Vitamin : Jurnal Ilmu Kesehatan Umum
Vol.1, No.4 Oktober 2023
e-ISSN: 3031-0105; p-ISSN: 3031-0091, Hal 181-192
DOI: https://doi.org/10.61132/vitamin.v1i4.321

Pengaruh Terapi Menggambar Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Usia 3-5 Tahun Di Desa Booi

Fathmy Fitriyani Soulissa
STIKes Maluku Husada
Korespondensi Penulis: fathmyfitrianysoulissa87@gmail.com

Abstract*. Background: One of the emotional social development of children aged 3-5 years is showing self-confidence. Early childhood often experience things that can reduce their self-confidence because in their growth phase parents and the environment often make yelling sentences, harsh prohibitions, especially curse, will make them present negative emotions and have an impact on feelings of sadness, fear and guilt. Drawing therapy can help children express their feelings. Purpose: This study aims to determine the effect of drawing therapy to increase self-confidence of children aged 3-5 years in the village of booi, saparua district, central maluku district. Methods: This study used an experimental research method with a one-group pre-test post-test design. The population in this study were all 30 children aged 3-5 years in Booi Village. The sampling technique was purposive sample of 20 children. Data collection by means of observation. Bivariate analysis using non-parametric statistical tests with the Wilcoxon test. Results:The Wilcoxon test results (p value 0,000) because the p value <0.05, statistically there is a difference before and after drawing therapy with a median of 0.000 with a minimum-maximum value of 1-5 self-confidence before drawing therapy and a median of 8.50 with minimum-maximum values 1-6 after drawing therapy. Conclusion: From the results above, it can be concluded that there is an effect of drawing therapy on increasing self-confidence of children aged 3-5 years in the village of booi, Saparua sub-district, Central Maluku district.*

Keywords*: Drawing Therapy, Child Confidence*

Abstrak. Latar Belakang: Perkembangan sosial emosional anak usia 3-5 tahun salah satunya adalah menunjukkan rasa percaya diri. Anak usia dini seringkali mengalami hal-hal yang dapat menurunkan kepercayaan dirinya dikarenakan dalam fase pertumbuhannya orangtua dan lingkungan sering mengeluarkan kalimat bentakan, larangan dengan kasar terlebih lagi makian akan membuatnya menghadirkan emosi negatifdan berdampak pada perasaan sedih, takutdanmerasa bersalah. Terapi menggambar dapat membantu anak mengekspresikan perasaannya.Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi menggambar untuk meningkatkan kepercayaan diri anak usia 3-5 tahun di Desa Booi. Metode: Penelitian ini menggunakan metode penelitian *eksperimental* dengan rancangan *one-group pre-test post-test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia 3-5 tahun di Desa Booi sebanyak 30 anak. Teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampel* sebanyak 20 anak.Pengumpulan data dengan cara observasi. Analisis bivariat menggunakan uji statistik non parametrik dengan uji *Wilcoxon*. Hasil: Hasil uji *Wilcoxon* (*p value* 0,000) karena nilai p < 0,05, secara statistik terdapat perbedaan sebelum dan setelah dilakukan terapi menggambardengan diperoleh median 0,000 dengan nilai minimum-maksimum 1-5 kepercayaan diri sebelum dilakukan terapi menggambar dan median 8,50 dengan nilai minimum-maksimum 1-6 setelah dilakukan terapi menggambar. Kesimpulan: Dari hasil diatas dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi menggambar terhadap peningkatan kepercayaan diri anak usia 3-5 tahun di Desa Booi

Kata kunci: Terapi Menggambar, Kepercayaan Diri Anak

PENDAHULUAN

Masa anak-anak merupakan masa yang penting dalam kehidupan manusia. Pada masa ini mulai tumbuh rasa ingin tahu yang tinggi terhadap sesuatu hal, baik yang dilihat maupun yang didengar. Untuk itu, pertumbuhan dan perkembangan anak perlu mendapat perhatian khusus baik dari keluarga, sekolah maupun masyarakat umum. Anak perlu mendapat kesempatan seluas-luasnya untuk tumbuh dan berkembang dengan wajar baik secara rohani maupun jasmani (Suriyanto,2018).

