

EFEKTIVITAS TERAPI MELUKIS DAN MENGGAMBAR PADA PASIEN SKIZOFRENIA

¹Winda Ratna Wulan

¹Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat

winda.shafira@gmail.com

ABSTRAK

World Health Organization menyebutkan penderita schizophrenia di dunia mencapai 23 juta orang. Gejala positif dan negatif yang dimiliki oleh pasien schizophrenia akan memengaruhi pasien dalam melakukan aktivitas, membina hubungan, dan hidup secara mandiri. Terapi seni sebagai bagian dari terapi modalitas berfungsi sebagai terapi terapeutik dan dapat digunakan sebagai alat untuk memberikan wawasan psikologis serta mendorong kematangan emosi. Melukis atau menggambar dapat memvisualisasi simbol-simbol yang muncul dari alam bawah sadar sebagai ekspresi pasien. Metode penelitian dengan pencarian elektronik dengan menggunakan situs pencarian PubMed Health, sciencedirect dan crossref, dengan kata kunci "art therapy". Pencarian jurnal dipersempit lagi dengan menambahkan kata kunci "psychiatric, schizophrenia, drawing dan painting", dengan rentang publikasi antara tahun 2013-2018 dan menggunakan metode penelitian antara lain randomized control trial dan kuasi eksperimen. Hasil penelitian bahwa manajemen terapi seni lukis dan gambar pada pasien schizophrenia dapat meningkatkan motivasi, hubungan interpersonal, kepatuhan minum obatperbaikan pola tidur, menurunkan gejala positif dan negatif, mengurangi tingkat kecemasan, depresi serta kemarahan. berdasarkan literature review dari empat jurnal didapatkan bahwa terapi melukis efektif terhadap perbaikan kondisi pasien schizophrenia.

Kata Kunci: art therapy, drawing, painting, schizophrenia

ABSTRACT

The World Health Organization states that there are approximately 23 million people with schizophrenia worldwide. The positive and negative symptoms experienced by patients with schizophrenia can significantly affect their ability to engage in activities, build relationships, and live independently. Art therapy, as part of a therapeutic modality, serves as a therapeutic intervention and can be used as a tool to provide psychological insights and promote emotional maturity. Painting or drawing can visualize symbols that emerge from the subconscious as expressions of the patients. The research method involved electronic searches using databases such as PubMed Health, ScienceDirect, and CrossRef, with the keyword "art therapy." The search for journals was further narrowed by adding keywords such as "psychiatric, schizophrenia, drawing, and painting," with a publication range between 2013 and 2018, and utilizing research methods including randomized control trials and quasi-experimental studies. The results of the research indicate that the management of art therapy through painting and drawing in patients with schizophrenia can enhance motivation, improve interpersonal relationships, increase medication adherence, improve sleep patterns, reduce both positive and negative symptoms, and decrease levels of anxiety, depression, and anger. Based on a literature review of four journals, it was found that painting therapy is effective in improving the condition of patients with schizophrenia.

Keywords: art therapy, drawing, painting, schizophrenia

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (2014), Schizophrenia merupakan istilah gangguan mental berat yang ditandai dengan gangguan proses pikir yang berat, yang berpengaruh pada bahasa, persepsi, dan kesadaran diri. Hal tersebut berpengaruh terhadap hilangnya fungsi dan kemampuan proses belajar. Lebih lanjut, *World Health Organization* (2017) menyebutkan bahwa penderita schizophrenia di dunia mencapai 23 juta orang. Di Indonesia prevalensi gangguan jiwa sebanyak 1,7 per mil (Riskekdas, 2013). Menurut data Departemen Kesehatan RI (2013), bahwa 70% gangguan jiwa terbesar adalah schizophrenia. Di Jawa Barat orang yang mengalami gangguan jiwa berat dengan prevalensi 1,6 per mil atau dapat diartikan 1 – 2 orang dari 1000 warganya.

