Faktor lingkungan seperti minimnya dukungan emosional dari keluarga, buruknya interaksi sosial, serta keterbatasan tenaga profesional di institusi pendidikan dan rehabilitasi semakin memperparah keadaan (Suryani et al., 2021). Oleh karena itu, intervensi holistik dan multidisipliner dibutuhkan guna membantu anak tunalaras mengembangkan kontrol diri dan keterampilan sosial, yang pada akhirnya dapat mengurangi risiko perilaku menyimpang dan pelanggaran hukum (KemenPPPA, 2024). Anak remaja umumnya mengalami peningkatan dalam kemampuan kontrol diri dan pengambilan keputusan seiring dengan perkembangan otak mereka, meskipun mereka masih rentan terhadap perilaku impulsif dan pengaruh sosial (Laurence Steinberg : 2014). Perkembangan otak yang terus berlangsung, khususnya di area yang berkaitan dengan pengendalian impuls,



memengaruhi cara remaja merespons berbagai situasi. Meskipun mereka dapat membuat keputusan yang lebih baik dibandingkan sebelumnya, mereka masih sering dipengaruhi oleh emosi dan tekanan dari teman sebaya.

Dalam beberapa tahun terakhir, art therapy mulai diperkenalkan sebagai salah satu metode intervensi psikososial yang efektif bagi anak-anak dengan gangguan emosi dan perilaku (Wijayanti et al., 2023). Art therapy menggunakan aktivitas seni seperti menggambar, melukis, dan bermain musik sebagai media ekspresi diri, pengurangan stres, serta pengembangan keterampilan sosial dan kontrol diri (Prasetyo et al., 2022). Dengan pendekatan ini, anak tunalaras dapat mengekspresikan perasaan yang sulit diungkapkan secara verbal dalam suasana yang aman dan konstruktif.

Sekolah Kebutuhan Khusus (SKH) Istimewa LPKA Kelas I Tangerang sebagai lembaga rehabilitasi anak tunalaras memiliki peran strategis dalam mendukung program intervensi yang inovatif dan efektif. Namun, tantangan dalam meningkatkan kontrol diri anak-anak ini masih besar karena keterbatasan program yang sesuai kebutuhan spesifik mereka. Oleh sebab itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh art therapy, khususnya dalam bentuk bermain musik sebagai metode intervensi, terhadap peningkatan kontrol diri anak tunalaras di SKH Istimewa LPKA Kelas I Tangerang.

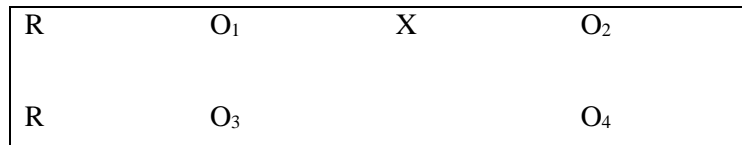
Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi signifikan tidak hanya pada pengembangan teori kontrol diri dan art therapy, melainkan juga secara praktis dapat menjadi acuan dalam pengembangan program rehabilitasi yang lebih inklusif dan efektif bagi anak tunalaras. Dengan mampu meningkatkan kontrol diri, anak tunalaras akan lebih mampu mengekspresikan emosi dengan sehat, berinteraksi secara sosial, dan reintegrasi ke masyarakat secara optimal. Oleh karena itu, pemahaman mendalam mengenai pengaruh art therapy sangat penting untuk mendukung kebijakan dan praktik pembinaan anak tunalaras di Indonesia. Menghadapi berbagai tantangan yang dialami oleh anak-anak tunalaras, penting untuk menemukan metode yang efektif dalam mendukung perkembangan. Anak-anak ini sering kali mengalami kesulitan dalam mengontrol emosi dan perilaku, yang dapat berdampak pada kualitas hidup serta interaksi sosial. Salah satu pendekatan yang menjanjikan untuk membantu adalah *Art Therapy*, yang tidak hanya memberikan ruang untuk berekspresi, tetapi juga berpotensi meningkatkan kemampuan kontrol diri. Melalui kegiatan kreatif ini, anak-anak dapat menemukan cara baru untuk memahami dan mengatasi perasaan.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif untuk menyelidiki pengaruh metode Art Therapy terhadap peningkatan kontrol diri pada anak tunalaras. Metode penelitian eksperimen dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengontrol variabel luar yang mungkin mempengaruhi hasil dari penelitian ini. Desain penelitian yang digunakan adalah True Experimental Design dengan bentuk Pretest-Posttest Control Group Design. Dalam desain ini, dua kelompok dipilih secara acak yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Peneliti akan memberikan pretest kepada kedua kelompok untuk mengetahui kondisi awal sebelum dilakukan perlakuan. Setelah itu, kelompok eksperimen akan menerima perlakuan berupa teknik Art Therapy, sementara kelompok kontrol tidak akan menerima perlakuan tersebut. Setelah intervensi dilakukan, kedua kelompok akan menjalani posttest untuk mengukur perbedaan hasil.