Received Agustus 12, 2023; Accepted September 14, 2023; Published Oktober 30, 2023
*Fathmy Fitriyani Soulissa, fathmyfitrianysoulissa87@gmail.com

Berdasarkan Badan Statistik Amerika Serikat jumlah penduduk dunia pada Januari 2018 mencapai 7,53 miliar jiwa. Dari jumlah tersebut, terbanyak merupakan anak berusia 0-4 tahun, yakni mencapai 662 juta jiwa atau sekitar 8,7% dari total populasi, diikuti usia 5-9 tahun dan 10-14 tahun. Sementara yang berusia di atas 100 tahun mencapai 500 ribu jiwa atau sekitar 0,01% dari populasi.

Hasil proyeksi penduduk Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2018 menunjukkan bahwa sebesar 30,1% atau 79,55 juta jiwa penduduk Indonesia adalah anak-anak berusia 0-17 tahun. Artinya bisa dikatakan bahwa satu diantara tiga penduduk Indonesia adalah anak-anak. Dalam beberapa kurun waktu ke depan diproyeksikan jumlah anak di Indonesia tidak akan mengalami perubahan yang signifikan.

Masa anak usia dini disebut juga sebagai masa awal kanak-kanak yang memiliki berbagai karakter atau ciri-ciri. Ciri-ciri ini tercermin dalam sebutan-sebutan yang diberikan oleh para orang tua, pendidik dan ahli psikologi untuk anak usia dini. Menurut Hurlock (1978) masa kanak-kanak merupakan periode keemasan (golden age) dalam perkembangan seorang anak, sebab anak mengalami lompatan kemajuan yang menakjubkan juga menegaskan bahwa lima tahun pertama kehidupan anak merupakan peletak dasar bagi perkembangan selanjutnya. Anak yang terpenuhi segala kebutuhan fisik maupun psikis di awal perkembangan diperkirakan dapat melaksanakan tugas-tugas perkembangan pada tahap selanjutnya.(Dwi Hastuti, 2016).

Perkembangan emosi merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan anak usia dini, karena perkembangan emosi yang baik akan memungkinkan anak mengenali aspek-aspek emosi dirinya serta dapat mengekspresikannya secara tepat terhadap orang lain maupun lingkungan sekitarnya (Indrijati, 2017).

Perkembangan sosial emosional anak usia 3-5 tahun salah satunya adalah menunjukkan rasa percaya diri. Hal tersebut ditegaskan oleh Brewer (Takdiroatun Musfiroh, 2005), bahwa anak usia empat tahun telah menunjukkan perkembangan percaya dirinya. Pentingnya percaya diri bagi kehidupan anak dijelaskan oleh Anita Lie (2003), bahwa anak yang percaya diri dapat menyelesaikan tugas sesuai dengan tahapan perkembangan dengan baik atau memiliki kemampuan untuk belajar cara menyelesaikan tugas tersebut, memiliki 3 keberanian serta kemampuan untuk meningkatkan prestasinya sendiri, akan dipercaya oleh orang lain, dan akan tumbuh dalam pengalaman dan kemampuan sehingga menjadi pribadi yang sehat dan mandiri (Ningsih,2014).

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek yang akan mempengaruhi harga diri anak. Lautser (2003) medefinisikan kepercayaan diri sebagai suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan diri sendiri, sehingga seseorang tidak terpengaruh orang lain. Rasa percaya

diri merupakan keyakinan pada kemampuan-kemampuan yang dimiliki, keyakinan pada suatu maksud atau tujuan dalam kehidupan dan percaya bahwa dengan akal budi mampu untuk melaksanakan apa yang diinginkan, direncanakan dan diharapkan (Busro, 2018).

Anak usia dini seringkali mengalami hal-hal yang dapat menurunkan kepercayaan dirinya dikarenakan dalam fase pertumbuhannya orangtua dan lingkungan sering mengeluarkan kalimat bentakan, larangan dengan kasar terlebih lagi makian akan membuatnya menghadirkan emosi negative dan berdampakpada perasaan sedih, takut dan merasa bersalah. Pengalaman-pengalaman ini akan terbawa sampai pada masa usia sekolah bahkan hingga dewasa (J.Rohma,2018).

