



Peran Art Therapy Pada Regulasi Emosi Remaja Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga

Abstract

The number of abuse cases among adolescents increases every day in Indonesia. Most abusive incidents occur in close family environment. Several studies have shown that adolescents experiencing domestic violence have difficulties in regulating emotions. These findings have demonstrated the importance of psychological intervention in facilitating adolescents experiencing violence to regulate emotions in domestic settings. Art therapy is a psychological treatment that enables counsellors or psychologists to develop personal growth among adolescents, as well as to increase their self-understanding and repair the emotional breakdowns. This study aimed to examine the role of art therapy module in enhancing emotion regulation among adolescents experiencing domestic violence. The method used was quasi-experiment involving one group pretest-posttest design using double pre-test. Participants of the study were 6 adolescents aged 11-15 years who were primary victims or secondary victims of domestic violence. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) was used to measure emotion regulation among participants before and after joining the art therapy. The difference in pre-test and post-test scores of treatment group was analysed through statistical examination using a dependent sample t-test. The result showed that Art Therapy used in this study did not contribute significantly in enhancing emotion regulation among subjects ($p>0.05$). In spite of this result, data obtained from interviews and observations showed that the drawing activities during the treatment were able to help subjects to express buried emotions.

Keywords: Emotion regulation, Art Therapy, adolescents experiencing domestic violence.

Tingkat kekerasan pada remaja di Indonesia setiap tahunnya meningkat dan sebagian besar terjadi di lingkungan keluarga. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa remaja korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) mengalami kesulitan meregulasi emosi. Fakta ini menegaskan pentingnya penanganan psikologis terhadap remaja korban KDRT dalam meregulasi emosinya. *Art therapy* merupakan tehnik terapi yang dapat mendorong pertumbuhan pribadi, meningkatkan pemahaman diri, dan membantu dalam memperbaiki emosi pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menguji peranan *Art Therapy* dalam meningkatkan regulasi emosi pada remaja korban KDRT. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen kuasi dengan *one group pretest-posttest design using double pretest*. Subjek penelitian adalah 6 remaja usia 11-15 tahun yang menjadi korban KDRT baik langsung maupun tidak langsung. Pengukuran regulasi emosi menggunakan skala CERQ (*Cognitive Emotion Regulation Questionnaire*) yang diberikan pada subjek sebelum dan setelah pemberian *Art Therapy*. Data penelitian dianalisis dengan *a dependent sample t-test*, sehingga diketahui perbedaan skor regulasi emosi pada pretes dan post-tes. Berdasarkan hasil uji statistik antar kelompok tes diketahui bahwa semua nilai $p>0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa *Art Therapy* dalam penelitian ini tidak berperan signifikan dalam meningkatkan regulasi emosi para subjek. Meski demikian hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa proses pembuatan gambar dalam *Art Therapy* membantu memfasilitasi ekspresi emosi para subjek yang sulit diungkapkan dengan kata-kata.

Kata kunci : regulasi emosi, *Art Therapy*, remaja korban KDRT