

TERAPI SENI DENGAN PENDEKATAN *PERSON-CENTERED* UNTUK MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN PADA NARAPIDANA

Anissa Rezy Lestyana

Abstrak

Salah satu masalah psikologis yang sering dialami oleh narapidana adalah tingginya tingkat kecemasan yang mereka alami. Kecemasan ini muncul akibat adanya ketidakkongruenan antara *real self* dengan *ideal self* saat mereka dipenjara. Terapi Seni dapat menjadi alternatif cara untuk proses intervensi di penjara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Terapi Seni dalam menurunkan tingkat kecemasan narapidana. Hipotesis dalam penelitian ini adalah Terapi Seni memiliki pengaruh positif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada narapidana. Terapi ini dilakukan secara kelompok dalam 7 kali sesi pertemuan. Partisipan kelompok terdiri dari 8 orang narapidana laki laki berusia 20-34 tahun dengan kasus pembunuhan. Kecemasan partisipan diukur menggunakan *Beck Anxiety Inventory* (BAI) dan diberikan pada awal dan akhir terapi untuk melihat perubahan tingkat kecemasan narapidana. Eksperimen kuasi dengan desain *one group with double pretest and double posttest* digunakan dalam penelitian ini. Analisis statistik yang digunakan adalah *ANOVA repeated measure* dengan koreksi *Greenhouse Geisser*. Hasil analisis statistik menunjukkan $F(1,44, 10,08) = 0,819, p = 0,430$. Hal ini mengindikasikan bahwa Terapi Seni dengan pendekatan *Person-Centered* tidak memiliki pengaruh terhadap skor kecemasan narapidana selama sebelum dan sesudah terapi.

Kata kunci: kecemasan, Terapi Seni, narapidana

Abstract

Anxiety is one of problem that often occurred on prisoners. Incongruency between real self and ideal self is one of reason why they feel anxious when they are prisoned. Art therapy is one of alternative way to help prisoners reduce their anxiety. This study examined effect of art therapy to help prisoners reduce their level of anxiety. Hypothesis of this study was art therapy has positive effect to reduce prisoner's level of anxiety. Intervention in this study had 7 sessions and was conducted in group. There were 8 prisoners, 20-34 years old, with murder case. Participant's level of anxiety was measured with *Beck Anxiety Inventory* (BAI) in the beginning and in the end of therapy. This study used one group with double pre-test and double post-test design. A one-way repeated measures ANOVA was conducted to compare the effect of art therapy with person-centered approach on prisoners's level of anxiety. A repeated measure ANOVA with a Greenhouse-Geisser correction showed that $F(1.44, 10.08) = 0.819, p = 0.430$. It concluded that there was no significant effect of art therapy with Person-Centered approach on prisoner's level of anxiety before and after therapy.

Keywords: anxiety, Art Therapy, prisoner