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Shafaee *et al* (2018) kepercayaan diri memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas hidup. Kemudian kemampuan dalam berkomunikasi dan kedisiplinan yang baik dapat menjadikan individu lebih percaya diri (Tripathy,2018). Penelitian lain mengungkapkan bahwa tingkat kepercayaan diri tinggi membuat individu dapat bertindak sebagai pemimpin (Luke*et al*, 2016). Selain itu kepercayaan diri secara positif memperkuat pengaruh kecerdasan emosi terhadap perkembangan (Amilin,2016). Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Atik Cimi, Neka Fdan Dewi Rahmayanti (2014), mengungkapkan bahwa anak diusia sekolah memiliki kemampuan eksistensi diri yang rendah karena seringkali dimarahi ketika padafase usia dini. Hasil tersebut menunjukan bahwa ada dampak yang serius jika kepercayaan diri anak tidak dibangun sejak dini.

Terapi menggambar dirancang untuk membantu individu mengenali kejadian atau hal yang selama ini disukai atau tidak disukai. Melalui terapi menggambar, hal-hal yang ditekan dalam alam bawah sadar dapat diangkat ke alam sadar, mendorong untuk menyembuhkan jiwa melalui terapi menggambar, mereduksi pikiran dan perasaan negatif (Snyder,2005). Anak dapat diminta menggambar apa yang sedang dipikirkannya, sehingga terapis dapat memperoleh gambaran secara visual apa yang sedang dialami dan dibutuhkan anak. Gambar merupakan media komunikasi untuk mengungkapkan apa yang diharapkan anak yang barangkali belum mampu diungkapkan secara verbal (Muthmainnah,2015).

Desa Booi merupakan salah satu Desa yang terletak di Pulau Saparua, Di Desa Booi masih ditemui ciri-ciri anak-anak yang kurang percaya diri. Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti pada 5 orangtua yang memiliki anak usia 3-5 tahun yang berlokasi pada Desa Booi satu orang tua mengatakan bahwa anaknya masih malu-malu ketika tampil di depan umum, ada juga yang mengatakan anaknya suka merengek dan menangis saat meminta sesuatu, bahkan ada tiga orangtua yang mengatakan bahwa mereka merasa khawatir karena

anaknya tidak mau bermain dengan teman-temannya tetapi lebih senang menyendiri dan terlihat murung. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Terapi Menggambar Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Usia 3-5 Tahun Di Desa Booi

KAJIAN TEORITIS

Terapi menggambar merupakan terapi yang diberikan dengan meminta anak mengekspresikan pikiran dan perasaan yang dialami dalam bentuk gambar (Muthmainnah, 2015).

Penggunaan aktivitas menggambar atau melukis sebagai suatu terapi didasarkan pada asumsi bahwa gambar merupakan bentuk komunikasi yang dengannya anak jarang melakukan resistensi, bahkan memberi cara anak untuk mengekspresikan pikiran dan perasaannya dengan sedikit merasa terancam dibandingkan komunikasi yang hanya menggunakan verbal. Aktivitas menggambar juga dapat menimbulkan perasaan tertarik dan menyenangkan pada anak serta memancing partisipasi mereka karena dalam proses terapi ini anak "melakukan sesuatu", tidak "hanya terlibat dalam pembicaraan" seperti yang biasa terjadi dalam terapi tradisional (Desvi dan Noor, 2016).

Selain itu, sebuah gambar juga "memiliki makna seratus kata" dan merefleksikan anak yang membuatnya. Gambar memberi isu-isu yang relevan, seperti informasi tentang perkembangan, emosi, fungsi kognitif, mempercepat ekspresi trauma yang tersembunyi serta menyampaikan perasaan dan persepsi yang kacau dan kontradiktif, sehingga membantu professional untuk melakukan intervensi danmembantu anak-anak yang bermasalah memahami dan menerima dirinya. Dalam bentuk intervensi yang singkat dan jumlah sesi yang terbatas, gambar dapat membantu anak untuk mengkomunikasikan permasalahannya secara cepat sehingga meningkatkan efisiensi dan interaksi anak dengan terapis.(Desvi dan Noor, 2016).

Menggambar merupakan salah satu kegiatan yang disenangi anak.Melalui kegiatan menggambar anak-anak dapat mengekspresikan pikiran dan perasaan positif maupun negatif, mengembangkan fantasi serta kreativitasnya. Menggambar juga dapat digunakan sebagai salah satu bentuk terapi untuk memahami keinginan dan diharapkan anak, mewujudkan keinginannya, serta mengatasi masalah anak (Muthmainnah, 2015), proses terapi dapat menumbuhkan keyakinan atas kemampuan diri dan memberi bekal kekuatan pada diri sehingga memungkinkan anak menghadapi segala permasalahan dan melaksanakan tugas dengan baik (Hidayah, 2015).