Schizophrenia memiliki gejala yang heterogen yaitu gejala positif dan gejala negatif. Gejala positif menunjukkan perilaku berlebihan yang terdiri dari waham, halusinasi, disorganisasi pembicaraan, gangguan pergerakan dan penurunan perilaku sosial serta catatonia (keadaan dimana seseorang menjadi bisu). Sementara gejala negatif menunjukkan adanya penurunan fungsi otak yang ditandai dengan afek datar, alogia (tidak adanya inisiatif untuk berbicara kepada orang lain, avolition (penurunan motivasi dan aktivitas spontan, ketidakmampuan untuk mengawali tugas seperti kontak sosial, bercukur dan aktivitas harian lainnya) dan anhedonia (ketidakmampuan untuk merasakan emosi) (Stuart, 2013; Wiramihardja, 2010). Oleh karena gejala tersebut, pasien dengan schizophrenia memiliki kesulitan dalam bekerja, membina hubungan dan hidup secara mandiri, sehingga penderita schizophrenia tidak jarang mendapat perlakuan diskriminasi dan pengucilan.

Stigma masyarakat terhadap penderita schizophrenia buruk. Perasaan takut, khawatir dan curiga menyebabkan

masyarakat mengisolasi penderita schizophrenia dalam interaksi sosial (Ariananda, 2015). Oleh karena itu, untuk meningkatkan kualitas hidup penderita schizophrenia, diperlukan perawatan dan penatalaksanaan yang tepat.

Penatalaksanaan pasien schizophrenia dapat dilakukan dengan psikofarmakologi, psikoterapi, milieu therapy, pendekatan keperawatan dan terapi modalitas. Terapi modalitas merupakan metode terapan dengan memberdayakan kemampuan fisik atau elektrik yang bertujuan untuk penyembuhan pasien. Salah satu terapi modalitas yang dapat diterapkan yaitu terapi seni.

Terapi seni terutama seni rupa memiliki potensi terapeutik dan dapat digunakan sebagai alat untuk memberikan wawasan psikologis serta mendorong kematangan emosi. Selain itu, hal tersebut juga dapat mendorong pasien untuk mengekspresikan diri (Akhan & Atasoy, 2017). Melukis atau menggambar sebagai bagian dari seni rupa memiliki kelebihan dibandingkan media lain yaitu melukis dapat memvisualisasi simbol-simbol yang muncul dari alam bawah sadar sebagai ekspresi pasien. Menurut Ceaușu (2018), dasar psikologi untuk menjelaskan neuropsikologi dari menggambar merujuk bahwa media gambar berfungsi sebagai simbol instrumental dari otak yang berfungsi sama dengan bahasa yang terucap; media gambar sebagai representasi dari tingkat area cortical tertentu; setiap lesi pada tingkat cortical tertentu akan terlihat dengan adanya gangguan khusus dalam media gambar; berfungsi sebagai neurofisik, media gambar dapat dipertimbangkan sebagai bentuk analisa diagnosa psikosa.

Melukis dapat membawa perubahan pada kesehatan mental penderita dengan menyalurkan perasaan-perasaan yang dapat memperbaiki aspek kognitif, afektif dan psikomotorik (Norsyehan, Lestari, Mulyani, 2015). Bertitik tolak dari hal tersebut, penulis melakukan kajian terhadap beberapa penelitian untuk mengetahui

terapi yang dapat digunakan secara efektif untuk pasien schizophrenia.

METODE

Metode yang digunakan dalam literature review ini adalah dengan pencarian elektronik pada situs pencarian PubMed Health, Sciencedirect, dan Crossref. Pencarian yang sama digunakan untuk setiap data base dengan kata kunci “art therapy” dan didapatkan sebanyak 445; 100.608; dan 968.812 artikel jurnal pada masing-masing data base. Kemudian pencarian dipersempit lagi dengan menambahkan kata kunci “psychiatric, schizophrenia, drawing, dan painting” sehingga didapatkan sebanyak 8; 201; dan 300 jurnal artikel pada masing-masing data base. Artikel jurnal dipilih dengan kriteria (1) Dipublikasikan pada tahun 2013-2018 (2) merupakan penelitian Randomized Controlled Trial atau kuasi eksperimen (3) akses full teks dan (4) merupakan artikel yang memiliki intervensi untuk pasien schizophrenia sehingga didapatkan sebanyak 4 artikel jurnal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pasien dengan schizophrenia mengalami gangguan mendalam pada proses berpikir sehingga hal tersebut dapat memengaruhi bahasa, persepsi, dan kesadaran diri (World Health Organization, 2014). Adanya gangguan tersebut dapat menjadi hambatan dalam berkomunikasi dengan pasien schizophrenia. Pada pasien dengan schizophrenia, melukis, menggambar, atau mewarnai sebuah objek dapat menjadi bentuk komunikasi dari alam bawah sadarnya (Norsyehan, Ririn Lestari, & Mulyani, 2015).