Penelitian ini akan mengukur variabel kontrol diri anak tunalaras sebelum dan sesudah penerapan teknik Art Therapy menggunakan pendekatan kuantitatif. Data akan dikumpulkan dengan menggunakan instrumen pengukuran yang valid dan reliabel, seperti Skala Kontrol Diri Singkat, yang dirancang untuk menilai kemampuan anak dalam mengelola emosi dan perilaku. Pengukuran dilakukan pada dua titik waktu, yaitu sebelum intervensi (pretest) dan setelah intervensi (posttest), untuk melihat apakah ada perubahan yang signifikan dalam kontrol diri anak tunalaras setelah penerapan Art Therapy.

Desain penelitian yang di gunakan yaitu desain *posttest only control design*. Pemilihan desain ini karena pada penelitian peningkatan kontrol diri setelah melakukan *art therapy* dan sebelum. Adapun pola dari *posttest only control desain* dapat di gambar sebagai berikut :



Gambar 1 Desain Penelitian Pretest- Posttest Control Group Design

Keterangan :

R : Kelompok

R : Kelompok kontrol yang tidak menerima perlakuan

X : Perlakuan / *treatment*

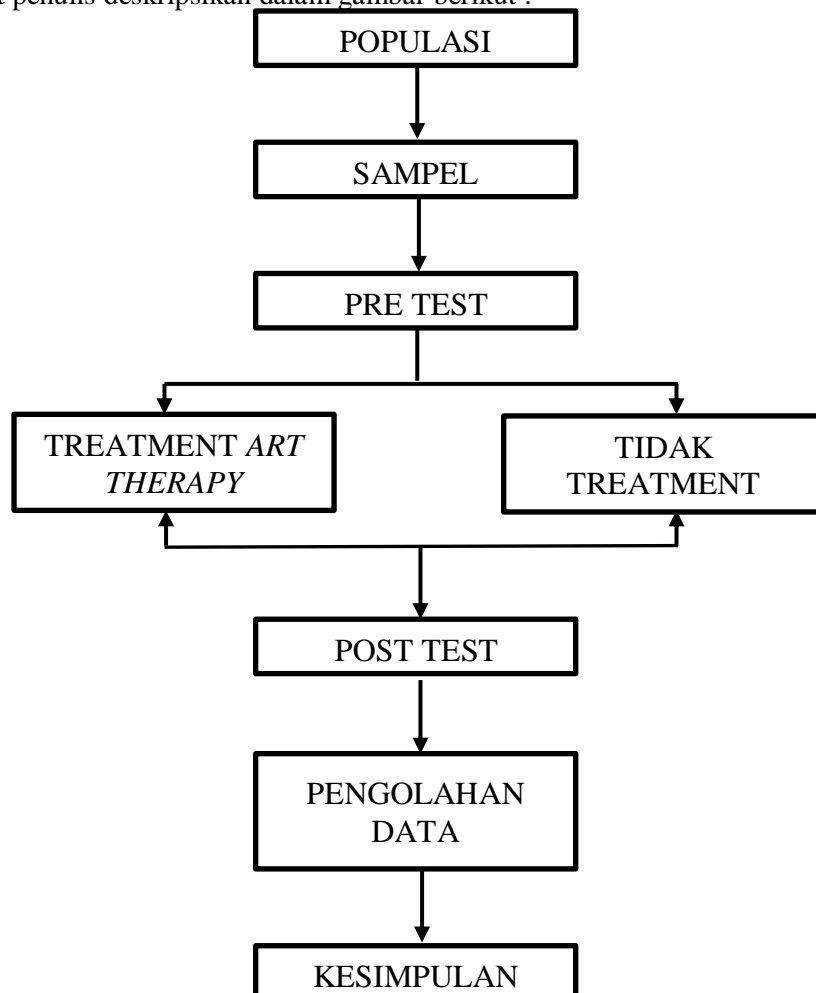
O₁ : Pretest kelompok eksperimen

O₂ : Posttest kelompok eksperimen

O₃ : Pretest kelompok kontrol

O₄ : Posttest kelompok kontrol

Berdasarkan desain penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya, penelitian ini melibatkan dua kelompok: kelompok eksperimen yang mendapatkan perlakuan *art therapy* dan kelompok kontrol yang tidak menerima perlakuan tersebut. Dari desain penelitian tersebut, maka langkah-langkah penelitian dapat penulis deskripsikan dalam gambar berikut :