Menggambar merupakan salah satu aktivitas yang disukai oleh anak, karena dalam menggambar ada menggores, membentuk, mewarnai dan mengomposisikannya. Dengan menggambar, anak akan tertantang untuk berangan-angan dan berfantasi, yang kemudian anak mewujudkannya dengan menggunakan media. Perwujudan gambar anak ini merupakan bentuk pernnyataan batin, saluran ungkapan keinginan, kesenangan, perhatian, kesedihan, dan kemarahan. Keterampilan tangan pada aktivitas menggambar akan mengoptimaalkan *life skill* (kecakapan hidup) yang nantinya akan menstimulasi kreativitas yang lain untuk menjawab tantangan (permasalahan) hidupnya. Semua hal-hal tersebut akan merangsang perkembangan fungsi otak kanan yang penting untuk kreativitas anak. Keseimbangan otak kanan akan memunculkan kreativitas, yakni suatu kemampuan menciptakan hal-hal baru, dan mengkombinasikan hal-hal yang sudah ada sebelumnya menjadi sebuah karya yang lebih menarik (Nisa, 2010).

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah *one-group pre-test post-test design* yaitu mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi (Nursalam, 2018).

Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2023 di Desa Booi. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia 3-5 tahun di Desa Booi sebanyak 30 anak.

Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh.Sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel yang semua anggota populasi digunakan dan dijadikan sampel (Sugiyono, 2014).

Pada penelitian ini variabel bebas yang diteliti adalah terapi menggambar sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri anak usia 3-5 tahun.

Analisis univariat merupakan suatu analisis yang dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dan proporsi dari setiap variabel penelitian. Pada penelitian ini peneliti menganalisa tingkat kepercayaandiri anak usia 3-5 tahun sebelum dan sesudah diberikan terapi menggambar. Dalam menganalisis data secara bivariat dilakukan uji normalitas data untuk mengetahui apakah data dari variable berdsitribusi normal atau tidak dengan menggunakan parameter *Shapiro wilk* (untuk sampel <50), kemudian dilanjutkan dengan uji *paired sampel t-test* dengan tingkat kemaknaan 0,05 untuk mengetahui apakah ada pengaruh terapi menggambar terhadap kepercayaan diri anak usia 3-5 tahun dan uji alternatifnya memakai uji *Wilcoxon* jika data berdstribusi tidak normal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *eksperimental*. Desain penelitian ini adalah *one-group pre-test post-test design* kepada anak usia 3-5 tahun di Desa Booi untuk melihat kepercayaan diri anak sebelum dan setelah dilakukan terapi menggambar. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi.Yaitu peneliti mengamati perilaku dari responden dan memberikan penilaian pada lembar observasi tersebut.

Setelah penelitian dilakukan, selanjutnya data darilembar observasi tersebut di input ke dalam SPSS Versi 19.0 Inch dan diolah menggunakan SPSS untuk mendapatkan hasil dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

Penelitian ini dilakukan terhadap 20 anak dengan usia 3-5 tahun. Anak akan diberikan perlakuan sebelum dilakukan terapi menggambar. Anak diberikan permainan menebak gambar huruf bersama. Kepingan gambar ditaruh di lantai dan anak-anak diminta untuk mengambil dan menunjukannya pada teman yang lain. Maka peniliti akan mengobservasi kepercayaan diri anak sebelum dilakukan terapi menggambar. Kemudian anak akan diberikan terapi menggambar dan dinilai kepercayaan dirinya setelah di berikan terapi.

Analisa Univariat

A. Gambaran Karakteritik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi umur, jenis kelamin dan urutan anak ke berapa. Berdasarkan hasil penelitian dapat dideskripsikan karakteristik responden sebagai berikut :

Tabel 1
Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, dan Urutan Anak Ke Berapa

Variabel	n	(%)
Usia		
3 tahun	3	15
4 tahun	8	40
5 tahun	9	45
Total	20	100
Jenis Kelamin		
Laki-laki	11	55
Perempuan	9	45
Total	20	100
Anak Ke Berapa		
Anak ke-1	5	25
Anak ke-2	8	40
Anak ke-3	5	25
Anak ke-4	2	10
Total	20	100

Berdasarkan Tabel 1 karakteristik responden, lebih banyak adalah usia 5 tahun yaitu 9 orang (45%) dan lebih sedikitberumur 3 tahun yaitu 3 orang (15%), Sedangkan berdasarkan jenis kelamin jumlah anak laki-laki lebih banyak yaitu 11 orang (55%) dan anak perempuan lebih sedikit yaitu 9 orang (45%). Untuk urutan anak, karakterisitik anak ke-2 lebih banyak yaitu 8 orang (40%) dan yang lebih sedikit adalah anak ke-4 yaitu 2 orang (10%).