Sebuah karya seni dapat menggambarkan karakteristik dari penciptanya (Teneycke, Hoshino, & Sharpe, 2009). Selain itu, karya seni juga melibatkan kreativitas sehingga dapat menyalurkan emosi dan pikiran yang terpendam. Visualisasi atau simbol-simbol yang muncul dari sebuah karya seni yang dibuat baik secara sadar maupun tidak sadar memiliki makna yang berhubungan secara langsung dengan akar

permasalahan yang sedang dihadapi oleh pasien sehingga hal tersebut dapat menjadi salah satu media untuk menentukan diagnosa sampai sejauh mana kerusakan kondisi kejiwaan pasien dan pengobatan jenis apakah yang sesuai bagi pasien (Anoviyanti, 2008).

Selain sebagai salah satu media untuk mengkaji kondisi pasien, melukis atau menggambar juga bisa menjadi media terapi bagi pasien schizophrenia. Kim, Kim, Choe, dan Kim (2017), Utaş Akhan dan Atasoy (2017), Qiu et al. (2017), serta Cho dan Lee (2018) melakukan penelitian terkait keefektifan terapi melukis dan menggambar sebagai terapi modalitas bagi pasien schizophrenia.

Persamaan dari keempat penelitian tersebut adalah keempat terapi modalitas dimulai dengan sesi pengenalan antar rehabilitan, serta terapis dan rehabilitan. Keempat terapi tersebut juga bisa dilakukan secara berkelompok. Keempat terapi tersebut juga diberikan kepada pasien skizofrnia yang sedang dalam masa pengobatan. Selain itu, yang mendampingi pasien selama terapi berlangsung adalah terapis yang sudah tersertifikasi. Dimana pada penelitian yang dilakukan oleh Qiu et al (2017), pendamping merupakan psikolog dan terapis yang sudah tersertifikasi oleh Chinese Association of Mental Hygiene yang sudah memiliki pengalaman bekerja lebih dari 10 tahun dengan ODGJ. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Kim et al (2017) pendamping merupakan perawat, psikolog, dan terapis Mandala Art Therapy yang telah memiliki pengalaman memberikan terapi mandala art selama 4 tahun. Pada penelitian yang dilakukan oleh Utaş Akhan dan Atasoy (2017), pendamping terdiri dari dua orang perawat, dimana satu perawat sebagai pendamping terapi dan satu perawat lagi berperan sebagai terapis yang sudah mendapatkan pelatihan Marbling Art Therapy selama satu tahun. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Cho dan Lee (2018) pendamping merupakan

perawat yang sudah berpengalaman di bangsal psikiatrik selama 10 tahun, memiliki sertifikat psikoterapi seni, telah melakukan berbagai program aktivitas yang terorganisir termasuk program seni, dan memiliki pelatihan dasar dalam wawancara motivasi.

Perbedaan dari keempat penelitian tersebut dapat dilihat dari teknik menggambar yang dilakukan, tujuan dari intervensi yang diberikan, durasi intervensi, serta kriteria inklusi dan eksklusi pasien yang mendapatkan terapi. Qiu et al. (2017) melakukan penelitian dengan menggunakan teknik menggambar bebas, dimana pasien diminta untuk menggambar apapun yang menarik perhatian mereka, seperti benda, hewan, mimpi, warna, dan keluarga. Pada penelitian yang dilakukan oleh Kim et al. (2017), teknik menggambar yang dilakukan adalah memilih dan mewarnai pola mandala yang memiliki ciri khas berbentuk lingkaran, dimana teknik mewarnai dilakukan dari arah luar ke dalam. Utaş Akhan dan Atasoy (2017) melakukan penelitian dengan menggunakan teknik melukis marbling, yaitu melukis abstrak dengan menggunakan berbagai alat seperti cat warna, crayon, dan pensil warna. Sedangkan Cho dan Lee (2018) pasien diminta untuk menggambar secara berkelompok.