Gambar 2 Desain Gambar Penelitian

Untuk bisa menetapkan indikator-indikator dari setiap variabel yang diteliti, maka diperlukan wawasan yang luas mendalam tentang variabel yang diteliti, dan teori-teori yang mendukungnya.

Tabel 3 kisi-kisi instrumen

Aspek	Sub Aspek	Indikator	Nomor Soal	Jumlah
-------	-----------	-----------	------------	--------



				soal
Kontrol Diri	Kontrol Perilaku	Mampu merespons yang tepat terhadap situasi yang tidak menyenangkan.	1, 4, 21, 24,	4
		Mampu menahan diri untuk tidak bereaksi disituasi negatif.	2, 5, 22, 25	4
		Mampu mengendalikan emosi dalam situasi yang menantang	3, 6, 23, 26	4
	Kontrol Kognitif	Mampu mengolah informasi yang sulit dengan baik.	7, 10, 27, 30	4
		Mampu memahami dan menilai situasi dari berbagai perspektif.	8, 11, 28, 31	4
		Mampu menghubungkan kejadian untuk memahami situasi secara lebih mendalam.	9, 12, 29, 32	4
	Kontrol Keputusan	Mampu konsekuensi dari keputusan yang diambil.	13, 17, 18	3
		Mampu menganalisis situasi sebelum membuat keputusan penting.	14, 16, 19	3
		Mampu mengambil keputusan yang mencerminkan nilai dan keinginan pribadi.	15, 20	2

Berikut instrumen *pre test* dan *post test* untuk kontrol diri anak untuk pelaksanaan treatment *art therapy* :

Nama :

Hari / Tanggal :

Petunjuk Pengisian : Bacalah setiap pernyataan dengan seksama dan berikan tanda centang (✓) pada kolom yang sesuai dengan pendapat Anda. Gunakan skala berikut untuk menilai pernyataan :

- 1 = Sangat Tidak Setuju
- 2 = Tidak Setuju
- 3 = Netral
- 4 = Setuju
- 5 = Sangat Setuju