B. Tingkat Kepercayaan Diri Anak Sebelum dan Sesudah Terapi Menggambar

Tabel 2
Tingkat Kepercayaan Diri Anak Sebelum dan Sesudah Terapi Menggambar

Tingkat Kepercayaan Diri	Frekuensi	Precent %
Pre Test		
Belum Berkembang (BB)	4	20 %
Mulai Berkembang (MB)	10	50 %
Berkembang Sesuai Harapan (BSH)	5	25 %
Berkembang Sangat Baik (BSB)	1	5 %
Post Test		
Belum Berkembang (BB)	1	5 %
Mulai Berkembang (MB)	3	15 %
Berkembang Sesuai Harapan (BSH)	9	45 %
Berkembang Sangat Baik (BSB)	7	35 %
Total	**20**	**100,0**

Distribusi frekuensi tingkat kepercayaan diri anak Tabel 2 menunjukan bahwa sebagian besar anak ada pada tingkat kepercayaan diri mulai berkembang dengan jumlah 10 orang (50%) sedangkan pada post test tingkat kepercayaan diri anak berkembang sesuai harapan dengan jumlah 9 orang (45%).

C. Hasil Uji Normalitas

Dalam penelitian ini sampel data yang digunakan kurang dari 50 sampel (n<50) maka uji normalitas data yang digunakan adalah uji statistik *Shapiro Wilk Test*.

Berdasarkan hasil uji normalitas *Shapiro-Wilk* diperoleh nilai *p- value*untuk *pre-test* sebesar 0,068 dan untuk *post-test* sebesar 0,024.sehingga *p-value* <α(0,05) hal ini menunjukkan bahwa ada sebaran data yang berdistribusi tidak normal.

Analisa Bivariat

Hasil observasi kepercayaan diri anak sebelum dan setelah dilakukan tindakan dapat dilihat pada tabel 3 berikut :

Tabel 3. Hasil Observasi Rasapercaya DiriAnak Pre Test dan Post Test

No	Inisial	Pre Test(%)	Post Test(%)
1	Y.A	16,66	33,33
2	K.S	66,66	83,33
3	G.N	66,66	100
4	F.P	50,00	83,33
5	H.P	66,66	66,66
6	S.L	33,33	66,66
7	S.P	50,00	66,66
8	L.P	33,33	66,66
9	E.P	50,00	83,33
10	T.L	33,33	66,66
11	I.H	66,66	100
12	S.H	16,66	50,00
13	J.P	33,33	66,66
14	V.P	16,66	16,66
15	M.W	50,00	66,66
16	I.P	50,00	83,33
17	K.H	83,33	83,33
18	J.N	16,66	33,33
19	N.T	66,66	66,66
20	G.P	33,33	66,66

Analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji *non-parametric* :*Wilcoxon* dengan nilai kemaknaan p < 0,05 untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan tindakan terapi menggambarterhadap kepercayaan diri anak.

Tabel 4 Hasil Uji Wilcoxon

	Median	Minimum-Maksimum	Nilai *p*
Kepercayaan Diri Anak sebelum Terapi Menggambar	0,00	1-5	0,000
Kepercayaan Diri Anak setelah Terapi Menggambar	8,50	1-6	

Menurut Tabel 4 di atas menunjukan hasil uji *Wilcoxon* (*p value* 0,000) karena nilai p < 0,05, secara statistik terdapat perbedaan sebelum dan setelah dilakukan terapi menggambardengan diperoleh median 0,00 dengan nilai minimum- Menurut Tabel 5.5 di atas menunjukan hasil uji *Wilcoxon* (*p value* 0,000) karena nilai p < 0,05, secara statistik terdapat perbedaan sebelum dan setelah dilakukan terapi menggambardengan diperoleh median 0,00 dengan nilai minimum- maksimum 1-5 kepercayaan diri sebelum dilakukan terapi menggambar dan median 8,50 dengan nilai minimum-maksimum 1-6 setelah dilakukan terapi menggambar.