Intervensi yang diberikan pada empat artikel jurnal tersebut memiliki tujuan yang berbeda. Penelitian yang dilakukan oleh Qiu et al. (2017) bertujuan untuk melihat efektivitas terapi menggambar yang kemudian disebut dengan program Go Beyond the Schizophrenia (GBTS) terhadap penurunan tingkat kecemasan, depresi, tingkat kemarahan, serta gejala positif dan negatif pada pasien schizophrenia. Selain itu, penelitian tersebut juga bertujuan untuk melihat efektivitas terapi terhadap peningkatan hubungan interpersonal, kepatuhan minum obat, dan perbaikan pola tidur. Instrumen yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah The State-Trait Anger Expression

Inventory, The Back Depression Inventory, dan The State-Trait Anxiety Inventory. Penelitian yang dilakukan oleh Kim et al. (2017) bertujuan untuk melihat efektivitas Mandala Art Therapy terhadap kesejahteraan, resiliensi, dan motivasi pada pasien schizophrenia sehingga instrumen yang digunakan adalah Concise Measure of Subjective Well-Being (COMOSWB), Resilience Scale, dan Schizophrenia Hope Scae-9 (SHS-9). Penelitian yang dilakukan oleh Utaş Aakhan dan Atasoy (2017) bertujuan untuk melihat efektivitas terapi menggambar dengan menggunakan teknik marbling terhadap penurunan kecemasan pada pasien schizophrenia sehingga instrumen yang digunakan adalah positive-negative syndrome scale (PANSS) dan BeckAnxiety Inventory (BAI). Penelitian yang dilakukan oleh Cho dan Lee (2018) bertujuan untuk melihat efektivitas terapi menggambar secara berkelompok terhadap motivasi dan kebahagiaan, hubungan interpersonal, personal hygiene, kepatuhan pengobatan, dan penurunan gejala negatif pada pasien schizophrenia sehingga instrumen yang digunakan adalah Motivation and Pleasure Scale-Self Rating Items (MAPSR), The Personal Sanitary Compliance Table and Program Participation Table, Interpersonal relationship functioning assessment scale, dan The Scale for the Assessment of Negative Symptoms (SANS).

Penelitian yang dilakukan oleh Qiu et al. (2017) melakukan intervensi selama 48 minggu, dimana satu pertemuan berlangsung selama 120 menit yang dibagi ke dalam tiga sesi. Sesi pertama berlangsung selama 60 menit (pasien diminta untuk menggambar), sesi kedua berlangsung selama 15-25 menit (wawancara dengan terapis dan psikolog di ruangan tertutup), dan sisanya sesi ketiga (pasien diminta untuk menjelaskan maksud dari apa yang dia gambar). Intervensi yang diberikan pada penelitian yang dilakukan oleh Kim et al. (2017) berlangsung selama 4 minggu sebanyak 8 sesi (2 kali

seminggu), dimana setiap sesi berlangsung selama satu jam. Utas Akhan dan Atasoy (2017) melakukan intervensi selama 8 minggu yang dilakukan 3 kali dalam seminggu. Setiap pasien diajari untuk menggambar lukisan marbel dengan didampingi perawat yang sudah terampil dalam seni marbel selama 30 menit. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Cho dan Lee (2018) intervensi berlangsung selama 6 minggu yang terdiri dari 12 sesi (2 kali seminggu) dimana satu sesi berlangsung selama 50 menit.

Meskipun keempat artikel jurnal ditujukan untuk pasien skizofrenia, namun masing-masing penelitian memiliki kriteria inklusi dan eksklusi partisipan masing-masing. Pada penelitian yang dilakukan oleh Qiu et al. (2017) kriteria inklusinya adalah berusia 18-65 tahun, mendapatkan pengobatan secara aktif, dan tidak mendapatkan pendidikan formal melukis dan menggambar. Sedangkan kriteria eksklusinya adalah pasien memiliki kormobid, bipolar, demensia, dan penyalahgunaan obat-obatan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Kim et al. (2017), kriteria inklusinya adalah pasien erusia 18 tahun atau lebih, didiagnosa asalah kesehatan mental yang tercantum dala DSM 5, memiliki nilai global assessment of functioning ≥ 60 . Sedangkan kriteria eksklusinya adalah pasien dengan gejala psikiatrik yang parah, misalnya melukai diri sendiri atau orang lain dan pasien yang memilii konsentrasi kurang baik. Penelitian yang dilakukan oleh Utas Akhan dan Atasoy (2017) memiliki kriteria inklusi tidak memiliki riwayat konsumsi alkohol ataupun ekerasan, pasien dengan observasi obat dan tidak di ECT dalam 6 bulan terakhir, dan kooperatif. Sedangkan kriteria inklusinya adalah pasien dengan gangguan fisik dan neurologi yang parah. Penelitian yang dilakukan oleh Cho dan Lee (2018) memiliki kriteria inklusi pasien yang didiagnosis DSM 5 dan menggunakan obat antipsikotik.

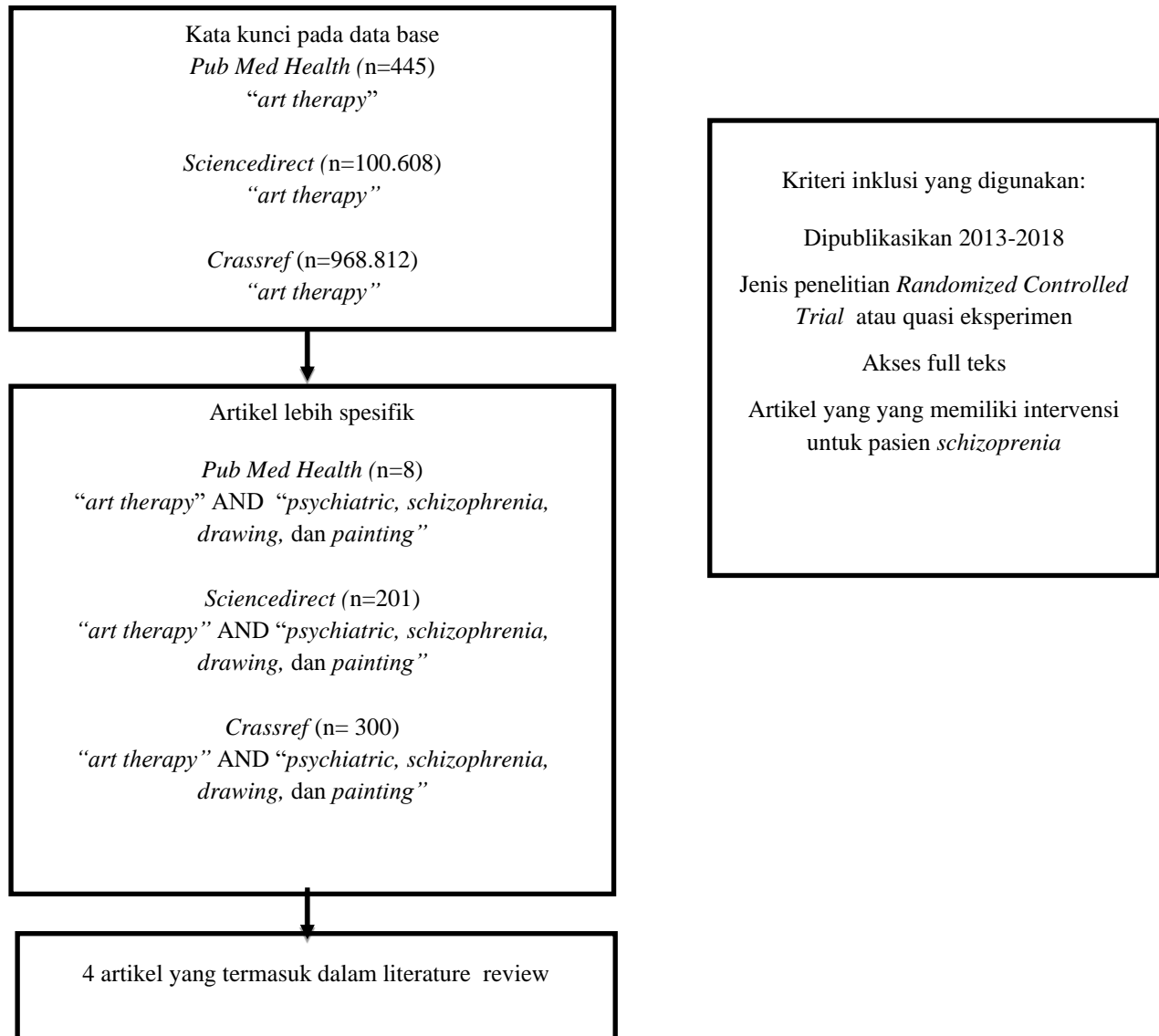
SIMPULAN

Review dari beberapa artikel jurnal di atas memberikan gambaran bahwa terapi melukis dan menggambar memberikan dampak yang positif terhadap kondisi pasien schizoprenia, yakni meningkatkan motivasi, meningkatkan hubungan interpersonal, kepatuhan minum obat dan perbaikan pola tidur, menurunkan gejala positif dan negatif, mengurangi tingkat kecemasan, depresi, serta kemarahan. Keempat artikel jurnal tersebut memiliki tujuan yang berbeda sehingga tidak dapat ditentukan mana itervensi yang paling baik untuk diterapkan pada pasien schizoprenia. Namun, intervensi dari keempat artikel jurnal tersebut efektif terhadap perbaikan kondisi pasien schizoprenia sehingga kami mengajurkan keempat intervensi tersebut dapat diterapkan di rehabilitasi mental Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat.

REFERENSI

- Anoviyanti, S. R. (2008). Terapi Seni Melalui Melukis pada Pasien Schizophrenia dan Ketergantungan Narkoba 1 Terapi Seni, Perpaduan Dua Buah Disiplin Ilmu. *ITB J. Vis. Art & Des*, 2(1), 72–84. <https://doi.org/10.5614/itbj.vad.2008.2.1.5>
- Ceaușu, F. (2018). Fine Arts: 6. The Healing Power of Art-Therapy. *Review of Artistic Education*, 16(1), 203-211.
- Cho, J. M., & Lee, K. (2018). Effects of Motivation Interviewing Using a Group Art Therapy Program on Negative Symptoms of Schizophrenia. *Archives of Psychiatric Nursing*, (June), 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2018.07.002>

- Kim, H., Kim, S., Choe, K., & Kim, J. S. (2018). Effects of Mandala Art Therapy on Subjective Well-being, Resilience, and Hope in Psychiatric Inpatients. *Archives of Psychiatric Nursing*, 32(2), 167–173. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2017.08.008>
- Norsyehan, Ririn Lestari, D., & Mulyani, Y. (2015). Terapi melukis terhadap kognitif pasien schizoprenia di rumah sakit jiwa sambang lihum. *Terapi Melukis*, 3(2), 71–78.
- Qiu, H. Z., Ye, Z. J., Liang, M. Z., Huang, Y. Q., Liu, W., & Lu, Z. D. (2017). Effect of an art brut therapy program called go beyond the schizoprenia (GBTS) on prison inmates with schizoprenia in mainland China—A randomized, longitudinal, and controlled trial. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 24(5), 1069–1078. <https://doi.org/10.1002/cpp.2069>
- Sari, F. S., Hakim, R. L., Kartina, I., & Kusuma, A. N. H. (2018). Art Drawing Therapy Efektif Menurunkan Gejala Negatif Dan Positif Pasien Schizoprenia. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 9(2).
- Teneycke, T., Hoshino, J., & Sharpe, D. (2009). The bridge drawing: An exploration of psychosis. *Arts in Psychotherapy*, 36(5), 297–303. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2009.07.003>
- Utaş Akhan, L., & Atasoy, N. (2017). Impact of marbling art therapy activities on the anxiety levels of psychiatric patients. *Journal of Human Sciences*, 14(2). <https://doi.org/10.14687/jhs.v14i2.4397>
- UU Republik Indonesia No. 18 tahun 2014. Kesehatan Jiwa
- Widianti, E., Keliat, B. A., & Wardhani, I. Y. (2017). Aplikasi Terapi Spesialis Keperawatan Jiwa Pada Pasien Schizoprenia Dengan Harga Diri Rendah Kronis Di Rsmm Jawa Barat. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 3(1), 83-99.



Gambar 1: *Flowgram* Pemilihan Studi