Tabel 1 Instrument Penelitian

No.	PERTANYAAN	1	2	3	4	5
1	Saya mampu merespons dengan tenang dan tidak marah, ketika saya dikritik.					
2	Saya dapat menahan diri ketika mendengar berita buruk.					
3	Saya bisa mengendalikan emosi saya dan tetap fokus, ketika dalam situasi menantang.					
4	Saya merasa mampu memberikan respons yang positif saat situasi tidak berjalan sesuai harapan.					
5	Saya mampu menahan diri untuk tidak bereaksi secara emosional dalam situasi yang negatif.					
6	Saya bisa tenang dalam situasi yang sangat menegangkan.					
7	Saya dapat memahami informasi yang sulit dan menjelaskannya kepada orang lain.					
8	Saya sering mencoba melihat situasi dari berbagai perspektif sebelum mengambil keputusan.					



9	Saya mampu mempertimbangkan berbagai sudut pandang yang berbeda untuk mendapatkan pemahaman yang lebih menyeluruh tentang suatu kejadian.					
10	Saya dapat memahami dan menganalisis informasi yang rumit untuk membuat keputusan yang tepat.					
11	Saya dapat menilai situasi dengan baik berdasarkan berbagai sudut pandang.					
12	Saya sering merenungkan pengalaman masa lalu untuk memahami situasi saat ini.					
13	Saya selalu mempertimbangkan konsekuensi dari keputusan yang saya buat.					
14	Saya merasa mampu menganalisis situasi dengan baik sebelum membuat keputusan penting.					
15	Saya cenderung mengambil keputusan yang mencerminkan nilai dan keinginan pribadi saya.					
16	Saya sering membuat daftar pro dan kontra sebelum mengambil keputusan besar.					
17	Saya merasa yakin dengan keputusan yang saya ambil setelah mempertimbangkan semua informasi.					
18	Saya percaya bahwa keputusan yang baik adalah yang mempertimbangkan semua faktor yang relevan.					
19	Saya sering mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari keputusan yang saya buat.					
20	Saya merasa bahwa kemampuan saya dalam mengendalikan emosi sangat membantu dalam membuat keputusan yang baik.					
21	Saya selalu berusaha untuk tidak mengeluh ketika menghadapi kesulitan.					
22	Saya bisa menahan diri untuk tidak terlibat dalam perdebatan yang tidak produktif.					
23	Saya merasa mampu untuk tetap positif meskipun dalam situasi yang sulit.					
24	Saya berusaha untuk tidak menghakimi orang lain sebelum memahami situasi.					
25	Saya bisa menghindari reaksi berlebihan ketika menghadapi situasi yang mengecewakan.					
26	Saya mampu menjaga fokus pada solusi ketika menghadapi masalah.					
27	Saya dapat dengan mudah memahami konsep-konsep yang kompleks.					
28	Saya sering mencari cara alternatif untuk menyelesaikan masalah.					
29	Saya dapat mengidentifikasi hubungan antara berbagai peristiwa untuk memahami konteks situasi dengan lebih jelas.					
30	Saya merasa nyaman untuk bertanya jika saya tidak memahami sesuatu.					
31	Saya dapat mengevaluasi informasi dengan kritis sebelum mempercayainya.					
32	Saya sering menggunakan pengalaman masa lalu untuk					



	membuat keputusan saat ini.				
--	-----------------------------	--	--	--	--

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di SKH Istimewa LPKA Kelas 1 Tangerang pada semester genap tahun ajaran 2024/2025. Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 11 maret 2025. Sample dalam penelitian ini yaitu anak tunalaras SKH Istimewa LPKA Kelas 1 Tangerang dengan jumlah sampel dalam penelitian ini ditetapkan 38 anak.

Desain penelitian yang digunakan adalah *True Experimental Design* dengan bentuk *Pretest-Posttest Control Group Design*. Terdapat dua kelompok yang dipilih secara random, kemudian diberi *pretest* untuk mengetahui keadaan awal adakah perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok control (Sugiyono, 2017: 75). Kelompok eksperimen adalah kelompok yang akan menerima *art therapy* sementara kelompok kontrol tidak menerima perlakuan tersebut.

Cara yang digunakan dalam mengumpulkan informasi penelitian ini yakni sebagai berikut:

1. Pre-test

Pre-test ini dilakukan untuk memperoleh informasi mengenai pengetahuan dasar peserta didik sebelum diberikan *treatment* untuk kemudian dibandingkan dengan hasil *post-test*, *post-test* merupakan tes yang dilakukan setelah dilakukan *treatment*. Tes ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan kontrol diri anak tunalaras di SKH Istimewa LPKA Kelas I Tangerang sebelum diberikannya *treatment*.

2. Memberikan perlakuan (*treatment*)

Subyek penelitian akan dilakukan enam sesi, dengan frekuensi dua kali seminggu selama empat minggu dan setiap sesi akan berlangsung selama 10 menit.

3. Post-test

Post-test dilakukan untuk mengetahui kemampuan pada peserta didik setelah diberikan *treatment*.

4. Memberikan skor pada pre-test dan post-test yang sesuai dengan standar penilaian yang sudah diterapkan.

5. Membandingkan dan membedah informasi parametrik memakai uji paired sampel t tes dan uji independent sampel t tes untuk menentukan apakah ada dismilaritas yang masif sebelum dan setelah diberikan *treatment*.

6. Terdapat peningkatan yang signifikan pada saat setelah diberikan *treatment art therapy* pada anak tunalaras di SKH Istimewa LPKA Kelas I Tangerang, perbandingan perbedaan yang terjadi pada saat sebelum dan sesudah diberikan *treatment* tersebut tersebut dapat dilihat pada Tabel 5 skor hasil pre-test dan post-test. Secara keseluruhan skor hasil pre-test yang diperoleh oleh subjek penelitian dengan skor terendah yaitu 55 dan skor tertinggi yaitu 128. Sedangkan pada saat post-test total keseluruhan skor terendah sebesar 64 dan skor tertinggi yaitu 144. Maka selisih dari hasil pre-test dan post-test dapat dilihat pada Tabel 4.3.

Tabel 5 Selisih Skor Post-Test Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

No.	Subjek Penelitian	Skor Pre-Test	Skor Post-Test	Selisih	
				Point	%
1	M J	72	115	43	26.9
2	M S L	66	109	43	26.9
3	D	122	124	2	1.3
4	A F S	128	128	0	0.0
5	D S	112	130	18	11.3
6	M F F	97	131	34	21.3
7	M F A	73	108	35	21.9
8	M W	100	144	44	27.5
9	M I N	64	121	57	35.6
10	M F	79	124	45	28.1



11	D S	55	107	52	32.5
12	A A S	61	126	65	40.6
13	M A C	58	115	57	35.6
14	M F C	120	131	11	6.9
15	Y D S	66	123	57	35.6
16	N	65	121	56	35.0
17	S	112	116	4	2.5
18	F H	104	132	28	17.5
19	C A	102	117	15	9.4
20	B Y	71	78	7	4.4
21	R R	54	66	12	7.5
22	F H A	68	69	1	0.6
23	F B I	66	66	0	0.0
24	H M S	67	87	20	12.5
25	A Q Z	66	69	3	1.9
26	Y	79	86	7	4.4
27	R A S	68	76	8	5.0
28	A	88	83	-5	-3.1
29	M E	80	80	0	0.0
30	S D	68	80	12	7.5
31	M F	72	78	6	3.8
32	R	63	72	9	5.6
33	M Z	85	85	0	0.0
34	M N T R	70	85	15	9.4
35	R M	88	88	0	0.0
36	A B	74	83	9	5.6
37	N C W P	90	64	-26	-16.3
38	N A	70	90	20	12.5
Jumlah		3.043	3.807	764	

Sumber: Data Primer, 2025

Tabel 5 menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen yang menerapkan treatment *art therapy* subyek mengalami perubahan peningkatan yang signifikan dalam peningkatan kontrol diri anak tunalaras di SKH Istimewa LPKA Kelas I Tangerang. Hal ini terlihat dari perbandingan peroleh skor pre-test dan post-test. Peningkatan tertinggi didapatkan oleh subjek AAS dengan peningkatan nilai kontrol diri sebesar 65 poin. Sedangkan subjek NCWP mengalami penurunan kontrol diri sebesar -26, hal ini meterjadi dikarenakan subjek NCWP tidak mendapatkan treatment *art therapy* dan merupakan kelompok kontrol. Maka dapat disimpulkan bahwa anak tunalaras yang mendapatkan *treatment art therapy* mengalami peningkatan yang signifikan masing-masing memperoleh skor yang berbeda-beda, sebelum dan sesudah diberikan *treatment* yaitu berupa penerpan *art therapy* dilakukan enam sesi, dengan frekuensi dua kali seminggu selama empat minggu dan setiap sesi akan berlangsung selama 10 menit. Hal ini menunjukkan bahwa dengan penerapan treatment *art therapy* dapat meningkatkan kemampuan kontrol diri anak tunalaras di SKH Istimewa LPKA Kelas I Tangerang. Dilakukannya Uji independent sampel t tes dilaksanakan untuk melihat ada tidaknya perbedaan pada hasil postes kelompok eksperimen dan nilai post tes kelompok control. dilakukan apabila data berdistribusi normal dan homogen. Hasil output Uji independent sampel t tes sebagai berikut :



Tabel 6 hasil uji independent sampel test

		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)
Hasil	Equal variances assumed	0,127	0,723	15,256	36	0,000
	Equal variances not assumed			15,256	35,337	0,000

Sumber : Olah data, 2025

Berdasarkan pada tabel 5 diperoleh nilai sig (2 tailed) sebesar $0,000 < 0,05$ hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan rata-rata hasil nilai kontrol diri anak tunalaras di SKH Istimewa LPKA Kelas I Tangerang yang menerapkan treatmen *art therapy* dengan kelompok tunalaras yang tidak menerapkan treatmen *art therapy*. Hasil statistik sig (2 tailed) sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 hipotesis H_0 di tolak dan H_1 diterima yaitu terdapat pengaruh yang signifikan dari penerapan *Art Therapy* terhadap peningkatan kontrol diri anak tunalaras di SKH Istimewa LPKA Kelas 1 Tangerang. Untuk lebih jelas mengetahui rata-rata postes kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 7 hasil grup statitic

	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Hasil	Kelompok Eksperimen	19	122.2105	9.49022	2.17721
	Kelompok Kontrol	19	78.1579	8.26817	1.89685

Sumber : Olah data, 2025

Pada Tabel 7 menunjukkan bahwa nilai kontrol diri anak tunalaras di SKH Istimewa LPKA Kelas I Tangerang pada kelompok eksperimen yang menerapkan treatmen *art therapy* mempunyai rata-rata 122,21 lebih tinggi bila di dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak menerapkan treatmen *art therapy*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak penerapan treatmen *art therapy* terhadap kontrol diri anak tunalaras di SKH Istimewa LPKA Kelas I Tangerang. Desain penelitian yang digunakan adalah *True Experimental Design* dengan bentuk *Pretest-Posttest Control Group Design*. Terdapat dua kelompok yang dipilih secara random, kemudian diberi pretest untuk mengetahui keadaan awal adakah perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (Sugiyono, 2017: 75). Kelompok eksperimen adalah kelompok yang akan menerima treatmen *art therapy* sementara kelompok kontrol tidak menerima perlakuan tersebut.

Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan pengamatan guna memperoleh informasi mengenai jadwal dan sistem penerapan treatment *art therapy*. *Art therapy* adalah metode yang efektif dalam mengekspresikan berbagai emosi seperti kemarahan, ketakutan akan penolakan, kecemasan, dan perasaan rendah diri. Penerapan *Art Therapy* mampu memberikan manfaat bagi anak tunalaras, yaitu *Art Therapy* dapat mengekspresikan perasaan yang sulit diungkapkan. Pada penelitian ini pemberian *treatment art therapy* dilakukan sebanyak enam sesi dengan frekuensi dua kali seminggu selama empat minggu dan setiap sesi akan berlangsung selama 10 menit. Penelitian ini dilakukan dalam 3 tahap yaitu yang pertama pre-test yang dilakukan sebanyak 1 kali pertemuan yang bertujuan untuk mengathui kemampuan awal subjek penelitian yaiatu anak tunalaras kemudian tahap treatment/ perlakuan yang dilakukan sebanyak 6 kali, selanjutnya yang terakhir yaitu tahap post-test yang dilakukan sebanyak 1 kali untuk mengukur sejauh mana peningkatan kemampuan subjek penelitian setelah diberikan perlakuan/treatment.

Berdasarkan hasil statistik didapatkan bahwa penerapaaan *treatment art therapy* berpengaruh



terhadap kontrol diri pada anak tunalaras di SKH Istimewa LPKA Kelas I Tangerang. Hal ini dilihat dari hasil statistik uji independent sampel t tes yang mempunyai nilai sig (2 tailed) sebesar $0,000 < 0,05$ yang bermakna H_0 di tolak dan H_1 diterima. Penerapan *art therapy* memfasilitasi individu untuk mengespresikan emosi-emosinya sehingga dapat membantu untuk merasakan emosi apa yang sedang dirasakan, dan emosi apa yang sedang muncul atau sedang mendominasi diri (Nugraha, 2014 dan Pambudi, 2016).

4. SIMPULAN

Penelitian menunjukkan bahwa penerapan Art Therapy musik secara signifikan meningkatkan kontrol diri anak tunalaras di SKH Istimewa LPKA Kelas 1 Tangerang. Peningkatan ini terlihat pada kontrol perilaku, kognitif, dan pengambilan keputusan. Hasil uji statistik menunjukkan perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen (yang menerima Art Therapy) dan kelompok kontrol ($p < 0,05$). Temuan ini didukung oleh hasil kuesioner dari pegawai SKH, yang mengindikasikan bahwa Art Therapy efektif membantu anak tunalaras mengembangkan kontrol diri yang lebih baik. Dengan demikian, Art Therapy musik dapat menjadi metode intervensi yang efektif untuk meningkatkan kemampuan pengendalian diri anak tunalaras.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Nugraha, Tirza Yoga. (2014). Pengaruh Terapi Tari Terhadap Tingkat Depresi Padan Wanita Dengan Hiv/Aids. Yogyakarta. (Skripsi)
- Sugiyono. (2017). *Metode Peneltian Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. ALFABETA.
- Prasetyo, A., Sari, D. P., & Lestari, M. (2022). Pengaruh terapi seni terhadap pengendalian emosi pada remaja dengan gangguan perilaku. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 11(1), 45-58.
- Wijayanti, P., Ramadhani, S., & Kusuma, R. (2023). Art therapy sebagai intervensi psikologis bagi anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Seni & Terapi*, 5(2), 67-80.
- Suryani, L., Wibowo, A., & Handayani, T. (2021). Kontrol diri dan konflik sosial pada remaja dengan gangguan perilaku. *Jurnal Psikososial & Intervensi Sosial*, 6(1), 88-102.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak . (2024). Statistik anak dalam sistem peradilan pidana. *KemenPPPA* <https://kemenpppa.go.id/pageview/NTQ1MQ>
- Setiawan, B., Wijaya, R., & Ardiansyah, F. (2021). Pendidikan inklusif bagi anak tunalaras: Studi kasus pada sekolah khusus. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 7(2), 134-150.