Pembahasan

1. Kepercayaan Diri Anak Sebelum Diberikan Terapi Menggambar

Karakteristik responden dalam penelitian ini yaitu 20 anak usia 3-5 tahun dengan didominasi oleh anak usia 5 tahun. Metode yang digunakan adalah observasi pada *pre-post test*. Pada *pre test* anak diberikan kegiatan berupa permainan menebak gambar huruf bersama. Kepingan gambar ditaruh di lantai dan anak-anak diminta untuk mengambil dan menunjukannya pada teman yang lain. Pada *pre test* hasil observasi didapatkan kepercayaan diri anak ada dalam kategori mulai berkembang sebanyak 50% dan belum berkembang sebanyak 20%. Saat diberi kegiatan ada anak yang mengangis jika ditinggal orangtua, anak sering mengatakan tidak bisa, diam dan sering menunduk bahkan ada anak yang marah ketika disentuh atau bertanya padanya.Dari hasil observasi juga masih ada anak yang memilih bermain sendiri daripada bermain dengan teman-temannya.

Menurut peneliti hal ini terjadi karena anak belum terbiasa dengan kondisi lingkungan yang ramai.Dan juga dapat disebabkan karena anak tidak dibiasakan oleh orang tua untuk mandiri sejak dini. Ada orangtua yang saat dilakukan penelitian tampak menegur anaknya dengan kasar, mencubit dan bahkan memukul anaknya didepan anak yang lain. Ada orangtua yang juga tidak memberikan kesempatan anaknya untuk mengekspresikan inisiatifnya. Sehingga hal-hal ini yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri anak usia dini.

Berdasarkan Santrock (2011) salah satu faktor yang mempengaruhi psikososial anak adalah faktor pengasuhan.Karena keluarga adalah lingkungan yang pertama kali menerima kehadiran anak dan mempunyai peranan penting dalam pembentukan perkembangan psikososial anak.

Teori tahapan perkembangan anak Erik Erikson (dalam S.Cahyono,2017) menyatakan bahwa pada usia 3-6 tahun anak sedang dalam tahapan perkembangan yang ketiga dari delapan tahap perkembangan. Tahap perkembangan itu disebut inisiatif versus rasa bersalah. Anak pra sekolah atau anak usia 3-6 tahun mencoba untuk menjadi asertif selama berinteraksi dengan orang lain dan lingkungan. Persetujuan dari orang lain akan meningkatkan inisiatif. Jika tindakan anak usia pra sekolah tidak diizinkan atau tidak mendapat persetujuan dari orang lain, maka akan timbul rasa bersalah.

2. Kepercayaan Diri Anak Setelah Diberikan Terapi Menggambar

Setelah terapi menggambar diberikan, nilai kepercayaan diri anak meningkat dengan nilai 45% pada kategori berkembang sesuai harapan.Anak mulai dapat berbicara, bergaul dengan temannya, tidak menangis, berbagi, dan tidak ragu dalam mengambil pensil warna dan kertas, berkata maupun melakukan sesuatu.Selain itu anak yang suka marah-marah kembali tenang dan mulai dapat diajak berkomunikasi.

Menurut peneliti kepercayaan diri anak dapat meningkat pada saat pemberian terapi menggambar, dikarenakan dengan menggambar, menimbulkan perasaan tertarik dan menyenangkan pada anak serta memancing partisipasi mereka karena dalam proses terapi ini anak melakukan sesuatu, tidak hanya terlibat dalam pembicaraan sehingga anak dapat menyalurkan ungkapan keinginan, kesenangan, perhatian, kesedihan, dan kemarahannya.

Menggambar merupakan aktivitas yang melibatkan berbagai sensasi, yaitu taktil, visual dan kinestetik.Hal ini menjadi alasan mengapa menggambar bermanfaat dalam mengatasi reaksi-reaksi stress, pikiran-pikiran yang mengganggu dan peristiwa-peristiwa mengganggu posttraumatic lainnya (Saleh, Umniyah 2014).

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Margaret Naumburg (dalam Saleh, Umniyah, 2019). Naumburg memandang ekspresi seni sebagai cara untuk menggambarkan alam bawah sadar. Naumburg mengatakan bahwa ekspresi artistik yang bebas adalah pusat dari proses terapi menggambar dan bahwa interpretasi permainan adalah peran kunci.

Selain itu di dalam terapi menggambar, peneliti juga memberikan motivasi-motivasi dan penghargaan terhadap karya anak.Sehingga hal-hal inilah yang dapat membangkitkan rasa kepercayaan diri anak.Selain itu komunikasi yang baik sangat diperlukan dalam terapi menggambar terhadap anak dikarenakan komunikasi pada anak berbeda dengan komunikasi pada orang dewasa. Anak perlu mendapatkan komunikasi yang lembut dan juga dapat melalui perantara orang ketiga anatar lain orangtua, guru, atau saudara yang lain.

Dalam terapi menggambar, anak melakukan kegiatan tidak hanya secara individu, tetapi dalam kelompokjuga. Peralatan menggambar dan mewarnai dibagi untuk dipakai bersama agar dapat menilai kerjasama dengan teman lain,sehingga komunikasi tercipta dan mereka berlatih untuk berani mengungkapkan pendapat atau keinginannya. Pada akhir kegiatan anak juga diminta menjelaskan gambar dan makna dari gambar yang dibuat anak sehingga dapat menstimulasi anak untuk dapat aktif.

Hal ini seusai dengan (Setiati, 2011) yang mengatakan bahwa cara menanamkan rasa percaya diri anak sejak usia dini dengan : memberikan kata-kata positif yang baik kepada anak, hindari menggunakan kata-kata negatif yang membuat anak minder; jangan terlalu banyak larangan sehingga anak nanti ketakutan sendiri; memberikan anak kasih sayang dan perhatian yang cukup; melatih kepekaan anak dengan cara memberikan kebebasan dalam mengungkapkan perasaan,

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Novira & Wesiana,2019) di kelompok bermain Aisyiyah 14 Pabean Cantian Kota Surabaya, didapatkan bahwa model pembelajaran bermain aktif digunakan untuk menstimulasi rasapercaya diri anak. Dalam kegiatan bermain aktif, anak melakukan kegiatan tidak hanya secara individu, tetapi dalam kelompok juga. Anak dapat bekerjasama dengan teman lain,sehingga komunikasi tercipta dan mereka berlatih untuk berani mengungkapkan pendapat.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh (M.Mulyawan &Agustina,2018) yang menyatakan bahwa terapi kreasi seni menggambar dapat dijadikan terapi suportif untuk pasien dengan harga diri rendah sehingga dapat membangun salah satu karakter utama yaitu kepercayaan diri karena pasien dapat mengevaluasi keadaan diri dengan baik dan dapat berimajinasi sehingga pasien dapat terhindar dari aspek negatif yang dimiliki.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh terapi menggambar terhadap kepercayaan diri anak usia 3-5 tahun di Desa Booi maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tingkat kepercayaan diri anak usia 3-5 tahun di Desa Booi sebelum diberikan terapi menggambar adalah dalam kategori mulai berkembang yaitu sebanyak 50% dan kategori belum berkembang yaitu 20%.
2. Tingkat kepercayaan diri usia 3-5 tahun di Desa Booi setelah diberikan terapi menggambar meningkat yaitu sebanyak 45% pada kategori berkembang sesuai harapan.

3. Ada pengaruh terapi menggambar dalam meningkatkan kepercayaan diri anak usia 3-5 tahun di desa Booi Kecamatan Saparua Kabupaten Maluku Tengah.

DAFTAR REFERENSI

Arifin, Rani, dkk. 2018. *Efektivitas Terapi Menggambar Dan Mewarnai Gambar Terhadap Kecemasan Hospitalisasi Usia Prasekolah*. Jurnal Darul Azhar. 6(1) : 53-58.

Hakim, M. Luqman. 2019. *Efektivitas Psikodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak (Studi Di Rumah Belajar Kakek Aboe)*. [Skripsi]. Universitas Muhammadiyah Malang.

Hidayah, R. 2014. *Pengaruh Terapi Seni Terhadap Konsep Diri Anak*. Macara Hubs-Asia. 18 (2): 89 - 96.

Hidayati, Naziyatul. 2016. *Gambaran Percaya Diri Anak Prasekolah Melalui Metode Bernyanyi Di Banda Aceh*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan. 1 (1) : 1-6.

Juhana, Nasrudin. 2019. *Metodologi Penelitian Pendidikan (buku ajar praktis cara membuat penelitian)*. PT. Panca Terra Firma. 2 (1) : 74-93.

Lestari, R. Kusuma. 2017. *Pengembangan Rasa Percaya Diri Anak Melalui Metode Bernyanyi Dengan Gerakan Berbasis Tema Di RA Islamic Tunas Bangsa 4 Kecamatan Ngaliyan*. [Skripsi]. Universitas Negeri Semarang.

Muthmainnah. 2015. *Peranan Terapi Menggambar Sebagai Katarsis Emosi Anak*. Jurnal Pendidikan Anak. 4(1).

Ningsih, Okki. 2014. *Meningkatkan Percaya Diri Melalui Metode Show And Tell Pada Anak Kelompok A TK Marsudi Putra Dagaran, Palbapang, Bantul, Yogyakarta*. [Skripsi]. Universitas Negeri Yogyakarta.

Nisa, C. 2010. *Gambar Anak Penderita Retardasi Mental*. Journal Imajinasi.6(1).

Nurhkasanah, Devi. 2017. *Penerapan Metode Bercerita Untuk Menumbuhkan Kepercayaan Diri Pada Anak Usia Dini Di TK Satya Dharma Sudjana Kecamatan Terusan Nunyai Lampung Tengah*. [Skripsi]. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Nursalam. 2018. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.

Olivantina, Rara & Suparno. 2018. *Peningkatan Kepercayaan Diri Anak Melalui Metode Talking Stick*. Jurnal Pendidikan Usia Dini.12(2).

Pitriani, Leni. 2019. *Efektivitas Pemberian Terapi Bermain Puzzle Dan Terapi Bermain Menggambar Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Dalam Menghadapi Hospitalisasi Di RSUDarmayuPonorogo*.[Skrips}}.Stikes Bakti Husada Mulia Madiun.

Prapti, Novira Dwi. 2019. *Pengaruh Alat Permainan Edukatif (APE) Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Anak Usia 3-5 Tahun Di Kelompok Bermain Aisyiyah 14 Pabean Cantian Kota Surabaya*.*Journal Health of Science*.12(1):12-20.

Prawistri,Adhita Restu.2013.*Upaya Meningkatkan Rasa Percaya Diri Anak Kelompok B Melalui Kegiatan Bermain Aktif Di TK Pembina Kecamatan Bantul*. [Skripsi]. Universitas Negeri Yogyakarta.

Profil Anak Indonesia. 2019. *Kementrian Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak (KPPPA)*. https://www.kemenpppa.go.id/lib/uploads/slider/8ebef-profil-anak-indonesia-2019.pdf.(1 Mei 2023).

Rahayu, Aprianti. (2013). *Menumbuhkan Kepercayaan DiriMelaluiKegiatan Bercerita.* Jakarta: PT Indeks

Rohma, Jazilatur. 2018. *Pembentukan Kepercayaan Diri Anak Melalui Pujian*.Jurnal Perempuan dan Anak. 2(1):108-134.

Saleh, Umniyah. 2019. *Terapi Menggambar Untuk Anak*. [Skripsi]. Universitas Hasanuddin

Sinaga,E., & Sulisno, M. 2012. *Pengalaman Perawat Dalam Pelaksanaan Terapi Aktivitas Kelompok* .Jurnal Nursing Studies. 1(1).

Suryana. 2010. *Buku Ajar Perkuliahan: Metodologi Penelitian Model Praktis Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Universitas Pendidikan Indonesia.

Susana,S.A., & Handarsih, S. 2011. *Terapi Modalitas: Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: EGC

We Are Social. 2018. Jumlah Penduduk Dunia Berdasarkan Kategori Umur.file:///C:/Users/Acer4/Pictures/REFERENSI/Berapa%20Jumlah%20Penduduk%20Dunia_%20_%20Databoks.html.(26 Maret 2023).

Windiarto, Tri, dkk. 2018. *Profil Anak Indonesia*. Jakarta: Kementrian Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak (KPPPA).

Yuniartiningsih Santi. 2012. *Gambaran Perkembangan Psikososial Anak Usia 3-6 Tahun Di Panti Sosial Asuhan Anak Balita Tunas Bangsa Cipayung*. [Skripsi]. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta