

**PENERAPAN ART THERAPY (CLAY) DENGAN LAYAAAN BIMBINGAN
KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN
EMOSIONAL SISWA DI SAGGAR BIMBINGAN
KAMPUNG PANDAN MALAYSIA**

ARTIKEL

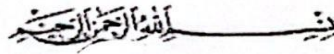
*Diajukan guna Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat guna
Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Program Studi Bimbingan dan Konseling*

OLEH

NURLAILA RAHMI
NPM. 2202080019



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2026**



BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
 Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
 Jurusan/Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
 Nama Lengkap : Nurlaila Rahmi
 N.P.M : 2202080019
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Proposal : Penerapan *Art Therapy* "Clay" dengan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan di Kampung Pandan Malaysia

Tanggal	Deskripsi Hasil Bimbingan Proposal	Paraf
25-agustus-2025	konsultasi awal mengenai struktur Penulisan jurnal dan Penyesuaian format template jurnal	<i>[Signature]</i>
15-September-2025	konsultasi lanjutan mengenai Pendahuluan (1-latar belakang, 2-tujuan Penelitian)	<i>[Signature]</i>
22-September-2025	Revisi bagian teori dan Penambahan revisi Referensi Pendukung Penelitian.	<i>[Signature]</i>
06-Oktober-2025	revisi metode Penelitian dan analisis hasil	<i>[Signature]</i>
10-Oktober-2025	memperbaiki dan menambahkan Pendahuluan	<i>[Signature]</i>
13-Oktober-2025	Revisi abstrak, kesimpulan dan daftar Pustaka	<i>[Signature]</i>
21-Desember-2025	ACC untuk Seminar Proposal	<i>[Signature]</i>

Medan, Desember 2025

Diketahui oleh:
Ketua Prodi

M. Fauzi H. Sibuan, S.Pd., M.Pd

Dosen Pembimbing

Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi.



LEMBAR PENGESAHAN HASIL SEMINAR ARTIKEL

Artikel yang sudah diseminarkan oleh mahasiswa di bawah ini :

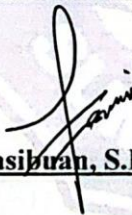
Nama Lengkap : Nurlaila Rahmi
N.P.M : 2202080019
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Artikel : Penerapan *Art Therapy (Clay)* dengan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan di Kampung Pandan Malaysia.

Pada hari Rabu, Tanggal 10 Desember 2026 sudah layak menjadi Artikel.

Medan, April 2026

Disetujui oleh :

Dosen Pembahas



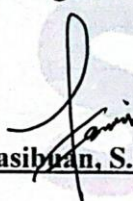
M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

Dosen Pembimbing



Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi, M.Psi, Psikolog.

Diketahui oleh
Ketua Program Studi



M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

Unggul | Cerdas | Terpercaya

SURAT PERNYATAAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Nurlaila Rahmi
N.P.M : 2202080019
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Artikel : Penerapan *Art Therapy (Clay)* dengan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan di Kampung Pandan Malaysia.

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Penelitian yang saya lakukan dengan judul di atas belum pernah diteliti di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
2. Penelitian ini akan saya lakukan sendiri tanpa ada bantuan dari pihak manapun dengan kata lain penelitian ini tidak saya tempahkan (dibuat) oleh orang lain dan juga tidak tergolong *Plagiat*.
3. Apabila point 1 dan 2 di atas saya langgar maka saya bersedia untuk dilakukan pembatalan terhadap penelitian tersebut dan saya bersedia mengulang kembali mengajukan judul penelitian yang baru dengan catatan mengulang seminar kembali.

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat tanpa ada paksaan dari pihak manapun juga, dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, April 2026

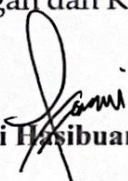
Hormat saya

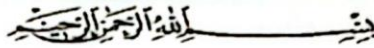
buat pernyataan,



Nurlaila Rahmi









Diketahui oleh Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling


M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.



BERITA ACARA BIMBINGAN ARTIKEL

Nama Mahasiswa : Nurlaila Rahmi
NPM : 2202080019
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Artikel : Penerapan *Art Therapy (Clay)* dengan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan di Kampung Pandan Malaysia.

Tanggal	Materi Bimbingan Artikel	Paraf	Keterangan
13/Januari 2026	Submit Jurnal		
12/Februari 2026	Perbaikan Judul dan abstrak		
20/Februari 2026	Perbaikan Pendahuluan		
22/Februari 2026	Perbaikan metode		
03/Maret 2026	Perbaikan Hasil		
11/Maret 2026	Penambahan referensi jurnal		
15/Maret 2026	Publish Jurnal.		
02/April 2026	Ditetujui untuk upload skripsi		

Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling

M. Fauzi Hasbuan, S.Pd., M.Pd.

Medan, April 2026
Dosen Pembimbing

Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi, M.Psi, Psikolog.

LEMBAR PENGESAHAN ARTIKEL

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Artikel ini diajukan oleh mahasiswa di bawah ini:

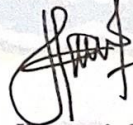
Nama Mahasiswa : Nurlaila Rahmi
NPM : 2202080019
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Artikel : Penerapan *Art Therapy (Clay)* dengan Layanan Bimbingan Kelompok
Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan
di Kampung Pandan Malaysia

sudah layak disidangkan.

Medan, April 2026

Disetujui oleh:

Pembimbing

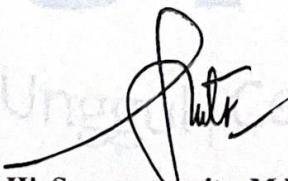


Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi, M.Psi, Psikolog


Diketahui oleh:

Dekan

Ketua Program Studi



Dra. Hj. Syamsuyarnita, M.Pd



M. Fauzi Hasbi, S.Pd, M.Pd

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan taufik dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga artikel yang berjudul “Penerapan *Art Therapy* Dengan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdassa Emosional Siswa Sanggar Bimbingan di Kampong Pandan Malaysia” dapat diselesaikan. Penulis menyusun artikel ini guna memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan artikel ini tidak terlepas dari berbagai kendala dan keterbatasan. Namun, berkat bimbingan, arahan, dukungan, serta doa dari berbagai pihak, artikel ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, dengan penuh rasa syukur dan hormat, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada

1. Bapak **Prof. Dr. Agussani, M.AP** selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Ibu **Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd.**, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
3. Ibu **Dr. Hj. Dewi Kesuma Nasution, M.Hum.**, selaku Wakil Dekan I Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
4. Bapak **Mandra Saragih, S.Pd., M.Hum.**, selaku Wakil Dekan III Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
5. Bapak **M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.**, selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Yang selalu memberikan motivasi, saran dan arahan dari awal hingga selesainya skripsi.
6. Ibu **Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Pd., M.Psi., Psikolog**, selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu

Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara sekaligus dosen pembimbing penulis, yang bukan hanya sekadar membimbing secara akademik, tetapi juga menjadi pemandu serta motivator yang sangat luar biasa. Terima kasih atas kesabaran, perhatian, motivasi, dan bimbingan yang diberikan selama proses penulisan artikel ini sehingga penulis dapat menyelesaikan artikel dengan tepat waktu.

7. Seluruh Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
8. Kepada Cinta pertama dan Panutanku, ayahanda **Suwanto**, terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan penulis, beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, Terimakasih atas doa-doa yang selalu diberikan untuk penulis. Berkat doa serta dukungannya sehingga penulis berada di titik ini. serta selalu memberikan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana. Terima kasih atas segala pengorbanannya Sehat selalu dan panjang umur karena ayah selalu ada di setiap perjuangan dan pencapaian penulis.
9. Kepada Pintu surgaku, ibunda tercinta **Fitria** yang selalu menjadi penyemangat penulis dan menjadi sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta dan selalu memberikan motivasi yang luar biasa. Terimakasih atas doa-doa yang selalu diberikan untuk penulis. Terimakasih selalu berjuang untuk penulis, berkat doa serta dukungannya sehingga penulis berada di titik ini. Sehat selalu dan panjang umur karna ibu selalu ada di setiap perjuangan dan pencapaian penulis.
10. Kepada saudara perempuan penulis **Ika Ramadani S.Pd** Terima kasih banyak atas dukungan moral maupun materil. Terima kasih sudah menjadi sosok kakak yang terbaik bagi penulis, terima kasih juga atas motivasinya yang selalu

diberikan kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.

11. Kepada Nenek Tercinta **Alm. Wahmi**, sosok yang selalu penulis rindukan. Yang kini raga nya sudah beristirahat dengan tenang di Surga-Nya Allah. Meski tidak sempat menemani penulis dalam proses ini, beliau tetap memiliki tempat tersendiri dalam hati penulis. Semoga Allah SWT melapangkan jalan beliau dan menempatkannya di tempat terbaik di sisi-Nya.
12. Kepada **Keluarga Besar** penulis ucapkan Terima kasih kepada keluarga besar yang selalu memberikan do'a dan dukungan serta semangat kepada penulis selama proses penyelesaian karya ini. Dukungan dan perhatian dari keluarga menjadi salah satu kekuatan bagi penulis untuk terus berusaha hingga penulis dapat mencapai di titik ini.
13. Kepada sahabat sekamar penulis **Yulia Rahma S.Pd** sosok yang paling sabar menghadapi segala tangisan penulis di dalam kamar, terima kasih sudah selalu mendengarkan keluh kesah penulis. Terima kasih sudah memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan proses ini dengan mudah. Semoga persahabatan ini selalu terjaga dengan baik.
14. Kepada **Wildaniah Mumtazah Sipahutar** sahabat seperjuangan terimakasih sudah hadir dalam kehidupan penulis dari masa penulis menjadi Mahasiswa baru. Terima kasih sudah selalu menemani dan berjuang bersama dengan penulis sehingga kita dapat menyelesaikannya dengan bersama, kehadiranmu memberikan dukungan dan semangat bagi penulis. Penulis sangat bersyukur karena dapat bertemu dan mengenal beliau. Semoga persahabatan ini selalu terjaga dengan baik.
15. Kepada **Aprilia, Inggit, vemilla**, Teman perjuangan semasa PPK Ormawa Terima kasih sudah menjadi sahabat penulis. Penulis sangat bersyukur dapat

bertemu dan mengenal mereka, terima kasih sudah selalu menemani dan berjuang bersama penulis sehingga kita dapat menyelesaikan proses ini bersama. Semoga persahabatan ini selalu terjaga dengan baik.

16. Kepada kakak-kakak Alumni, **Dania, Ayu, Tasya, Rafida**, terima kasih penulis ucapkan kepada kaka-kakak karena sudah banyak membantu dan memberikan dukungan kepada penulis, terima kasih selalu menjadikan penulis sebagai “Adik Kecil”. Penulis sangat bersyukur dapat bertemu dan mengenal kakak-kakak di masa perkuliahan ini hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
17. Kepada seseorang yang tidak dapat penulis sebutkan namanya, namun sosok yang penulis cintai terima kasih telah membersamai penulis pada hari yang tidak mudah selama proses ini. Terima kasih telah menjadi rumah yang tidak hanya berupa tanah dan bangunan. Terima kasih telah berkontribusi banyak dalam penulisan karya ini, baik meluangkan waktu, tenaga, pikiran, materi maupun moril kepada penulis. Terima kasih banyak telah menjadi bagian hidup penulis menjadi pendengar yang baik, menghibur dan penasehat yang baik. Semoga senantiasa selalu sabar menghadapi penulis dan memberikan cinta serta semangat untuk pantang menyerah.
18. Terakhir teruntuk anak terakhir yang manis, cantik, imut dan selalu menjadi kebahagiaan terakhir kedua orang tua **Nurlaila Rahmi** terima kasih karna sudah selalu kuat dan sudah bertahan sejauh ini, terima kasih karna tidak pernah menyerah meski sudah terjatuh berkali-kali. Terima kasih karna sudah selalu bahagia dan selalu bersikap tenang dalam semua keadaan. Tetap semangat, tetap berjuang dan tetap bertahan, masih banyak hal bahagia yang menanti dimasa depan. Teruslah melangkah ke depan tanpa menoleh kearah belakang, selamat

berpetualang di level kehidupan selanjutnya, tidak ada yang lebih indah dari menyaksikan proses dan pertumbuhan diri sendiri.

DAFTAR ISI

Berita Acara Seminar.....	i
Lembar Pengesahan Seminar.....	ii
Lembar Pengesahan Hasil Seminar.....	iii
Surat Pernyataan.....	iv
Berita Acara Sidang.....	v
Lembar Pengesahan.....	vi
Kata Pengantar.....	vii
Daftar Isi.....	xi
Abstrak.....	1
Pendahuluan.....	2
Metode Penelitian.....	4
Hasil Penelitian dan Pembahasan.....	6
Kesimpulan.....	13
Daftar Pustaka.....	14
K1.....	16
K2.....	17
K3.....	18
Surat Izin Riset.....	19
Surat Balasan Riset.....	20
Surat Publish Artikel.....	21
Cover Rumah Jurnal.....	22
Sertifikat Rumah Jurnal.....	23
LOA.....	24
Rivew Jurnal.....	25
Keterangan Email.....	42
Turnitin.....	43
Rivew Artikel.....	69
RPL.....	76
PPT Materi Penelitian.....	88
PPT Penelitian RPL.....	88
Dokumentasi.....	98

 <p>Vol.16, No. 1, Januari-Juni 2026 Doi: 10.30829/alirsyad.v16i1.28265</p>	<p>JURNAL PENDIDIKAN DAN KONSELING</p> <p>http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad ISSN 2686-2859 (online) ISSN 2088-8341 (cetak)</p>
<p>PENERAPAN ART THERAPY CLAY DENGAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL SISWA SANGGAR BIMBINGAN DI KAMPUNG PANDAN MALAYSIA</p>	
<p>Nurlaila Rahmi¹, Sri Ngayomi Yudha Wastuti² 1. Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, email: nurlailarahmi8@gmail.com 2. Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, email: sringayomi@umsu.ac.id</p>	

<p>Kata Kunci:</p>	<p>Abstrak</p>
<p><i>art therapy, bimbingan kelompok, media tanah liat (clay), kecerdasan emosional, regulasi emosi</i></p>	<p>Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya kemampuan regulasi emosi siswa yang ditunjukkan melalui perilaku menarik diri, kesulitan mengekspresikan perasaan, serta keterbatasan kontrol diri dalam interaksi sosial. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa melalui penerapan <i>art therapy</i> menggunakan media tanah liat (<i>clay</i>) dalam layanan bimbingan kelompok. Penelitian menggunakan desain penelitian tindakan dengan pendekatan kualitatif yang dilaksanakan dalam tiga siklus, meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian berjumlah delapan siswa di Sanggar Bimbingan 'Aisyiyah Kampung Pandan, Malaysia. Data dikumpulkan melalui observasi terstruktur, wawancara, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara deskriptif dengan perhitungan persentase ketercapaian indikator regulasi emosi yang meliputi keterbukaan, kemampuan mengekspresikan emosi secara positif, dan kontrol diri dalam dinamika kelompok. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan dari 50% pada siklus I menjadi 75% pada siklus II dan stabil pada siklus III. Temuan ini menunjukkan bahwa penerapan <i>art therapy</i> berbasis media tanah liat efektif dalam memperkuat kesadaran diri dan regulasi emosi siswa dalam konteks layanan bimbingan kelompok di pendidikan nonformal.</p>
<p>Keywords :</p>	<p>Abstract</p>
<p><i>art therapy, group guidance, clay media, emotional intelligence, emotional regulation</i></p>	<p><i>This study was motivated by students' low emotional regulation skills, reflected in withdrawal behavior, difficulty expressing feelings, and limited self-control in social interactions. The study aimed to enhance students' emotional intelligence through the implementation of clay-based art therapy in group guidance services. The research employed an action research design with a qualitative approach conducted in three cycles, including planning, implementation, observation, and reflection stages. The participants were eight students from the 'Aisyiyah Guidance Center in Kampung Pandan, Malaysia. Data were collected through</i></p>

structured observation, interviews, and documentation, and analyzed descriptively using percentage calculations of emotional regulation indicators, including openness, positive emotional expression, and self-control in group dynamics. The findings indicated an improvement from 50% in Cycle I to 75% in Cycle II, which remained stable in Cycle III. These results demonstrate that clay-based art therapy is effective in strengthening students' self-awareness and emotional regulation in nonformal group guidance settings.

PENDAHULUAN

Masa kanak-kanak merupakan fase perkembangan yang sangat menentukan dalam pembentukan identitas diri, kematangan sosial, serta kemampuan regulasi emosi. Pada tahap ini, anak mulai belajar mengenali perasaan yang muncul dalam dirinya, memahami respons emosional terhadap lingkungan, serta menyesuaikan perilaku dalam interaksi sosial. Kemampuan tersebut berperan penting tidak hanya dalam keberhasilan akademik, tetapi juga dalam kesehatan mental dan kualitas relasi sosial jangka panjang. Anak yang belum mampu mengelola emosinya cenderung menunjukkan perilaku impulsif, mudah tersinggung, menarik diri, atau kesulitan bekerja sama. Oleh karena itu, pengembangan kecerdasan emosional menjadi bagian penting dalam layanan pendidikan, baik formal maupun nonformal, sejalan dengan dimensi kesadaran diri dan regulasi diri dalam Profil Pelajar Pancasila (Kemendikbud, 2014).

Secara konseptual, Goleman (2003) menjelaskan bahwa kecerdasan emosional mencakup kesadaran diri, pengelolaan emosi, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial. Regulasi emosi menjadi inti dari kecerdasan emosional karena menentukan bagaimana individu merespons tekanan, konflik, dan frustrasi. Regulasi emosi bukan sekadar kemampuan menahan perasaan, melainkan kemampuan memahami, menafsirkan, dan mengarahkan respons emosional secara adaptif. Hilmy et al. (2022) menegaskan bahwa regulasi emosi dapat ditingkatkan melalui layanan konseling kelompok yang terstruktur dan berkelanjutan. Jika tidak dikembangkan sejak dini, kelemahan dalam regulasi emosi dapat berdampak pada rendahnya keterampilan sosial serta meningkatnya risiko masalah perilaku.

Nurlaila Rahmi, Sri Ngayomi Yudha Wastuti: ***Penerapan Art Therapy Clay Dengan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan Di Kampung Pandan Malaysia***

Fenomena rendahnya regulasi emosi pada siswa tidak hanya menjadi persoalan individual, tetapi juga memengaruhi dinamika kelompok belajar. Dalam situasi kelompok, ketidakmampuan mengelola emosi dapat memicu konflik, kesalahpahaman, serta hambatan komunikasi. Sebaliknya, regulasi emosi yang baik mendorong empati, toleransi, dan kerja sama. Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 menegaskan bahwa layanan bimbingan dan konseling bertujuan membantu peserta didik mencapai perkembangan pribadi dan sosial secara optimal. Dengan demikian, intervensi untuk memperkuat regulasi emosi perlu dilakukan secara sistematis melalui pendekatan yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak.

Salah satu pendekatan yang berkembang dalam layanan konseling adalah *art therapy*. Pendekatan ini memanfaatkan proses kreatif sebagai media ekspresi emosional, terutama bagi individu yang mengalami kesulitan mengungkapkan perasaan secara verbal. Fauziyyah et al. (2020) menjelaskan bahwa terapi seni membantu anak menyalurkan emosi negatif secara konstruktif melalui simbol visual. Aironi dan Grahani (2022) juga menunjukkan bahwa *art therapy* efektif menurunkan kecenderungan agresi melalui mekanisme ekspresi emosi yang lebih adaptif. Secara internasional, Jewell et al. (2022) menemukan bahwa terapi seni kelompok berbasis keterampilan mampu meningkatkan kontrol emosi pada individu dengan *emotion dysregulation*, terutama melalui interaksi kelompok yang suportif.

Penggunaan media tanah liat (*clay*) dalam *art therapy* memiliki karakteristik sensorik yang berbeda dibandingkan media gambar atau lukis. Tanah liat bersifat fleksibel, dapat diremas, dibentuk, dan dimodifikasi secara langsung, sehingga memberikan pengalaman taktil yang membantu pelepasan ketegangan emosional. Oktawati et al. (2020) menemukan bahwa bermain terapeutik *clay* mampu menurunkan tingkat kecemasan anak melalui aktivitas motorik yang terarah. Nan et al. (2023) bahkan menunjukkan bahwa *clay art therapy* secara signifikan meningkatkan regulasi emosi dan menurunkan indikator stres biologis pada remaja dengan masalah emosional. Hal ini menunjukkan bahwa media *clay* tidak hanya bersifat kreatif, tetapi juga memiliki dasar empiris dalam stabilisasi emosi.

Nurlaila Rahmi, Sri Ngayomi Yudha Wastuti: ***Penerapan Art Therapy Clay Dengan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan Di Kampung Pandan Malaysia***

Selain aspek individual, dinamika kelompok dalam *art therapy* juga memainkan peran penting dalam penguatan regulasi emosi. Vega-Ramírez et al. (2022) menjelaskan bahwa aktivitas seni ekspresif dalam kerja kelompok membantu individu merefleksikan emosi melalui interaksi sosial yang suportif. Ketika anggota kelompok berbagi pengalaman dan mendengarkan cerita satu sama lain, terjadi proses pembelajaran sosial yang mempercepat perkembangan empati dan kontrol diri. Zhang et al. (2024) dalam meta-analisisnya menyimpulkan bahwa intervensi *art therapy* efektif dalam menurunkan kecemasan pada anak dan remaja, terutama ketika dilakukan dalam konteks kelompok yang terstruktur.

Meskipun berbagai penelitian telah membuktikan efektivitas *art therapy*, sebagian besar studi masih dilakukan dalam konteks klinis atau sekolah formal. Penelitian yang secara khusus mengintegrasikan *art therapy* berbasis *clay* dalam layanan bimbingan kelompok di lingkungan sanggar bimbingan nonformal masih relatif terbatas. Sabri et al. (2024) dan Astuti (2024) memang menunjukkan efektivitas *art therapy* dalam konteks pendidikan, namun belum banyak penelitian yang menggunakan desain penelitian tindakan dengan pendekatan siklus untuk melihat perkembangan secara bertahap. Kondisi ini menunjukkan adanya celah penelitian yang relevan untuk dikaji lebih lanjut.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini menawarkan kebaruan berupa integrasi *art therapy* berbasis media tanah liat (*clay*) secara sistematis dalam layanan bimbingan kelompok melalui desain penelitian tindakan yang dilaksanakan dalam tiga siklus. Pendekatan ini tidak hanya menekankan ekspresi emosional individual, tetapi juga memanfaatkan dinamika kelompok sebagai ruang refleksi bersama untuk memperkuat regulasi emosi siswa secara bertahap. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan proses pelaksanaan serta menganalisis dampak penerapan *art therapy* berbasis *clay* dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa di Sanggar Bimbingan Kampung Pandan, Malaysia.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain penelitian tindakan (*action research*) yang bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa melalui layanan bimbingan kelompok berbasis *art therapy*.

Nurlaila Rahmi, Sri Ngayomi Yudha Wastuti: ***Penerapan Art Therapy Clay Dengan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan Di Kampung Pandan Malaysia***

Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti melakukan perbaikan secara bertahap melalui tahapan perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi dalam setiap siklus. Penelitian tindakan tidak hanya berfungsi untuk mendeskripsikan fenomena, tetapi juga menghasilkan perubahan nyata pada subjek penelitian. Dengan pendekatan ini, intervensi dilakukan secara sistematis dalam tiga siklus untuk melihat perkembangan regulasi emosi siswa secara bertahap dan berkelanjutan.

Penelitian dilaksanakan di Sanggar Bimbingan 'Aisyiyah Kampung Pandan, Kuala Lumpur, Malaysia, dengan subjek delapan siswa yang dipilih secara purposive berdasarkan indikasi rendahnya regulasi emosi, seperti kesulitan mengendalikan kemarahan, kurangnya keterbukaan dalam interaksi sosial, serta kecenderungan menarik diri dalam kelompok. Intervensi dilakukan melalui layanan bimbingan kelompok yang terintegrasi dengan *art therapy* menggunakan media tanah liat (*clay*) sebagai sarana ekspresi emosional. Pada setiap siklus, siswa mengikuti kegiatan pembentukan karya dengan tanah liat, diskusi kelompok, serta refleksi bersama untuk memahami hubungan antara perasaan dan perilaku mereka.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi terstruktur, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi digunakan untuk mengidentifikasi indikator regulasi emosi yang meliputi keterbukaan dalam berinteraksi, kemampuan mengekspresikan emosi secara positif, serta kontrol diri dalam dinamika kelompok. Wawancara dilakukan untuk menggali pengalaman subjektif siswa selama mengikuti kegiatan, sedangkan dokumentasi berupa catatan lapangan dan hasil karya siswa digunakan sebagai data pendukung. Keabsahan data diperkuat melalui triangulasi teknik dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif dengan membandingkan perubahan perilaku siswa dari siklus I hingga siklus III. Untuk memberikan gambaran perkembangan yang lebih terukur, analisis juga dilengkapi dengan perhitungan persentase ketercapaian indikator regulasi emosi pada setiap siklus. Persentase diperoleh dengan membandingkan jumlah siswa yang memenuhi indikator dengan jumlah keseluruhan siswa, kemudian dikalikan 100%. Pendekatan ini memungkinkan peneliti menggambarkan kecenderungan

peningkatan secara lebih sistematis tanpa mengubah karakter utama penelitian sebagai penelitian tindakan kualitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Siklus I – Kesadaran Awal Regulasi Emosi

a. Temuan

Pada siklus pertama, kegiatan difokuskan pada tahap pengenalan dan eksplorasi emosi melalui layanan bimbingan kelompok berbasis *art therapy* menggunakan media tanah liat (*clay*). Kegiatan diawali dengan pembentukan suasana kelompok yang kondusif, di mana peneliti memberikan penjelasan mengenai tujuan kegiatan dan cara menggunakan tanah liat sebagai sarana mengekspresikan perasaan. Siswa kemudian diminta membentuk objek bebas yang menggambarkan suasana hati mereka. Selama proses berlangsung, peneliti mengamati ekspresi wajah, bahasa tubuh, respons verbal, serta pola interaksi antar anggota kelompok. Hasil observasi menunjukkan adanya variasi respons emosional. Empat siswa (RN, FTR, BNT, dan KVN) tampak antusias dan menunjukkan ekspresi positif seperti tersenyum, tertawa ringan, serta aktif berdiskusi mengenai karya yang dibuat. Mereka menunjukkan kontak mata yang baik dan bersedia berbagi cerita mengenai perasaan yang muncul selama proses pembentukan. Sementara itu, empat siswa lainnya (AS, SRF, ARF, dan IHM) menunjukkan respons yang lebih tertutup. AS dan IHM cenderung diam dan menjawab pertanyaan dengan singkat. SRF terlihat cemas dan lebih banyak menunduk, sedangkan ARF menunjukkan ekspresi marah dan kurang kooperatif ketika mengalami kesulitan dalam membentuk objek.

Dinamika kelompok pada siklus pertama masih berada pada tahap adaptasi. Beberapa siswa tampak belum sepenuhnya nyaman dalam mengungkapkan perasaan secara terbuka. Namun demikian, kegiatan membentuk tanah liat mulai memunculkan kesadaran awal terhadap kondisi emosional masing-masing. Beberapa siswa menyampaikan bahwa aktivitas tersebut terasa menenangkan, sementara yang lain menyadari

Nurlaila Rahmi, Sri Ngayomi Yudha Wastuti: ***Penerapan Art Therapy Clay Dengan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan Di Kampung Pandan Malaysia***

munculnya rasa frustrasi ketika bentuk yang diinginkan tidak sesuai harapan. Berdasarkan indikator keterbukaan, ekspresi emosi positif, dan kontrol diri dalam kelompok, diperoleh hasil bahwa 4 dari 8 siswa telah menunjukkan perkembangan awal regulasi emosi, sedangkan 4 siswa lainnya masih memerlukan pendampingan lebih lanjut

Tabel 1. Hasil Observasi Perilaku Siklus I

No	Inisial	Observasi Perilaku	Analisis
1	RN	Senang, aktif	Kontak mata baik
2	FTR	Antusias	Partisipatif
3	AS	Diam	Respons terbatas
4	BNT	Senang	Terlibat aktif
5	SRF	Cemas	Menarik diri
6	KVN	Bangga	Percaya diri
7	ARF	Marah	Menolak interaksi
8	IHM	Diam	Minim respons

Tabel 2. Rekapitulasi Siklus I

Kategori	Jumlah	Persentase
Regulasi emosi berkembang	4 siswa	50%
Belum berkembang optimal	4 siswa	50%

2. Siklus II – Penguatan Regulasi Emosi

a. Temuan

Pada siklus kedua, kegiatan difokuskan pada penguatan pengendalian diri dan refleksi pengalaman emosional selama proses pembentukan karya. Berbeda dengan siklus pertama yang masih berada pada tahap adaptasi, pada siklus ini suasana kelompok mulai lebih kondusif dan interaksi antar siswa tampak lebih terbuka. Peneliti kembali menggunakan media tanah liat (*clay*), namun dengan penekanan pada kesabaran, ketelitian, dan kesadaran terhadap proses. Siswa diminta menyelesaikan bentuk yang lebih terstruktur serta mendiskusikan perasaan yang muncul ketika menghadapi kesulitan dalam proses tersebut.

Nurlaila Rahmi, Sri Ngayomi Yudha Wastuti: ***Penerapan Art Therapy Clay Dengan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan Di Kampung Pandan Malaysia***

Hasil pengamatan menunjukkan adanya perubahan yang cukup signifikan. Siswa yang sebelumnya pasif mulai menunjukkan keterlibatan yang lebih aktif. AS dan IHM yang pada siklus I cenderung diam, mulai berani menyampaikan pendapat dan menunjukkan ekspresi wajah yang lebih rileks. SRF yang sebelumnya terlihat cemas mulai mencoba berinteraksi meskipun masih terbatas. Sebagian besar siswa menunjukkan ekspresi senang dan bangga terhadap karya yang dihasilkan. Mereka mulai menyadari bahwa perasaan marah atau tidak sabar justru menghambat proses pembentukan karya.

Meskipun demikian, masih terdapat dua siswa yang belum menunjukkan perkembangan optimal. ARF masih terlihat membatasi interaksi dan kurang konsisten dalam menjaga kontak mata. SRF meskipun sudah lebih terlibat, masih menunjukkan kecenderungan ragu dalam menyampaikan pendapat secara terbuka. Berdasarkan indikator keterbukaan, kemampuan mengekspresikan emosi secara positif, dan kontrol diri dalam kelompok, diperoleh hasil bahwa 6 dari 8 siswa telah menunjukkan perkembangan regulasi emosi yang lebih baik dibandingkan siklus sebelumnya.

Tabel 3. Hasil Observasi Perilaku Siklus II

No	Inisial	Observasi Perilaku	Analisis
1	RN	Senang	Aktif
2	FTR	Senang	Percaya diri
3	AS	Senang	Lebih terbuka
4	BNT	Senang	Partisipasi meningkat
5	SRF	Cemas ringan	Mulai terlibat
6	KVN	Bangga	Ekspresif
7	ARF	Diam	Respons terbatas
8	IHM	Senang	Interaksi membaik

Tabel 4. Rekapitulasi Siklus II

Kategori	Jumlah	Persentase
Regulasi emosi berkembang	6 siswa	75%
Belum berkembang optimal	2 siswa	25%

3. Siklus III – Refleksi dan Konsistensi Regulasi Emosi

a. Temuan

Pada siklus ketiga, kegiatan difokuskan pada tahap refleksi dan penguatan konsistensi regulasi emosi siswa. Jika pada siklus sebelumnya penekanan berada pada pengendalian diri dalam proses pembentukan karya, maka pada siklus ini siswa diminta untuk merefleksikan perubahan yang mereka rasakan sejak awal mengikuti kegiatan. Peneliti memfasilitasi diskusi kelompok dengan mengajukan pertanyaan mengenai hubungan antara kondisi emosional dan hasil karya yang mereka buat. Siswa diminta menjelaskan apakah perasaan tertentu memengaruhi kesabaran, ketelitian, atau hasil akhir dari bentuk yang dibuat.

Hasil pengamatan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah mampu mengidentifikasi hubungan antara perasaan dan tindakan mereka. Beberapa siswa menyatakan bahwa ketika mereka merasa marah atau terburu-buru, bentuk yang dihasilkan menjadi kurang rapi dan sulit diselesaikan. Sebaliknya, ketika mereka merasa tenang dan sabar, proses pembentukan berjalan lebih lancar dan hasilnya lebih memuaskan. Respons ini menunjukkan adanya peningkatan kesadaran diri yang lebih dalam dibandingkan siklus sebelumnya. Siswa tampak lebih percaya diri dalam menyampaikan refleksi serta menunjukkan kontak mata yang lebih stabil selama diskusi berlangsung.

Meskipun demikian, dua siswa masih menunjukkan keterbatasan dalam keterbukaan verbal. Mereka sudah lebih tenang dibandingkan siklus pertama, tetapi belum sepenuhnya aktif dalam menyampaikan pendapat secara spontan. Namun, dari sisi perilaku nonverbal, kedua siswa tersebut sudah menunjukkan kontrol diri yang lebih baik dan tidak lagi menunjukkan ekspresi marah atau penolakan seperti pada siklus awal. Berdasarkan indikator yang telah ditetapkan, diperoleh hasil bahwa 6 dari 8 siswa mempertahankan perkembangan regulasi emosi yang telah dicapai pada siklus kedua.

Tabel 5. Rekapitulasi Siklus III

Kategori	Jumlah	Persentase
Regulasi emosi berkembang	6 siswa	75%
Belum berkembang optimal	2 siswa	25%
Total	8 siswa	100%

Perhitungan persentase:

Jumlah siswa yang belum berkembang optimal = 2

Persentase = $\frac{2}{8} \times 100\% = 25\%$

PEMBAHASAN

Kesadaran Awal Regulasi Emosi

Hasil pada siklus I menunjukkan bahwa regulasi emosi siswa masih berada pada tahap pengenalan dan kesadaran awal. Persentase 50% menunjukkan bahwa setengah dari jumlah siswa telah mulai menunjukkan indikator keterbukaan dan partisipasi aktif, namun setengah lainnya masih mengalami hambatan dalam mengendalikan respons emosional. Kondisi ini menunjukkan bahwa proses pembentukan kecerdasan emosional memerlukan tahapan bertahap dan tidak dapat berkembang secara instan. Pada fase awal ini, kegiatan *art therapy* lebih berfungsi sebagai media eksplorasi dan identifikasi emosi daripada sebagai sarana pengendalian diri yang stabil.

Menurut Goleman (2003), kesadaran diri merupakan fondasi utama dalam kecerdasan emosional, karena individu perlu mengenali emosinya sebelum mampu mengelolanya secara efektif. Temuan pada siklus I memperlihatkan bahwa sebagian siswa mulai menyadari perasaan seperti

marah, cemas, atau senang melalui aktivitas kreatif yang dilakukan. Hal ini sejalan dengan Siti et al. (2020) yang menyatakan bahwa terapi seni membantu anak menyalurkan emosi yang sulit diungkapkan secara verbal melalui simbol dan karya visual. Dengan demikian, hasil 50% pada siklus pertama menunjukkan bahwa intervensi telah berhasil membangun tahap awal kesadaran emosional, meskipun belum sepenuhnya menghasilkan kontrol diri yang konsisten.

Selain itu, dinamika kelompok yang masih dalam tahap pembentukan turut memengaruhi hasil pada siklus pertama. Siswa yang lebih terbuka cenderung lebih

Nurlaila Rahmi, Sri Ngayomi Yudha Wastuti: ***Penerapan Art Therapy Clay Dengan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan Di Kampung Pandan Malaysia***

cepat menyesuaikan diri dengan metode yang digunakan, sedangkan siswa yang memiliki kecenderungan tertutup membutuhkan waktu lebih lama untuk merasa aman dalam kelompok. Hal ini menunjukkan bahwa faktor lingkungan sosial dan kenyamanan dalam kelompok turut berperan dalam perkembangan regulasi emosi siswa. Oleh karena itu, diperlukan penguatan pada siklus berikutnya agar proses refleksi dan kontrol diri dapat berkembang lebih optimal.

Penguatan Regulasi Emosi

Peningkatan dari 50% menjadi 75% pada siklus II menunjukkan bahwa intervensi mulai memberikan dampak yang lebih konsisten terhadap perkembangan regulasi emosi siswa. Perubahan ini tidak hanya terlihat

pada peningkatan partisipasi verbal, tetapi juga pada stabilitas ekspresi emosi dan kemampuan siswa mengendalikan frustrasi saat menghadapi kesulitan dalam proses pembentukan karya. Aktivitas manipulatif menggunakan tanah liat membantu siswa melatih kesabaran, fokus, dan pengendalian impuls secara bertahap. Proses tersebut secara tidak langsung membentuk keterampilan regulasi diri melalui pengalaman langsung.

Aironi dan Grahani (2022) menjelaskan bahwa *art therapy* dapat membantu individu mengurangi kecenderungan agresif melalui mekanisme ekspresi emosi yang lebih adaptif. Temuan ini relevan dengan perubahan perilaku siswa yang sebelumnya menunjukkan kemarahan atau penolakan interaksi, namun pada siklus kedua mulai lebih stabil dan kooperatif. Selain itu, Suhaenah dan Komala (2024) menyatakan bahwa aktivitas bermain tanah liat terapeutik mampu meningkatkan konsentrasi dan koordinasi motorik yang berdampak pada stabilitas emosional. Dengan demikian, peningkatan pada siklus II menunjukkan bahwa integrasi media *clay* dalam layanan bimbingan kelompok tidak hanya berfungsi sebagai sarana ekspresi, tetapi juga sebagai latihan konkret dalam pengendalian diri.

Namun demikian, belum berkembangnya dua siswa secara optimal menunjukkan bahwa proses pembentukan kecerdasan emosional dipengaruhi oleh faktor individual. Fitri dan Tugimin (2023) menegaskan bahwa kemampuan pengelolaan emosi berkaitan dengan penyesuaian diri dan latar belakang pengalaman individu. Oleh karena itu, meskipun intervensi kelompok efektif secara

umum, masih diperlukan pendekatan yang lebih personal untuk membantu siswa yang membutuhkan waktu lebih lama dalam mengembangkan keterbukaan dan kontrol diri.

Refleksi Dan Konsisten Regulasi Emosi

Hasil siklus III menunjukkan bahwa peningkatan yang terjadi pada siklus II cenderung stabil. Stabilitasnya persentase 75% pada siklus III menunjukkan bahwa peningkatan yang terjadi pada siklus II tidak bersifat sementara, melainkan mulai menunjukkan konsistensi perilaku. Konsistensi ini terlihat dari kemampuan siswa merefleksikan pengalaman emosional secara lebih sadar dan terarah. Mereka tidak hanya mengekspresikan perasaan, tetapi juga mampu memahami bagaimana perasaan tersebut memengaruhi tindakan dan hasil karya yang dibuat. Proses refleksi ini menjadi indikator berkembangnya kesadaran diri yang lebih matang, yang merupakan salah satu aspek utama dalam kecerdasan emosional menurut Goleman (2003).

Proses refleksi yang terjadi pada siklus III memperlihatkan bahwa kegiatan *art therapy* tidak sekadar menjadi media penyaluran emosi, tetapi juga sarana pembelajaran emosional yang berkelanjutan. Siswa mulai memahami bahwa kontrol diri bukan hanya diperlukan dalam kegiatan membentuk tanah liat, tetapi juga dalam interaksi sosial sehari-hari. Temuan ini memperkuat pendapat Siti et al. (2020) bahwa terapi seni membantu anak membangun pemahaman emosional melalui pengalaman langsung yang bermakna. Dengan keterlibatan aktif dalam proses kreatif dan diskusi kelompok, siswa belajar menghubungkan pengalaman emosional dengan perilaku yang lebih adaptif.

Namun demikian, belum berkembangnya dua siswa secara optimal menunjukkan bahwa perkembangan kecerdasan emosional bersifat individual dan tidak selalu seragam. Fitri dan Tugimin (2023) menyatakan bahwa kemampuan pengelolaan emosi dipengaruhi oleh faktor internal seperti kepribadian, pengalaman sebelumnya, dan lingkungan sosial. Oleh karena itu, meskipun intervensi kelompok menunjukkan efektivitas secara umum, diperlukan tindak lanjut berupa pendampingan individual atau pendekatan tambahan untuk membantu siswa yang membutuhkan waktu lebih lama dalam mengembangkan keterbukaan emosional.

Nurlaila Rahmi, Sri Ngayomi Yudha Wastuti: ***Penerapan Art Therapy Clay Dengan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan Di Kampung Pandan Malaysia***

Secara keseluruhan, hasil dari tiga siklus menunjukkan bahwa penerapan *art therapy* berbasis media tanah liat dalam layanan bimbingan kelompok mampu meningkatkan dan menstabilkan regulasi emosi pada sebagian besar siswa. Perkembangan dari 50% menjadi 75% serta stabil pada siklus akhir menunjukkan bahwa intervensi ini efektif dalam membangun kesadaran diri, kontrol emosi, dan keterampilan sosial dalam konteks kelompok. Dengan demikian, integrasi pendekatan kreatif dalam layanan bimbingan kelompok dapat menjadi strategi yang relevan untuk mendukung penguatan kecerdasan emosional siswa di lingkungan pendidikan nonformal.

Perkembangan tersebut menunjukkan bahwa kegiatan *art therapy* berbasis media tanah liat tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas kreatif, tetapi juga sebagai sarana pembelajaran emosional yang sistematis. Proses membentuk, memodifikasi, dan menyelesaikan karya mendorong siswa untuk melatih kesabaran, fokus, serta kemampuan mengendalikan impuls. Selain itu, diskusi dan refleksi kelompok menjadi ruang penting bagi siswa untuk memahami hubungan antara perasaan dan perilaku yang ditampilkan. Dengan demikian, pendekatan kreatif ini memperlihatkan bahwa regulasi emosi dapat dikembangkan melalui pengalaman langsung yang melibatkan aspek sensorik, kognitif, dan sosial secara bersamaan. Integrasi aktivitas kreatif dalam layanan bimbingan kelompok terbukti relevan dalam mendukung penguatan aspek sosial-emosional, khususnya pada setting pendidikan nonformal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan yang dilaksanakan dalam tiga siklus, dapat disimpulkan bahwa penerapan *art therapy* menggunakan media tanah liat (*clay*) dalam layanan bimbingan kelompok memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan kecerdasan emosional siswa di Sanggar Bimbingan 'Aisyiyah Kampung Pandan, Malaysia. Pada siklus pertama, kemampuan regulasi emosi siswa masih berada pada tahap kesadaran awal dengan persentase ketercapaian indikator sebesar 50%. Setelah dilakukan penguatan pada siklus kedua, terjadi peningkatan menjadi 75%, yang menunjukkan adanya perkembangan dalam aspek kontrol diri, keterbukaan dalam interaksi sosial, serta kemampuan mengekspresikan emosi secara lebih adaptif. Hasil tersebut relatif stabil pada

Nurlaila Rahmi, Sri Ngayomi Yudha Wastuti: ***Penerapan Art Therapy Clay Dengan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan Di Kampung Pandan Malaysia***

siklus ketiga, sehingga dapat dikatakan bahwa peningkatan yang terjadi tidak bersifat sementara, melainkan mulai menunjukkan konsistensi dalam perilaku emosional siswa selama dinamika kelompok berlangsung. Stabilitas ini mengindikasikan bahwa intervensi yang diberikan telah mulai terinternalisasi dalam pola respons emosional siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Aironi, Z., & Grahani, F. O. (2022). Art therapy dalam upaya menurunkan kecenderungan agresi pada remaja awal. *EDUKATIF: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(1). <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i1.2118>
- Astuti, F. H. (2024). Pengaruh teknik art therapy terhadap emosi marah pada siswa kelas VIII di SMPN 5 Praya. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 2301–2307. <https://doi.org/10.33394/realita.v9i1.11025>
- Fauziyyah, S. A., Ildil, & Putri, Y. E. (2020). Art therapy sebagai penyaluran emosi anak. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 5(3), 109–114. <https://doi.org/10.23916/08972011>
- Fitri, F., & Tugimin, S. (2023). Analisis Kecerdasan Emosional dan Penyesuaian Diri Siswa SMK X di Bekasi. *Social Philantropic: Jurnal Kajian Ilmu Sosial Dan Psikologi*, 2(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.31599/z2154854>
- Goleman, D. (2003). *Emotional intelligence: Kecerdasan emosi untuk mencapai puncak prestasi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Hilmy, N. A., Barida, M., & Susilowati, N. (2022). Upaya meningkatkan kemampuan regulasi emosi siswa melalui konseling kelompok dengan teknik coping. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(4), 2739–2746. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i4.5903>
- Jewell, M., Bailey, R. C., Curran, R. L., & Grenyer, B. F. S. (2022). Evaluation of a skills-based peer-led art therapy online-group for people with emotion dysregulation. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 9, 33. <https://doi.org/10.1186/s40479-022-00203-y>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2014). *Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah*.
- Nan, J. K.-M., Huang, X.-S., & Kang, M.-Y. (2023). Effects of clay art therapy on emotion regulation and hair cortisol concentration for youth with emotional problems. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 40(3), 117–125. <https://doi.org/10.1080/07421656.2023.2202289>

Nurlaila Rahmi, Sri Ngayomi Yudha Wastuti: ***Penerapan Art Therapy Clay Dengan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan Di Kampung Pandan Malaysia***

- Oktiawati, A., Widyantoro, W., & Fardlillah, A. M. F. (2020). Bermain terapeutik clay menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah saat tindakan injeksi. *Malahayati Nursing Journal*, 2(4). <https://doi.org/10.33024/manuju.v2i4.3013>
- Sabri, S. F., Yakub, E., & Umari, T. (2024). Pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik art therapy dalam mengatasi burnout akademik siswa. *JIIP: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(3), 2554–2557. <https://doi.org/10.54371/jiip.v7i3.4097>
- Siti, A. F., Ildil, I., & Yola, E. P. (2020). Art Therapy Sebagai Penyaluran Emosi Anak. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 5(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.23916/08972011>
- Suhaenah, & Komala. (2024). *Bermain Tanah Liat Terapeutik: Peningkatan Kreativitas dan Fungsi Otak Kanan pada Anak*. 7(1).
- Vega-Ramírez, L., Vidaci, A., & Hederich-Martínez, C. (2022). The effect of group work on expressive-artistic activities for the emotional regulation of university students. *Education Sciences*, 12(11), 777. <https://doi.org/10.3390/educsci12110777>
- Zhang, B., Wang, J., & Abdullah, A. binti. (2024). The effects of art therapy interventions on anxiety in children and adolescents: A meta-analysis. *Clinics*, 79, 100404. <https://doi.org/10.1016/j.clinsp.2024.100404>

Kepada Yth: Bapak/Ibu Ketua & Sekretaris
Program Studi Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Perihal : PERMOHONAN PERSETUJUAN JUDUL ARTIKEL

Dengan hormat yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Nurlaila Rahmi
NPM : 2202080019
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Kredit Kumulatif : 120 SKS

IPK = 3,85

Persetujuan Ket/Sekret. Prog. Studi	Judul Yang Diajukan	Disahkan Oleh Dekan Fakultas
	Penerapan <i>Art Therapy</i> Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan di Pandan Malaysia	15/8/25
	Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan di Pandan Malaysia	
	Peran Teknik Self-talk Pada Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Sanggar Bimbingan di Pandan Malaysia	

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pemeriksaan dan persetujuan serta pengesahan, atas kesediaan Bapak/Ibu saya ucapkan terimakasih.

Medan, Agustus 2025
Hormat Pemohon,

Nurlaila Rahmi

Keterangan:

- Dibuat rangkap 3 :- Untuk Dekan/Fakultas
- Untuk Ketua/Sekretaris Program Studi
- Untuk Mahasiswa yang bersangkutan



Kepada : Yth. Ibu Ketua/Sekretaris
Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Assalamu'alaikum Wr, Wb

Dengan hormat, yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Nurlaila Rahmi
NPM : 2202080019
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan permohonan persetujuan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi sebagai tercantum di bawah ini dengan judul sebagai berikut:

Penerapan *Art Therapy* Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan di Pandan Malaysia

Sekaligus saya mengusulkan/ menunjuk Bapak/ Ibu:

1. Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi. Psikolog . *M.Y. 28/8 25*

Sebagai Dosen Pembimbing Proposal/Risalah/Makalah/Skripsi saya.

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pengurusan selanjutnya. Akhirnya atas perhatian dan kesediaan Bapak/ Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, Agustus 2025
Hormat Pemohon,

Nurlaila Rahmi

Keterangan

Dibuat rangkap 3 :
- Untuk Dekan / Fakultas
- Untuk Ketua / Sekretaris Prog. Studi
- Untuk Mahasiswa yang Bersangkutan



Nomor : 2115/II.3-AU//UMSU-02/ F/2025
Lamp : ---
Hal : **Pengesahan Proyek Proposal
Dan Dosen Pembimbing**

Bismillahirrahmanirrahim
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menetapkan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dan dosen pembimbing bagi mahasiswa yang tersebut di bawah ini .:

Nama : **Nurlaila Rahmi**
N P M : 2202080019
Program Studi : **Bimbingan dan Konseling**
Judul Penelitian : **Penerapan *Art Therapy* Melalui Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan di Pandan Malaysia.**

Pembimbing : **Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi.,M.Psi.**

Dengan demikian mahasiswa tersebut di atas diizinkan menulis proposal/risalah/makalah/skripsi dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Penulis berpedoman kepada ketentuan yang telah ditetapkan oleh Dekan
2. Proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dinyatakan **BATAL** apabila tidak sesuai dengan jangka waktu yang telah ditentukan
3. Masa daluwarsa tanggal : **17 September 2026**

Medan, 25 Rabiul Awwal 1447 H
17 September 2025 M

Wassalam
Dekan



Dra. Hf. Samsu Vermita, M.Pd.
NIP. 0014066701



Dibuat rangkap 5 (lima) :

1. Fakultas (Dekan)
2. Ketua Program Studi
3. Pembimbing Materi dan Teknis
4. Pembimbing Riset
5. Mahasiswa yang bersangkutan :
WAJIB MENGIKUTI SEMINAR





UMSU

Unggul | Cerdas | Terpercaya

Bila menjawab surat ini agar disebutkan nomor dan tanggalnya

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UMSU Terakreditasi A Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 89/SK/BAN-PT/Akred/PT/IIU/2019

Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6631003

<http://fkip.umsu.ac.id> fkip@umsu.ac.id [umsuamedan](https://www.facebook.com/umsuamedan) [um :umedan](https://www.instagram.com/umsuamedan) [umsuamedan](https://www.youtube.com/channel/UC...) [umsuamedan](https://www.tiktok.com/@umsuamedan)

Nomor : 2146/II.3-AU/UMSU-02/F/2025 Medan, 30 Rabiul Awwal 1447 H
Lamp : --- 22 September 2025 M
Hal : Permohonan Izin Riset

Kepada Yth, Bapak/ Ibu Kepala
Sanggar Bimbingan Pandan Malaysia
di
Tempat

Bismillahirrahmanirrahim
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Wa ba'du, semoga kita semua sehat wal'afiat dalam melaksanakan kegiatan/aktifitas sehari-hari, hubungan dengan semester akhir bagi mahasiswa wajib melakukan penelitian/riset untuk pembuatan Skripsi sebagai salah satu syarat penyelesaian Sarjana Pendidikan, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu memberi izin kepada mahasiswa kami untuk melakukan penelitian/riset di Sanggar Bimbingan Kepong Malaysia. Adapun data mahasiswa tersebut sebagai berikut:

Nama : Nurlaila Rahmi
NPM : 2202080019
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Penelitian : Penerapan *Art Therapy* melalui layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan di Pandan Malaysia

Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kesediaan serta kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih. Akhirnya selamat sejahteralah kita semuanya, Amin.



Dra. Hj. Swahsusurnita, M.Pd.
NIDN: 0004066701

****Penting!!****

.3





SANGGAR BIMBINGAN 'AISYIYAH
KAMPUNG PANDAN
PIMPINAN CABANG ISTIMEWA 'AISYIYAH MALAYSIA
Alamat : Sekretariat PRIM/PRIA Kg Pandan Lot 83, Jalan Belangkas, Kampung Pandan,
55100 Kuala Lumpur Telp : +60193611164

Kuala Lumpur, 07 Jumadil Awal 1447 H
29 Oktober 2025 M

Nomor : 109/b.SBA/11.25
Lampiran : -
Hal : Surat Balasan Penelitian

Kepada : Yth Bapak/Ibu
Dosen FKIP UMSU
di_Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Wa ba'du, semoga kita semua sehat wal'afiat dalam melaksanakan kegiatan/aktivitas sehari-hari. Sehubungan dengan penelitian yang telah dilaksanakan untuk pembuatan jurnal/skripsi sebagai salah satu syarat penyelesaian pendidikan, maka dengan ini kami menyatakan bahwa benar mahasiswa berikut telah melaksanakan penelitian dan melakukan pengabdian dalam kegiatan Kuliah Kerja Nyata di Sanggar Bimbingan Aisyiyah Pandan, Malaysia. Adapun identitas mahasiswa tersebut adalah sebagai berikut:

Nama Mahasiswa : **Nurlaila Rahmi**
NPM : 2202080019
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul : Penerapan *Art Therapy* Melalui Layanan Bimbingan
Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa
Sanggar Bimbingan di Pandan Malaysia

Demikian surat balasan penelitian ini kami sampaikan, atas kesempatan dan kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu Dosen UMSU kami ucapkan terimakasih. Akhirnya selamat sejahteralah kita semuanya, Amin.

Wabillahi Taufik Wal Hidayah,
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Kepala Pengelola
Sanggar Bimbingan 'Aisyiyah Kg. Pandan



Ahmad Sururi, M.Ed.
NBM: 000892211406935

SURAT KETERANGAN PUBLIKASI ARTIKEL

Nomor: B-36/AI-JPK/04/2026

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nurussakinah Daulay
Jabatan : *Editor in Chief* Jurnal Al-Irsyad
Institusi : Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
Alamat : William Iskandar Ps. V, Medan Estate, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara 20371

Dengan ini menerangkan bahwa artikel ilmiah dengan detail sebagai berikut:

Judul Artikel : Penerapan *Art Therapy* "Clay" Dengan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan Di Kampung Pandan Malaysia

Penulis Utama : Nurlaila Rahmi

Penulis Anggota : Sri Ngayomi Yudha Wastuti

Tautan : <https://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad/article/view/28265>Telah resmi diterbitkan dan dipublishkan secara online lebih awal (*Online First*), dan dapat diakses pada laman jurnal. Artikel tersebut akan dimasukkan ke dalam publikasi cetak/final pada:

Volume : 16

Nomor (Issue) : 1

Tahun Terbit : 2026

Surat keterangan ini dibuat untuk agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 2 April 2026

Editor in Chiefs Jurnal Al-Irsyad

Nurussakinah Daulay

Sc. ID: 57208550775

P-ISSN : 2088-8341

E-ISSN : 2686-2858



Jurnal Pendidikan dan Konseling

Alroyad

Indonesian Journal of
**Education
Counseling**



PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN
Jl. Willem Iskandar Pasar V Medan Estate



Kementerian Pendidikan Tinggi,
Sains, dan Teknologi

SERTIFIKAT

Akreditasi Jurnal



No. SK : 10/C/C3/DT.05.00/2025

Tanggal : 21 Maret 2025

Direktur Penelitian, dan Pengabdian kepada Masyarakat
dengan ini memberikan kepada

Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling

EISSN : 26862859

Publisher : Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Peringkat Akreditasi Jurnal Ilmiah Periode I 2025

Akreditasi Ulang di Peringkat 4 mulai
Volume 14 Nomor 1 Tahun 2024 sampai Volume 18 Nomor 2 Tahun 2028



I Ketut Adnyana
NIP 196805151994031004

LETTER OF ACCEPTANCE

B-31/AI-JPK/02/2026

We are pleased to inform that the Authors as identified below:

Name : **Nurlaila Rahmi (Principle Author)**
Sri Ngayomi Yudha Wastuti (Co-Author)

Affiliation : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Email : nurlailarahmi8@gmail.com
sringayomi@umsu.ac.id

Have submitted their manuscript to the Al Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling by the title: *"Penerapan Art Therapy "Clay" Dengan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Sanggar Bimbingan Di Kampung Pandan Malaysia"*.

After reviewing process by the editorial board of Al Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling. We are happy to inform that this manuscript is in conformity with the principles of scientific writing as the standard of Al Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling. Therefore, we congratulate that this manuscript has been accepted and will be published in the online issued in period of January - June, 2026, Volume 16 Number 1, available in Online Journal System at <https://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad/index> with the Online ISSN 2686-2859.

Therefore, we would like to express our gratitude for your cooperation in developing science through the publication of this reputable journals.

Best Regards,
Editor in Chiefs,




Nurussakinah Daulay
Sc. ID: 57208550775





JURNAL PENDIDIKAN DAN
KONSELING

<http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad>

Vol., No. ,
Doi:

ISSN 2686-2859 (*online*)

ISSN 2088-8341 (*cetak*)

**PENERAPAN *ART THERAPY* “CLAY” DENGAN LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN
EMOSIONAL SISWA SANGGAR BIMBINGAN DI KAMPUNG
PANDAN MALAYSIA**

Nurlaila Rahmi¹, Sri Ngayomi Yudha Wastuti²

Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Jl. Kapten Muchtar Basri No. 3, Glugur Darat II, Kec. Medan Timur,

Kota Medan, Sumatera Utara (20238)

email: nurlailarahmi8@gmail.com¹, sringayomi@umsu.ac.id²

Kata Kunci:	Abstrak
<i>Art Therapy, Bimbingan Kelompok, Kecerdasan Emosional</i>	<p>Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penerapan <i>Art Therapy</i> dengan menggunakan media (CLAY) dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa di Sanggar Bimbingan „Aisyiyah Kampung Pandan Malaysia. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, pendekatan ini dipilih karena peneliti berfokus untuk memahami secara mendalam proses penerapan <i>Art Therapy</i> dalam layanan bimbingan kelompok serta perubahan pengalaman emosional siswa selama mengikuti kegiatan. Pengumpulan data ini dilakukan melalui beberapa titik utama, yaitu observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi dilakukan selama seluruh sesi bimbingan kelompok berlangsung untuk melihat perubahan perilaku mereka, ekspresi emosi, serta interaksi antar anggota kelompok. Wawancara mendalam dilakukan oleh peneliti kepada siswa untuk memahami pengalaman mereka, persepsi terhadap kegiatan art therapy, serta perubahan-perubahan emosional yang dirasakan. Dokumentasi berupa foto kegiatan, hasil karya seni siswa yang digunakan sebagai data pendukung untuk memperkuat pertemuan penelitian.</p>
Keywords :	
<i>Art therapy, Group Guidance, Emotional Intelligence</i>	Abstract
	<p><i>This study aims to examine the effectiveness of art therapy using clay as a medium in group guidance services to improve students' emotional intelligence at the Aisyiyah Guidance Center, Kampung Pandan, Malaysia. This research uses a qualitative approach because the researcher focuses on deeply understanding the process of implementing art therapy in group guidance services and the changes in students' emotional experiences during the activities. Data were collected through several main methods, namely observation, in-depth interviews, and documentation. Observation was conducted throughout all group guidance sessions to identify changes in students' behavior, emotional expression, and interaction among group members. In-depth interviews were carried out with students to understand their experiences, perceptions of art therapy activities, and the emotional changes they felt. Documentation</i></p> <hr/> <p><i>in the form of activity photos and students' art works was used as supporting data to strengthen the research findings.</i></p>

Comment [L1]: Abstrack merupakan ringkasan dari isi tulisan. Namun, pada abstrak ini belum menjelaskan secara ringkas mengenai isi dari latarbelakang, metode, temuan, hasil dan pembahasan. Di latar belakang istilah clay tidak boleh hanya singkatan.

PENDAHULUAN

Masa anak-anak merupakan tahap dalam perkembangan individu yang ditandai dengan pembentukan identitas, sosial dan perkembangan emosional. Dimana masa anak-anak adalah masa yang penuh gejolak dan tekanan emosional meningkat, untuk itu perlu adanya penyampaian emosi secara tepat agar anak-anak dapat mengendalikan diri dan mampu berinteraksi dengan baik dalam lingkungannya (Studi & Komunikasi, 2025). Dalam hal ini kecerdasan emosional sangat penting untuk mendukung anak dalam menjalin hubungan sosial, memahami diri sendiri, dan dapat mengelola tekanan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan pada dasarnya bertujuan mengembangkan seluruh potensi peserta didik, tidak hanya dalam aspek kognitif, tetapi juga aspek sosial dan emosional. Salah satu kemampuan non-kognitif yang berperan penting dalam keberhasilan siswa di sekolah maupun dalam kehidupan sehari-hari adalah **kecerdasan emosi**. Namun, kenyataannya banyak siswa masih mengalami kesulitan dalam mengenali dan mengelola emosi mereka

Kecerdasan Emosi yang mempengaruhi perilaku pro-sosial adalah *Emotional Quotient (EQ)* atau yang lebih kita kenal sebagai kecerdasan emosi. Kecerdasan emosi menjadikan seseorang lebih mendalam dalam berbuat dan berperilaku, karena *Emotiona Quotient (EQ)* merupakan salah satu aspek kecerdasan dalam menentukan efektifitas penggunaan kecerdasan emosional yang konvensional. Menurut (Goleman,2007) kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk mengelola perasaan, kemampuan untuk mempersepsi situasi, bertindak sesuai dengan persepsi tersebut dan menentukan potensi seseorang untuk mempelajari keterampilan-keterampilan praktis yang didasarkan pada kesadaran diri,motivasi, pengaturan diri,empati, dan kecakapan dalam membina hubungan dengan orang lain.

Mayer dan Salovey (Makmun Mubayidh 2006) mendefinisikan bahwa "Kecerdasan emosi suatu kecerdasan social yang berkaitan dengan kemampuan individu dalam memantau baik emosi dirinya maupun emosi orang lain, dan juga kemampuan dalam membedakan emosi dirinya dengan emosi orang lain, dimana kemampuan ini digunakan untuk mengarahkan pola pikir dan perilakunya" sejalan dengan Robert dan Cooper (Ary Ginanjar Agustian, 2001) mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan, memahami dan secara efektif

Comment [L2]: Apa sebenarnya latar belakang dari penulisan artikel ini. Apakah ingin uji coba model? Atau ingin meningkatkan kecerdasan dengan teknik CLAY? Atau hanya sebatas mengeksplorasi kegiatan yang ada disana?

menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energy, emosi, koneksi, dan pengaruh yang manusiawi.

Menurut Hein (Putri et al., 2015) Kecerdasan emosional yang rendah termasuk (a) tidak memiliki rasa tanggung jawab terhadap perasaan sendiri, tetapi menyalahkan orang lain (b) tidak mengetahui perasaan sendiri sehingga menyalahkan orang lain (c) suka menyalahkan orang lain (d) berbohong tentang apa yang dirasakan (e) membiarkan segalanya terjadi atau bereaksi berlebihan terhadap kejadian kecil (kecil) sekalipun (f) tidak memiliki perasaan dan integritas. Tidak peduli dengan perasaan orang lain (h) tidak merasa kasihan atau empati (i) kaku, tidak fleksibel, dan membutuhkan struktur dan aturan untuk merasa bersalah (j) merasa tidak aman, defenisif, dan sulit menerima kesalahan dan sering merasa bersalah (k) tidak bertanggung jawab (l) pesimis dan sering menganggap dunia tidak adil (m) sering kecewa, pemarah, menyalahkan, dan menggunakan kepandaian Dalam lingkungan Research belajar, siswa dengan kecerdasan emosional yang rendah tidak dapat membangun hubungan yang positif dengan rekan belajar, dan tidak dapat belajar dalam kelompok belajar dengan efektif. Mereka tidak dapat mengenali emosi dirinya dan orang lain dengan lebih baik (Alfandi et al., 2021). Mereka tidak mampu mengelola emosi dengan cara yang tepat dan efektif, serta mengekspresikan emosi secara sehat dan produktif. Sehingga menimbulkan perilaku yang tidak baik dan berdampak pada rendahnya prestasi belajarnya

Aspek-aspek kecerdasan emosional khususnya sebagai berikut: mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, kecakapan pribadi, yakni kemampuan mengelola diri sendiri, kecakapan social, yakni kemampuan menangani suatu hubungan, ke terampilan social. Adapun ciri-ciri kecerdasan emosional yang mana seseorang memiliki kecerdasan emosional pribadi yang tinggi, biasanya memiliki ciri atau tanda tertentu yang dapat diamati. Menurut Nurita (2012), beberapa ciri individu yang memiliki kecerdasan emosional adalah : (1) Memiliki kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dapat bertahan dalam menghadapi frustrasi. (2) Dapat mengenali dorongan-dorongan hati sehingga tidak melebih-lebihkan suatu kesenangan. (3) Mampu mengatur suasana hati dan dapat menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berfikir seseorang. (4) Mampu berempati terhadap orang lain dan tidak lupa berdoda.

Gejala seperti mudah marah, rendahnya toleransi terhadap kekecewaan, kesulitan bekerja sama, kurangnya empati, dan ketidakmampuan menyampaikan perasaan secara tepat sering ditemukan di lingkungan sekolah. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya intervensi pendidikan. Pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah dapat diberikan melalui layanan langsung ataupun melalui media. Pelayanan ini menggunakan berbagai macam metode, salah satu metode menarik yang dapat digunakan dalam membantu peserta didik dalam meningkatkan kecerdasan emosional adalah dengan menggunakan *art therapy*. Terapi Seni (*Art Therapy*) memberikan ruangan yang aman bagi anak untuk mengekspresikan emosi secara kreatif dan konstruktif karena itu penting menghadirkan kegiatan seni yang lebih inovatif dan menyenangkan agar bisa menjadi sarana edukatif sekaligus pendukung kesehatan emosional anak.

Menurut (Siti et al., 2020), Implementasi *art therapy* dalam program bimbingan juga dapat berfungsi dalam mengobati luka psikologis (Soma & Karneli, 2020), selain itu *art therapy* juga berguna dalam mengembangkan kompetensi yang dimiliki oleh siswa. Menurut (Dinar et al., 2019), berdasarkan pada fungsi *art therapy* dalam memfasilitasi perkembangan pada anak, maka teknik ini dinilai efektif dalam mengembangkan kreatifitas pada anak usia dini.

Art therapy adalah alternatif yang dapat digunakan untuk membantu individu dengan kepribadian introvert mengendalikan emosinya sehingga terjadi perubahan pada kepribadiannya yaitu berkurangnya kecemasan individu yang merupakan salah satu karakteristik kepribadian introvert. *Art therapy* dapat mempengaruhi kepribadian yang dimiliki oleh seseorang. Indikator kepribadian yang diteliti adalah kepribadian *conscientiousness* yaitu ketelitian dan menunjukkan hasil bahwa *art therapy* dapat meningkatkan tingkat ketelitiannya yaitu kepribadian yang dimiliki (Elda et al., 2015).

Hasil penelitian yang dilakukan (Aironi & Firsty, 2022) menunjukkan intervensi partisipan yang mengalami penurunan skor emosi, dapat dijelaskan bahwa *art therapy* berperan dalam menurunkan emosi, terutama emosi marah. Terapi ini menjadi sarana bagi individu untuk mengungkapkan kemarahannya secara aman. Melalui praktik terapi seni, individu memperoleh keterampilan dalam mengatur emosi mereka, yang pada gilirannya mengurangi kemungkinan perilaku agresif yang dipicu oleh kemarahan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan layanan bimbingan kelompok yang merupakan salah satu strategi layanan responsive. Bimbingan

kelompok merupakan upaya untuk meringankan permasalahan klien yang dilakukan oleh salah satu anggota kelompok melalui dinamika kelompok.

Program bimbingan berbasis art therapy adalah sebuah program bimbingan yang dapat membantu siswa dalam mengatur perasaan, efektif dalam menyalurkan, menertibkan, mengekspresikan pengalaman batin yang mereka rasakan di luar kemampuan yang mereka miliki.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, pendekatan ini dipilih karena peneliti berfokus untuk memahami secara mendalam proses penerapan art therapy dalam layanan bimbingan kelompok serta perubahan pengalaman emosional siswa selama mengikuti kegiatan. Penelitian ini dilakukan di Sanggar Bimbingan „Aisyiyah Kampung Pandan, selama 3 hari yang merupakan salah satu sekolah yang ada di Kuala Lumpur Malaysia, peserta penelitian terdiri dari 8 anak. Pengumpulan data ini dilakukan melalui beberapa teknik utama, yaitu observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi dilakukan selama seluruh sesi bimbingan kelompok berlangsung untuk melihat perubahan perilaku mereka, ekspresi emosi, serta interaksi antar anggota kelompok. Wawancara mendalam dilakukan oleh peneliti kepada siswa untuk memahami pengalaman mereka, persepsi terhadap kegiatan art therapy, serta perubahan-perubahan emosional yang dirasakan. Dokumentasi berupa foto kegiatan, hasil karya seni siswa, dan catatan lapangan digunakan sebagai data pendukung untuk memperkuat pertemuan penelitian.

Comment [L3]: Metode penelitian belum dijelaskan dengan lengkap: metodenya apa? Pendekatannya bagaimana? Desainnya bagaimana? Tek analisis datanya bagaimana? Lalu bagaimana mengukur kecerdasan emosional siswa? Untuk mengukur kecerdasan emosional siswa tidak cukup dengan observasi. Harusnya menggunakan angket yang dapat diuji validasinya!

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Bimbingan adalah proses untuk membantu individu memahami dirinya dan dunianya sekelilingnya supaya ia dapat menggunakan kemampuan dan bakat yang ada dengan optimal. Menurut Natawidjaja dalam Luddin(2010) bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja maupun dewasa, agar orang

Comment [L4]: Temuan harusnya menjelaskan tahapan yang terjadi pada setiap siklus, bagaimana hasilnya dan refleksinya dan apa yang akan dilakukan pada siklus selanjutnya.

yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri, dengan memanfaatkan kekuatan individu dan saran yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku. Layanan bimbingan kelompok adalah suatu layanan yang ada di bimbingan dan konseling. Layanan bimbingan kelompok adalah upaya untuk memberikan bantuan kepada peserta didik melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu (peserta didik) yang menjadi peserta layanan. Pada layanan bimbingan kelompok didiskusikan topik-topik umum yang menjadi kepentingan Bersama di dalam kelompok. Layanan bimbingan kelompok dipimpin oleh pemimpin kelompok. Pemimpin kelompok merupakan konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik pelayanan BK (Padil & Nashruddin, 2021).

Penelitian ini dilakukan melalui tiga siklus kegiatan bimbingan kelompok dengan menggunakan media "Clay" yang melibatkan 8 anak di sanggar bimbingan Kampung Pandan. Setiap siklus mencakup tahap perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi, dimana teknik art therapy dengan membuat animals dari media clay yang berfungsi sebagai alat bantu untuk mengeksplorasi pikiran, perasaan, dan emosional. Data yang dikumpulkan melalui observasi, pengamatan perilaku, serta wawancara yang mendalam.

Siklus I – Kesadaran awal terhadap emosional

a. Temuan

pada pertemuan siklus pertama peneliti menggali dan memetakan kondisi awal kecerdasan emosional pada siswa seperti kesadaran diri emosional siswa. Peneliti memberikan stimulasi awal melalui layanan bimbingan kelompok yang terintegrasi dengan media *art therapy*. peneliti membantu siswa untuk membangun kesiapan emosional untuk memasuki proses terapi seni yang lebih mendalam pada siklus berikutnya. Pada siklus pertama peneliti mengenali emosi dasar yang ada pada diri siswa, sebagian siswa menunjukkan ekspresi menyenangkan dengan kata "mengapa membuat ini terasa begitu menyenangkan dan membuat tenang" sebagian siswa menunjukkan ekspresi yang kesal, marah, cemas dan sedih serta memiliki rasa takut.

Table 1. Peningkatan Hasil Siklus Pertama

No	Nama/Inisial	Observasi	Analisis Peserta
----	--------------	-----------	------------------

		Perilaku	
1.	RN	Senang, Bahagia	Peserta tersenyum, tertawa, gesture tubuh sangat terbuka, kontak mata baik, terlihat antusias dalam berpartisipasi, aktif memberikan pendapat atau bertanya
2.	FTR	Senang, Bahagia	Peserta tersenyum, tertawa, gesture tubuh sangat terbuka, kontak mata baik, terlihat antusias dalam berpartisipasi, aktif memberikan pendapat atau bertanya
3.	AS	Diam, tidak merespon, kontak mata terbatas	Peserta tampak diam sepanjang sesi, tidak merespon pertanyaan, jawaban sangat singkat dan kontak mata sangat terbatas dan lebih sering menunduk atau melihat kearah lain
4.	BNT	Senang, Bahagia	Peserta tersenyum, tertawa, gesture tubuh sangat terbuka, kontak mata baik, terlihat antusias dalam berpartisipasi, aktif memberikan pendapat atau bertanya
5.	SRF	Takut, Cemas	Peserta menunjukkan ekspresi cemas, takut, peserta lebih menarik diri dan menunduk, gesture tubuh tertutup dan jawaban sangat singkat bahkan tidak sanggup untuk merespon.
6.	KVN	Bahagia, Bangga	Peserta tersenyum lebar, menunjukkan ekspresi bangga terhadap semua jawabannya, berbicara dengan sangat antusias, gesture tubuh sangat

			terbuka, kontak mata baik, dan terlihat sangat percaya diri saat menyampaikan pendapat.
7.	ARF	Marah, Kecewa	Peserta menunjukkan ekspresi wajah yang sangat tegang, alis berkerut, suara meninggi atau tajam, gesture tubuh kaku dan menutup, menolak untuk berinteraksi tampak seperti frustrasi dan cemberut.
8.	IHM	Diam	Peserta tampak diam sepanjang sesi, tidak merespon pertanyaan, jawaban sangat singkat dan kontak mata sangat terbatas dan lebih sering menunduk atau melihat kearah lain

b. Analisis dan Pembahasan

Siklus pertama menunjukkan tahap pengenalan emosional dan kesadaran emosional yang ada di diri siswa, pada siklus pertama peneliti dapat menyimpulkan bahwa dari hasil observasi dan hasil analisis bahwasanya terdapat empat siswa yang memiliki emosional yang positif dan merespon dengan baik, serta memberikan pendapat yang sangat baik, dan peneliti juga dapat menyimpulkan bahwa dari hasil observasi dan hasil analisis bahwasanya terdapat empat siswa juga yang memiliki emosional yang tidak stabil dan menolak untuk berinteraksi dan tidak dapat memberikan pendapat dengan baik. Hal tersebut sesuai dengan penelitian (Anissa et All, 2020) yang menguatkan bahwa art therapy bisa menurunkan kecerdasan emosional siswa. Hal ini dikuatkan oleh (Fitri & Tugimin 2023) siswa yang mampu mengenali dan mengelola emosi cenderung lebih bisa menghadapi berbagai situasi dan dapat mengelola perasaannya dengan baik.

Siklus II – Pengelolaan emosional siswa

a. Temuan

pada temuan siklus kedua, siswa mulai menerapkan strategi yang mudah untuk mengendalikan pikiran dan emosional siswa. Dalam pembentukan animals dengan media clay, dalam proses pembentukan clay salah seorang siswa berkata pada peneliti

“pertemuan lalu saya tidak bisa menyelesaikan animals saya, tapi sekarang saya dapat menyelesaikannya dengan mudah dan cepat ternyata ini sangat menyenangkan”

Sebagian besar siswa sudah mulai menunjukkan ekspresi menyenangkan dan bahagia, dan masih ada dua siswa lagi yang masih mengalami kesulitan dalam pembuatan animals dengan media clay dan menunjukkan ekspresi kesal dan sedih serta berkata

(“saya tidak dapat menyelesaikannya, saya merasa sedih karna teman saya dapat membuatnya dengan sangat mudah”) siswa tersebut bernama “ARF” sehingga sampel bernama “ARF” lebih banyak menarik diri dari teman-temannya dan tidak dapat mengatur kontak mata dengan baik sehingga “ARF” tidak dapat merespon peneliti dengan baik.

Tabel 2. Peningkatan Hasil Siklus II

No	Nama/Inisial	Observasi Perilaku	Analisis Peserta
1.	RN	Senang, Bahagia	Peserta tersenyum, tertawa, gesture tubuh sangat terbuka, kontak mata baik, terlihat antusias dalam berpartisipasi, aktif memberikan pendapat atau bertanya
2.	FTR	Senang, Bahagia	Peserta tersenyum, tertawa, gesture tubuh sangat terbuka, kontak mata baik, terlihat antusias dalam berpartisipasi, aktif memberikan pendapat atau bertanya
3.	AS	Senang	Peserta tersenyum, tertawa, gesture tubuh sudah mulai terbuka, kontak mata baik, terlihat

			antusias dalam berpartisipasi
4.	BNT	Senang, Bahagia	Peserta tersenyum, tertawa, gesture tubuh sangat terbuka, kontak mata baik, terlihat antusias dalam berpartisipasi, aktif memberikan pendapat atau bertanya
5.	SRF	Takut, Cemas	Peserta menunjukkan ekspresi cemas, takut, peserta lebih menarik diri dan menunduk, gesture tubuh tertutup dan jawaban sangat singkat bahkan tidak sanggup untuk merespon.
6.	KVN	Bahagia, Bangga	Peserta tersenyum lebar, menunjukkan ekspresi bangga terhadap semua jawabannya, berbicara dengan sangat antusias, gesture tubuh sangat terbuka, kontak mata baik, dan terlihat sangat percaya diri saat menyampaikan pendapat.
7.	ARF	Diam	Peserta tampak diam sepanjang sesi, tidak merespon pertanyaan, jawaban sangat singkat dan kontak mata sangat terbatas dan lebih sering menunduk atau melihat kearah lain.
8.	IHM	Senang	Peserta tersenyum, tertawa, gesture tubuh mulai terbuka, kontak mata baik, terlihat antusias dalam berpartisipasi

b. Analisis dan Pembahasan

Pada siklus pertemuan kedua peneliti memberikan materi kepada siswa tentang menekankan pengelolaan emosional pada siswa, kecerdasan emosional mencakup pengelolaan emosi, yaitu kemampuan untuk mengatasi stress, mengendalikan emosi negative, dan memelihara emosi positif. Kemampuan berkomunikasi dengan baik, memecahkan konflik secara konstruktif, serta membangun hubungan yang sehat dan juga merupakan komponen penting dari kecerdasan emosional. Pada siklus kedua ini peneliti menyimpulkan bahwasanya terdapat 7 siswa sudah dapat mengelola emosionalnya dengan baik dan terdapat 1 siswa yang masih tidak dapat mengelola emosinya dengan baik dan bersikap dengan cuek, tidak menunjukkan gesture tubuh yang terbuka, membatasi kontak mata.

Menurut (Suhaenah & Komala, 2024) manfaat dari clay adalah meningkatkan fungsi otak kanan dalam kreativitas, meningkatkan imajinasi, dan merangsang kemampuan sel saraf anak untuk bergerak. Selain clay juga membantu anak untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, perilaku, minat, dan kemampuan keterampilan mereka, serta meningkatkan kemampuan kecerdasan emosional mereka untuk menghasilkan karya, dan tingkat sosialiasi mereka.

Dengan begitu media Clay yang digunakan dengan bimbingan kelompok sudah menunjukkan perubahan perilaku pada sampel (RN, FTR, AS, BNT, SRF, KVN, IHM) dimana siswa memiliki sikap yang positif terhadap pengetahuan yang baru, memiliki minat yang positif terhadap interaksi sosial, siswa terlihat lebih bahagia dan mau berinteraksi dengan teman-temannya.

Siklus III – Refleksi diri dan perubahan emosional

a. Temuan

pada temuan siklus ketiga menekankan siswa untuk merefleksikan diri dan merefleksikan perubahan emosional dan mencatat pengalaman yang menyenangkan selama pertemuan seperti :

AS : "saya senang bisa membentuk animals dengan sangat mudah dari hari sebelumnya, ternyata harus membutuhkan pikiran yang tenang dan sabar"

RN : "saya sudah tidak emosi dalam membentuk animals, karna kalau saya membentuk dengan perrasaan marah saya tidak dapat menyelesaikannya"

Comment [L5]: Tampilkan hasil instrumen pada siklus I dan II. Dalam bentuk nilai

KVN : "ternyata membentuk animals begitu menyenangkan"

IHM : "dihari sebelumnya saya tidak dapat menyelesaikannya, tapi sekarang saya dapat menyelesaikannya"

ARF : "ternyata perasa marah dan emosi sangat mempengaruhi pikiran sehingga tidak dapat menyelesaikan animals dengan mudah"

FTR : "ternyata membentuk animals ini sangat menyenangkan dan membuat tenang"

b. Analisis dan Pembahasan

Comment [L6]: Pisahkan antara temuan/hasil dengan pembahasan.

Siklus pertemuan ketiga siswa menunjukkan refleksi diri yang mendalam melalui catatan pengalaman, seperti "saya senang bisa membentuk animals dengan sangat mudah dari hari sebelumnya, ternyata harus membutuhkan pikiran yang tenang dan sabar"(RN) yang mengidentifikasi kesabaran dan hubungan antara kondisi mental dan performa kreatif. Pada siklus ke tiga peneliti juga dapat menyimpulkan bahwa dari 8 siswa masih terdapat 1 siswa yang belum menunjukkan sifat terbukanya dan memiliki gesture tubuh yang sangat tertutup dan membatasi kontak mata saat diminta untuk memberikan pendapat.

Konsisten dengan studi (2024) yang menemukan clay therapy meningkatkan ekspresi kreatif, mengurangi ketegangan, dan membangun kesabaran melalui pembentukan bentuk nyata. Temuan ini didukung oleh literature terbaru yang menekankan art therapy dengan media clay sebagai intervensi efektif untuk regulasi emosi siswa. Penelitian 2025 menunjukkan teknik serupa membangun kesadaran emosional melalui refleksi diri, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan keseimbangan mental pada siswa. Integritas ini dalam bimbingan kelompok mempercepat perubahan, sebagaimana Choi (2011) dan Pearson & Wilson (2008) yang dikutip dalam studi terkini, dimana art therapy untuk meningkatkan emosional literacy.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian Penerapan *Art Therapy* dalam meningkatkan kecerdasan emosional dengan layanan bimbingan kelompok siswa di Sanggar Bimbingan „Aisyiyah Kampung Pandan Malaysia maka diperoleh kesimpulannya bahwa kondisi kecerdasan emosional siswa sebelum pelaksanaan penerapan *art therapy* masih belum berkembang secara optimal. Hal ini dapat terlihat dari hasil observasi dan wawancara pra siklus yang menunjukkan bahwa terdapat beberapa anak yang masih kesulitan dalam mengendalikan emosinya, memiliki kecemasan berlebihan, belum menunjukkan sikap percaya diri dan tanggung jawab. Penerapan kegiatan *art therapy* untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa dengan layanan bimbingan kelompok dilaksanakan dalam tiga siklus yang masing-masing terdiri atas tiga tindakan. Pada siklus pertama terdapat beberapa siswa yang cenderung putus asa, dan tidak percaya diri serta tidak memiliki kesabaran. Pada siklus kedua perkembangan kecerdasan emosional siswa mulai dapat terlihat adanya perubahan. Hal ini ditunjukkan dengan keterampilan siswa dalam berkomunikasi dengan sangat baik, sebagian siswa sudah dapat menceritakan perasaan dan hasil karyanya dengan percaya diri, dapat lebih menghargai teman, dan saling membantu dan memuji, dan termotivasi untuk menyelesaikan kegiatan sampai dengan tuntas dan sesuai intruksi peneliti. Pada siklus ketiga siswa sudah dapat menceritakan segalanya dan menceritakan perasaannya dengan tenang dan tanpa ada rasa canggung dan takut. Siswa lebih nyaman untuk bertukar cerita sehingga suasana kegiatan lebih tenang dan nyaman.

Kondisi kecerdasan emosional siswa diterapkannya kegiatan *art therapy* mengalami perkembangan yang signifikan. Dapat dilihat dari hasil observasi setiap siklus yang menunjukkan bahwa sebagian besar

anak mengalami perubahan perilaku ke arah yang lebih positif. Anak lebih mampu mengekspresikan diri, baik melalui seni maupun komunikasi verbal. Siswa yang sebelumnya kurang aktif atau kurang fokus mulai menunjukkan motivasi yang lebih baik dalam mengikuti kegiatan. Kepercayaan diri dan kecerdasan emosional siswa juga meningkat, terlihat dari sikap siswa yang semakin terlibat secara aktif dalam proses kegiatan. *Art Therapy* secara efektif membantu dalam mengembangkan kemampuan social, emosional, dan kognitif siswa Sanggar Bimbingan „Aisyiyah Kampung Pandan Malaysia.

DAFTAR PUSTAKA

- Aironi, Z., & Firsty, O. G. (2022). Art Therapy dalam Upaya Menurunkan Kecenderungan Agresi pada Remaja Awal. *Edukatif : Jurnal Ilmu Pendidikan, 4*(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i1.2118>
- Anisa, O., Wisnu, W., & Mey, F. F. A. (2020). Bermain Terapeutik Clay Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Saat Tindakan Injeksi. *MANUJU : Malahayati Nursing Journal, 2*(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/mnj.v2i4.3013>
- A Ramadhan, S Ngayomi, F Hasibuan (2024), meningkatkan Kecerdasan Emosional Melalui Teknik Assertive Pada Siswa Kelas 2 SMA. *Jurnal Of Education Research*
<https://doi.org/10.37985/jer.v5i4.1512>
- Choi, S. (2011). *Terapi seni kelompok untuk meningkatkan emosi.*
- Dinar, S., Monty, P. S., & Untung, S. (2019). Penerapan Art Therapy Untuk Mengurangi Perilaku Menyakiti Diri Sendiri (Self-Injurious Behavior) Pada Dewasa Muda Yang Mengalami Distress Psikologis. *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi, 10*(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.51353/inquiry.v10i1.225>

Nifatita Resti Maolida, Nanda Ayu Arum Sukma, Rovi'in, **Application of Using Print Ads to Improving Students' Vocabulary at SMAN 3 Sidoarjo**

- Elda, T. P., Auliya, D. S., Khairunnisa, K. B. M., Haryati, H., & Rita, H. (2015). Efektivitas Art Therapy Dalam Meningkatkan Ketelitian Belajar. *PSIKOSTUDIA : Jurnal Psikologi*, 4(1).
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v4i1.2263>
- Fitri, F., & Tugimin, S. (2023). Analisis Kecerdasan Emosional dan Penyesuaian Diri Siswa SMK X di Bekasi. *Social Philantropic: Jurnal Kajian Ilmu Sosial Dan Psikologi*, 2(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.31599/z2154854>
- Goleman. (2003). Kecerdasan Emosi untuk mencapai puncak. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.:
- Nurita, Meta. 2012. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional (EQ) dengan Kinerja Perawat pada Rumah Sakit Umum Pusat Fatmawati Jakarta Selatan. Jakarta: Universitas Gunadarma.
- N Rahmi, UM Hasibuan, (2024). Efektivitas Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Belajar *jurnal ilmu sosial dan isu-isu kontemporer* <https://doi.org/10.59388/sscij.v2i1.494>
- Padil, P., & Nashruddin, N. (2021). "Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa di Sekolah" *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 1(1).
<https://jurnal.stkipmb.ac.id/index.php/jubikops/article/view/151>.
- Rahma sinta, SNY Wastuti 2023. "Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Self Management dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa SMP Pertiwi Medan" *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, dan PengabdianKepada Masyarakat*
<https://doi.org/10.56832/edu.v3i3.396>
- Siti, A. F., Ifdil, I., & Yola, E. P. (2020). Art Therapy Sebagai Penyaluran Emosi Anak. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 5(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.23916/08972011>
- Suhaenah, & Komala. (2024). *Bermain Tanah Liat Terapeutik: Peningkatan Kreativitas dan Fungsi Otak Kanan pada Anak*. 7(1).
- Tasya Talia Putri (Ed.), *BAB 2 Tinjauan Pustaka 2.1 Terapi Bermain Clay*.

Nifatita Resti Maolida, Nanda Ayu Arum Sukma, Rovi'in, **Application of Using Print Ads to Improving Students' Vocabulary at SMAN 3 Sidoarjo**



Accept Your Submission



Kotak Masuk



Alfin Siregar 8 Mar



kepada saya ▾



Sepertinya pesan ini ditulis
dalam Inggris



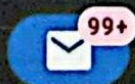
Terjemahkan ke Indonesia

Dear Rahmi,

After reviewing process by the editorial board of Al Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling. We are happy to inform that this manuscript is in conformity with the principles of scientific writing as the standard of Al Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling. Therefore, we congratulate that this manuscript has been accepted and will be published in the

↩ Balas

➡ Teruskan



Revisi Nurlaila Rahmi.docx

by Turnitin Web

Submission date: 26-Feb-2026 06:02AM (UTC+0900)

Submission ID: 2888439639

File name: Revisi_Nurlaila_Rahmi.docx (3.39M)

Word count: 4047

Character count: 27847



Vol., No.,
Doi:

JURNAL PENDIDIKAN DAN KONSELING

<http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad>
ISSN 2686-2859 (online)
ISSN 2088-8341 (cetak)

PENERAPAN *ART THERAPY* “CLAY” DENGAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL SISWA SANGGAR BIMBINGAN DI KAMPUNG PANDAN MALAYSIA

Nurlaila Rahmi¹, Sri Ngayomi Yudha Wastuti²
Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Jl. Kapten Muchtar Basri No. 3, Glugur Darat II, Kec. Medan Timur, Kota
Medan, Sumatera Utara (20238)

email: nurlailarahmi8@gmail.com¹, sringayomi@umsu.ac.id²

Kata Kunci:

art therapy,
bimbingan kelompok,
media tanah liat
(clay), kecerdasan
emosional, regulasi
emosi

Keywords :

art therapy, group
guidance, clay media,
emotional intelligence,
emotional regulation

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya kemampuan regulasi emosi siswa yang ditunjukkan melalui perilaku menarik diri, kesulitan mengekspresikan perasaan, serta keterbatasan kontrol diri dalam interaksi sosial. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa melalui penerapan *art therapy* menggunakan media tanah liat (*clay*) dalam layanan bimbingan kelompok. Penelitian menggunakan desain penelitian tindakan dengan pendekatan kualitatif yang dilaksanakan dalam tiga siklus, meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian berjumlah delapan siswa di Sanggar Bimbingan 'Aisyiyah Kampung Pandan, Malaysia. Data dikumpulkan melalui observasi terstruktur, wawancara, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara deskriptif dengan perhitungan persentase ketercapaian indikator regulasi emosi yang meliputi keterbukaan, kemampuan mengekspresikan emosi secara positif, dan kontrol diri dalam dinamika kelompok. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan dari 50% pada siklus I menjadi 75% pada siklus II dan stabil pada siklus III. Temuan ini menunjukkan bahwa penerapan *art therapy* berbasis media tanah liat efektif dalam memperkuat kesadaran diri dan regulasi emosi siswa dalam konteks layanan bimbingan kelompok di pendidikan nonformal.

Abstract

This study was motivated by students' low emotional regulation skills, reflected in withdrawal behavior, difficulty expressing feelings, and limited self-control in social interactions. The study aimed to enhance students' emotional intelligence through the implementation of clay-based *art therapy* in group guidance services. The research employed an action research design with a qualitative approach conducted in three cycles, including planning, implementation, observation, and reflection stages. The participants were eight students from the 'Aisyiyah Guidance

Center in Kampung Pandan, Malaysia. Data were collected through structured observation, interviews, and documentation, and analyzed descriptively using percentage calculations of emotional regulation indicators, including openness, positive emotional expression, and self-control in group dynamics. The findings indicated an improvement from 50% in Cycle I to 75% in Cycle II, which remained stable in Cycle III. These results demonstrate that clay-based art therapy is effective in strengthening students' self-awareness and emotional regulation in nonformal group guidance settings.

PENDAHULUAN

Masa kanak-kanak merupakan fase perkembangan yang sangat menentukan dalam pembentukan identitas diri, kematangan sosial, serta kemampuan regulasi emosi. Pada tahap ini, anak mulai belajar mengenali perasaan yang muncul dalam dirinya, memahami respons emosional terhadap lingkungan, serta menyesuaikan perilaku dalam interaksi sosial. Kemampuan tersebut berperan penting tidak hanya dalam keberhasilan akademik, tetapi juga dalam kesehatan mental dan kualitas relasi sosial jangka panjang. Anak yang belum mampu mengelola emosinya cenderung menunjukkan perilaku impulsif, mudah tersinggung, menarik diri, atau kesulitan bekerja sama. Oleh karena itu, pengembangan kecerdasan emosional menjadi bagian penting dalam layanan pendidikan, baik formal maupun nonformal, sejalan dengan dimensi kesadaran diri dan regulasi diri dalam Profil Pelajar Pancasila (Kemendikbud, 2014).

Secara konseptual, Goleman (2003) menjelaskan bahwa kecerdasan emosional mencakup kesadaran diri, pengelolaan emosi, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial. Regulasi emosi menjadi inti dari kecerdasan emosional karena menentukan bagaimana individu merespons tekanan, konflik, dan frustrasi. Regulasi emosi bukan sekadar kemampuan menahan perasaan, melainkan kemampuan memahami, menafsirkan, dan mengarahkan respons emosional secara adaptif. Hilmy et al. (2022) menegaskan bahwa regulasi emosi dapat ditingkatkan melalui layanan konseling kelompok yang terstruktur dan berkelanjutan. Jika tidak dikembangkan sejak dini, kelemahan dalam regulasi emosi dapat berdampak pada rendahnya keterampilan sosial serta meningkatnya risiko masalah perilaku.

Fenomena rendahnya regulasi emosi pada siswa tidak hanya menjadi persoalan individual, tetapi juga memengaruhi dinamika kelompok belajar. Dalam situasi kelompok, ketidakmampuan mengelola emosi dapat memicu konflik, kesalahpahaman, serta hambatan komunikasi. Sebaliknya, regulasi emosi yang baik mendorong empati, toleransi, dan kerja sama. Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 menegaskan bahwa layanan bimbingan dan konseling bertujuan membantu peserta didik mencapai perkembangan pribadi dan sosial secara optimal. Dengan demikian, intervensi untuk memperkuat regulasi emosi perlu dilakukan secara sistematis melalui pendekatan yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak.

Salah satu pendekatan yang berkembang dalam layanan konseling adalah *art therapy*. Pendekatan ini memanfaatkan proses kreatif sebagai media ekspresi emosional, terutama bagi individu yang mengalami kesulitan mengungkapkan perasaan secara verbal. Fauziyyah et al. (2020) menjelaskan bahwa terapi seni membantu anak menyalurkan emosi negatif secara konstruktif melalui simbol visual. Aironi dan Grahani (2022) juga menunjukkan bahwa *art therapy* efektif menurunkan kecenderungan agresi melalui mekanisme ekspresi emosi yang lebih adaptif. Secara internasional, Jewell et al. (2022) menemukan bahwa terapi seni kelompok berbasis keterampilan mampu meningkatkan kontrol emosi pada individu dengan *emotion dysregulation*, terutama melalui interaksi kelompok yang suportif.

Penggunaan media tanah liat (*clay*) dalam *art therapy* memiliki karakteristik sensorik yang berbeda dibandingkan media gambar atau lukis. Tanah liat bersifat fleksibel, dapat diremas, dibentuk, dan dimodifikasi secara langsung, sehingga memberikan pengalaman taktil yang membantu pelepasan ketegangan emosional. Oktiawati et al. (2020) menemukan bahwa bermain terapeutik *clay* mampu menurunkan tingkat kecemasan anak melalui aktivitas motorik yang terarah. Nan et al. (2023) bahkan menunjukkan bahwa *clay art therapy* secara signifikan meningkatkan regulasi emosi dan menurunkan indikator stres biologis pada

remaja dengan masalah emosional. Hal ini menunjukkan bahwa media *clay* tidak hanya bersifat kreatif, tetapi juga memiliki dasar empiris dalam stabilisasi emosi.

Selain aspek individual, dinamika kelompok dalam *art therapy* juga memainkan peran penting dalam penguatan regulasi emosi. Vega-Ramirez et al. (2022) menjelaskan bahwa aktivitas seni ekspresif dalam kerja kelompok membantu individu merefleksikan emosi melalui interaksi sosial yang suportif. Ketika anggota kelompok berbagi pengalaman dan mendengarkan cerita satu sama lain, terjadi proses pembelajaran sosial yang mempercepat perkembangan empati dan kontrol diri. Zhang et al. (2024) dalam meta-analisisnya menyimpulkan bahwa intervensi *art therapy* efektif dalam menurunkan kecemasan pada anak dan remaja, terutama ketika dilakukan dalam konteks kelompok yang terstruktur.

Meskipun berbagai penelitian telah membuktikan efektivitas *art therapy*, sebagian besar studi masih dilakukan dalam konteks klinis atau sekolah formal. Penelitian yang secara khusus mengintegrasikan *art therapy* berbasis *clay* dalam layanan bimbingan kelompok di lingkungan sanggar bimbingan nonformal masih relatif terbatas. Sabri et al. (2024) dan Astuti (2024) memang menunjukkan efektivitas *art therapy* dalam konteks pendidikan, namun belum banyak penelitian yang menggunakan desain penelitian tindakan dengan pendekatan siklus untuk melihat perkembangan secara bertahap. Kondisi ini menunjukkan adanya celah penelitian yang relevan untuk dikaji lebih lanjut.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini menawarkan kebaruan berupa integrasi *art therapy* berbasis media tanah liat (*clay*) secara sistematis dalam layanan bimbingan kelompok melalui desain penelitian tindakan yang dilaksanakan dalam tiga siklus. Pendekatan ini tidak hanya menekankan ekspresi emosional individual, tetapi juga memanfaatkan dinamika kelompok sebagai ruang refleksi bersama untuk memperkuat regulasi emosi siswa secara bertahap. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan proses pelaksanaan serta menganalisis dampak penerapan *art therapy* berbasis *clay*

Nifatita Resti Maolida, Nanda Ayu Arum Sukma, Rovi'in, **Application of Using Print Ads to Improving Students' Vocabulary at SMAN 3 Sidoarjo**

dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa di Sanggar Bimbingan Kampung Pandan, Malaysia.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain penelitian tindakan (*action research*) yang bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa melalui layanan bimbingan kelompok berbasis *art therapy*. Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti melakukan perbaikan secara bertahap melalui tahapan perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi dalam setiap siklus. Penelitian tindakan tidak hanya berfungsi untuk mendeskripsikan fenomena, tetapi juga menghasilkan perubahan nyata pada subjek penelitian. Dengan pendekatan ini, intervensi dilakukan secara sistematis dalam tiga siklus untuk melihat perkembangan regulasi emosi siswa secara bertahap dan berkelanjutan.

Penelitian dilaksanakan di Sanggar Bimbingan 'Aisyiyah Kampung Pandan, Kuala Lumpur, Malaysia, dengan subjek delapan siswa yang dipilih secara purposive berdasarkan indikasi rendahnya regulasi emosi, seperti kesulitan mengendalikan kemarahan, kurangnya keterbukaan dalam interaksi sosial, serta kecenderungan menarik diri dalam kelompok. Intervensi dilakukan melalui layanan bimbingan kelompok yang terintegrasi dengan *art therapy* menggunakan media tanah liat (*clay*) sebagai sarana ekspresi emosional. Pada setiap siklus, siswa mengikuti kegiatan pembentukan karya dengan tanah liat, diskusi kelompok, serta refleksi bersama untuk memahami hubungan antara perasaan dan perilaku mereka.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi terstruktur, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi digunakan untuk

mengidentifikasi indikator regulasi emosi yang meliputi keterbukaan dalam berinteraksi, kemampuan mengekspresikan emosi secara positif, serta kontrol diri dalam dinamika kelompok. Wawancara dilakukan untuk menggali pengalaman subjektif siswa selama mengikuti kegiatan, sedangkan dokumentasi berupa catatan lapangan dan hasil karya siswa digunakan sebagai data pendukung. Keabsahan data diperkuat melalui triangulasi teknik dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif dengan membandingkan perubahan perilaku siswa dari siklus I hingga siklus III. Untuk memberikan gambaran perkembangan yang lebih terukur, analisis juga dilengkapi dengan perhitungan persentase ketercapaian indikator regulasi emosi pada setiap siklus. Persentase diperoleh dengan membandingkan jumlah siswa yang memenuhi indikator dengan jumlah keseluruhan siswa, kemudian dikalikan 100%. Pendekatan ini memungkinkan peneliti menggambarkan kecenderungan peningkatan secara lebih sistematis tanpa mengubah karakter utama penelitian sebagai penelitian tindakan kualitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Siklus I – Kesadaran Awal Regulasi Emosi

a. Temuan

Pada siklus pertama, kegiatan difokuskan pada tahap pengenalan dan eksplorasi emosi melalui layanan bimbingan kelompok berbasis *art therapy* menggunakan media tanah liat (*clay*). Kegiatan diawali dengan pembentukan suasana kelompok yang kondusif, di mana peneliti memberikan penjelasan mengenai tujuan kegiatan dan cara menggunakan tanah liat sebagai sarana

mengekspressikan perasaan. Siswa kemudian diminta membentuk objek bebas yang menggambarkan suasana hati mereka. Selama proses berlangsung, peneliti mengamati ekspresi wajah, bahasa tubuh, respons verbal, serta pola interaksi antar anggota kelompok.

Hasil observasi menunjukkan adanya variasi respons emosional. Empat siswa (RN, FTR, BNT, dan KVN) tampak antusias dan menunjukkan ekspresi positif seperti tersenyum, tertawa ringan, serta aktif berdiskusi mengenai karya yang dibuat. Mereka menunjukkan kontak mata yang baik dan bersedia berbagi cerita mengenai perasaan yang muncul selama proses pembentukan. Sementara itu, empat siswa lainnya (AS, SRF, ARF, dan IHM) menunjukkan respons yang lebih tertutup. AS dan IHM cenderung diam dan menjawab pertanyaan dengan singkat. SRF terlihat cemas dan lebih banyak menunduk, sedangkan ARF menunjukkan ekspresi marah dan kurang kooperatif ketika mengalami kesulitan dalam membentuk objek.

Dinamika kelompok pada siklus pertama masih berada pada tahap adaptasi. Beberapa siswa tampak belum sepenuhnya nyaman dalam mengungkapkan perasaan secara terbuka. Namun demikian, kegiatan membentuk tanah liat mulai memunculkan kesadaran awal terhadap kondisi emosional masing-masing. Beberapa siswa menyampaikan bahwa aktivitas tersebut terasa menenangkan, sementara yang lain menyadari munculnya rasa frustrasi ketika bentuk yang diinginkan tidak sesuai harapan. Berdasarkan indikator keterbukaan, ekspresi emosi positif, dan kontrol diri dalam kelompok, diperoleh hasil bahwa 4 dari 8 siswa telah menunjukkan perkembangan awal regulasi emosi, sedangkan 4 siswa lainnya masih memerlukan pendampingan lebih lanjut

Tabel 1. Hasil Observasi Perilaku Siklus I

No	Inisial	Observasi Perilaku	Analisis
1	RN	Senang, aktif	Kontak mata baik
2	FTR	Antusias	Partisipatif
3	AS	Diam	Respons terbatas
4	BNT	Senang	Terlibat aktif
5	SRF	Cemas	Menarik diri
6	KVN	Bangga	Percaya diri
7	ARF	Marah	Menolak interaksi
8	IHM	Diam	Minim respons

Tabel 2. Rekapitulasi Siklus I

Kategori	Jumlah	Persentase
Regulasi emosi berkembang	4 siswa	50%
Belum berkembang optimal	4 siswa	50%

b. Analisis dan Pembahasan

Hasil pada siklus I menunjukkan bahwa regulasi emosi siswa masih berada pada tahap pengenalan dan kesadaran awal. Persentase 50% menunjukkan bahwa setengah dari jumlah siswa telah mulai menunjukkan indikator keterbukaan dan partisipasi aktif, namun setengah lainnya masih mengalami hambatan dalam mengendalikan respons emosional. Kondisi ini menunjukkan bahwa proses pembentukan kecerdasan emosional memerlukan tahapan bertahap dan tidak dapat berkembang secara instan. Pada fase awal ini, kegiatan *art therapy* lebih berfungsi sebagai media eksplorasi dan identifikasi emosi daripada sebagai sarana pengendalian diri yang stabil.

Menurut Goleman (2003), kesadaran diri merupakan fondasi utama dalam kecerdasan emosional, karena individu perlu mengenali emosinya sebelum mampu mengelolanya secara efektif. Temuan pada siklus I memperlihatkan bahwa sebagian siswa mulai menyadari perasaan seperti marah, cemas, atau senang melalui aktivitas kreatif yang dilakukan. Hal ini sejalan dengan Siti et al. (2020) yang menyatakan bahwa terapi seni membantu anak menyalurkan emosi yang sulit diungkapkan secara verbal melalui simbol dan karya visual. Dengan demikian, hasil 50% pada siklus pertama menunjukkan bahwa intervensi telah berhasil membangun tahap awal kesadaran emosional, meskipun belum sepenuhnya menghasilkan kontrol diri yang konsisten.

Selain itu, dinamika kelompok yang masih dalam tahap pembentukan turut memengaruhi hasil pada siklus pertama. Siswa yang lebih terbuka cenderung lebih cepat menyesuaikan diri dengan metode yang digunakan, sedangkan siswa yang memiliki

kecenderungan tertutup membutuhkan waktu lebih lama untuk merasa aman dalam kelompok. Hal ini menunjukkan bahwa faktor lingkungan sosial dan kenyamanan dalam kelompok turut berperan dalam perkembangan regulasi emosi siswa. Oleh karena itu, diperlukan penguatan pada siklus berikutnya agar proses refleksi dan kontrol diri dapat berkembang lebih optimal.

2. Siklus II – Penguatan Regulasi Emosi

a. Temuan

Pada siklus kedua, kegiatan difokuskan pada penguatan pengendalian diri dan refleksi pengalaman emosional selama proses pembentukan karya. Berbeda dengan siklus pertama yang masih berada pada tahap adaptasi, pada siklus ini suasana kelompok mulai lebih kondusif dan interaksi antar siswa tampak lebih terbuka. Peneliti kembali menggunakan media tanah liat (*clay*), namun dengan penekanan pada kesabaran, ketelitian, dan kesadaran terhadap proses. Siswa diminta menyelesaikan bentuk yang lebih terstruktur serta mendiskusikan perasaan yang muncul ketika menghadapi kesulitan dalam proses tersebut.

Hasil pengamatan menunjukkan adanya perubahan yang cukup signifikan. Siswa yang sebelumnya pasif mulai menunjukkan keterlibatan yang lebih aktif. AS dan IHM yang pada siklus I cenderung diam, mulai berani menyampaikan pendapat dan menunjukkan ekspresi wajah yang lebih rileks. SRF yang sebelumnya terlihat cemas mulai mencoba berinteraksi meskipun masih terbatas. Sebagian besar siswa menunjukkan ekspresi senang dan bangga terhadap karya yang dihasilkan. Mereka mulai menyadari bahwa perasaan marah atau tidak sabar justru menghambat proses pembentukan karya.

Meskipun demikian, masih terdapat dua siswa yang belum menunjukkan perkembangan optimal. ARF masih terlihat membatasi interaksi dan kurang konsisten dalam menjaga kontak mata. SRF meskipun sudah lebih terlibat, masih menunjukkan kecenderungan ragu dalam menyampaikan pendapat secara terbuka. Berdasarkan indikator keterbukaan, kemampuan mengekspresikan emosi secara positif, dan kontrol diri dalam kelompok, diperoleh hasil bahwa 6 dari 8 siswa telah menunjukkan perkembangan regulasi emosi yang lebih baik dibandingkan siklus sebelumnya.

Tabel 3. Hasil Observasi Perilaku Siklus II

No	Inisial	Observasi Perilaku	Analisis
1	RN	Senang	Aktif
2	FTR	Senang	Percaya diri
3	AS	Senang	Lebih terbuka
4	BNT	Senang	Partisipasi meningkat
5	SRF	Cemas ringan	Mulai terlibat
6	KVN	Bangga	Ekspresif
7	ARF	Diam	Respons terbatas

8	IHM	Senang	Interaksi membaik
---	-----	--------	-------------------

Tabel 4. Rekapitulasi Siklus II

Kategori	Jumlah	Persentase
Regulasi emosi berkembang	6 siswa	75%
Belum berkembang optimal	2 siswa	25%

b. Analisis dan Pembahasan

Peningkatan dari 50% menjadi 75% pada siklus II menunjukkan bahwa intervensi mulai memberikan dampak yang lebih konsisten terhadap perkembangan regulasi emosi siswa. Perubahan ini tidak hanya terlihat pada peningkatan partisipasi verbal, tetapi juga pada stabilitas ekspresi emosi dan kemampuan siswa mengendalikan frustrasi saat menghadapi kesulitan dalam proses pembentukan karya. Aktivitas manipulatif menggunakan tanah liat membantu siswa melatih kesabaran, fokus, dan pengendalian impuls secara bertahap. Proses tersebut secara tidak langsung membentuk keterampilan regulasi diri melalui pengalaman langsung.

Aironi dan Grahani (2022) menjelaskan bahwa *art therapy* dapat membantu individu mengurangi kecenderungan agresif melalui mekanisme ekspresi emosi yang lebih adaptif. Temuan ini relevan dengan perubahan perilaku siswa yang sebelumnya menunjukkan kemarahan atau penolakan interaksi, namun pada siklus kedua mulai lebih stabil dan kooperatif. Selain itu, Suhaenah dan Komala

(2024) menyatakan bahwa aktivitas bermain tanah liat terapeutik mampu meningkatkan konsentrasi dan koordinasi motorik yang berdampak pada stabilitas emosional. Dengan demikian, peningkatan pada siklus II menunjukkan bahwa integrasi media *clay* dalam layanan bimbingan kelompok tidak hanya berfungsi sebagai sarana ekspresi, tetapi juga sebagai latihan konkret dalam pengendalian diri.

Namun demikian, belum berkembangnya dua siswa secara optimal menunjukkan bahwa proses pembentukan kecerdasan emosional dipengaruhi oleh faktor individual. Fitri dan Tugimin (2023) menegaskan bahwa kemampuan pengelolaan emosi berkaitan dengan penyesuaian diri dan latar belakang pengalaman individu. Oleh karena itu, meskipun intervensi kelompok efektif secara umum, masih diperlukan pendekatan yang lebih personal untuk membantu siswa yang membutuhkan waktu lebih lama dalam mengembangkan keterbukaan dan kontrol diri.

3. Siklus III – Refleksi dan Konsistensi Regulasi Emosi

a. Temuan

Pada siklus ketiga, kegiatan difokuskan pada tahap refleksi dan penguatan konsistensi regulasi emosi siswa. Jika pada siklus sebelumnya penekanan berada pada pengendalian diri dalam proses pembentukan karya, maka pada siklus ini siswa diminta untuk merefleksikan perubahan yang mereka rasakan sejak awal mengikuti kegiatan. Peneliti memfasilitasi diskusi kelompok dengan mengajukan pertanyaan mengenai hubungan antara kondisi emosional dan hasil karya yang mereka buat. Siswa diminta menjelaskan apakah perasaan tertentu memengaruhi kesabaran, ketelitian, atau hasil akhir dari bentuk yang dibuat.

Hasil pengamatan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah mampu mengidentifikasi hubungan antara perasaan dan tindakan mereka. Beberapa siswa menyatakan bahwa ketika mereka merasa marah atau terburu-buru, bentuk yang dihasilkan menjadi kurang rapi dan sulit diselesaikan. Sebaliknya, ketika mereka merasa tenang dan sabar, proses pembentukan berjalan lebih lancar dan hasilnya lebih memuaskan. Respons ini menunjukkan adanya peningkatan kesadaran diri yang lebih dalam dibandingkan siklus sebelumnya. Siswa tampak lebih percaya diri dalam menyampaikan refleksi serta menunjukkan kontak mata yang lebih stabil selama diskusi berlangsung.

Meskipun demikian, dua siswa masih menunjukkan keterbatasan dalam keterbukaan verbal. Mereka sudah lebih tenang dibandingkan siklus pertama, tetapi belum sepenuhnya aktif dalam menyampaikan pendapat secara spontan. Namun, dari sisi perilaku nonverbal, kedua siswa tersebut sudah menunjukkan kontrol diri yang lebih baik dan tidak lagi menunjukkan ekspresi marah atau penolakan seperti pada siklus awal. Berdasarkan indikator yang telah ditetapkan, diperoleh hasil bahwa 6 dari 8 siswa mempertahankan perkembangan regulasi emosi yang telah dicapai pada siklus kedua.

Tabel 5. Rekapitulasi Siklus III

Kategori	Jumlah	Persentase
----------	--------	------------

Regulasi emosi berkembang	6 siswa	75%
Belum berkembang optimal	2 siswa	25%
Total	8 siswa	100%

Perhitungan persentase:

Jumlah siswa yang belum berkembang optimal = 2

$$\text{Persentase} = \frac{2}{8} \times 100\% = 25\%$$

b. Analisis dan Pembahasan

Hasil siklus III menunjukkan bahwa peningkatan yang terjadi pada siklus II cenderung stabil. Stabilitasnya persentase 75% pada siklus III menunjukkan bahwa peningkatan yang terjadi pada siklus II tidak bersifat sementara, melainkan mulai menunjukkan konsistensi perilaku. Konsistensi ini terlihat dari kemampuan siswa merefleksikan pengalaman emosional secara lebih sadar dan terarah. Mereka tidak hanya mengekspresikan perasaan, tetapi juga mampu memahami bagaimana perasaan tersebut memengaruhi tindakan dan hasil karya yang dibuat. Proses refleksi ini menjadi indikator berkembangnya kesadaran diri yang lebih matang, yang merupakan salah satu aspek utama dalam kecerdasan emosional menurut Goleman (2003).

Proses refleksi yang terjadi pada siklus III memperlihatkan bahwa kegiatan *art therapy* tidak sekadar menjadi media penyaluran emosi, tetapi juga sarana pembelajaran emosional yang berkelanjutan. Siswa mulai memahami bahwa kontrol diri bukan

hanya diperlukan dalam kegiatan membentuk tanah liat, tetapi juga dalam interaksi sosial sehari-hari. Temuan ini memperkuat pendapat Siti et al. (2020) bahwa terapi seni membantu anak membangun pemahaman emosional melalui pengalaman langsung yang bermakna. Dengan keterlibatan aktif dalam proses kreatif dan diskusi kelompok, siswa belajar menghubungkan pengalaman emosional dengan perilaku yang lebih adaptif.

Namun demikian, belum berkembangnya dua siswa secara optimal menunjukkan bahwa perkembangan kecerdasan emosional bersifat individual dan tidak selalu seragam. Fitri dan Tugimin (2023) menyatakan bahwa kemampuan pengelolaan emosi dipengaruhi oleh faktor internal seperti kepribadian, pengalaman sebelumnya, dan lingkungan sosial. Oleh karena itu, meskipun intervensi kelompok menunjukkan efektivitas secara umum, diperlukan tindak lanjut berupa pendampingan individual atau pendekatan tambahan untuk membantu siswa yang membutuhkan waktu lebih lama dalam mengembangkan keterbukaan emosional.

Secara keseluruhan, hasil dari tiga siklus menunjukkan bahwa penerapan *art therapy* berbasis media tanah liat dalam layanan bimbingan kelompok mampu meningkatkan dan menstabilkan regulasi emosi pada sebagian besar siswa. Perkembangan dari 50% menjadi 75% serta stabil pada siklus akhir menunjukkan bahwa intervensi ini efektif dalam membangun kesadaran diri, kontrol emosi, dan keterampilan sosial dalam konteks kelompok. Dengan demikian, integrasi pendekatan kreatif dalam layanan bimbingan kelompok dapat menjadi strategi yang relevan untuk mendukung penguatan kecerdasan emosional siswa di lingkungan pendidikan nonformal.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan yang dilaksanakan dalam tiga siklus, dapat disimpulkan bahwa penerapan *art therapy* menggunakan media tanah liat (*clay*) dalam layanan bimbingan kelompok memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan kecerdasan emosional siswa di Sanggar Bimbingan 'Aisyiyah Kampung Pandan, Malaysia. Pada siklus pertama, kemampuan regulasi emosi siswa masih berada pada tahap kesadaran awal dengan persentase ketercapaian indikator sebesar 50%. Setelah dilakukan penguatan pada siklus kedua, terjadi peningkatan menjadi 75%, yang menunjukkan adanya perkembangan dalam aspek kontrol diri, keterbukaan dalam interaksi sosial, serta kemampuan mengekspresikan emosi secara lebih adaptif. Hasil tersebut relatif stabil pada siklus ketiga, sehingga dapat dikatakan bahwa peningkatan yang terjadi tidak bersifat sementara, melainkan mulai menunjukkan konsistensi dalam perilaku emosional siswa selama dinamika kelompok berlangsung. Stabilitas ini mengindikasikan bahwa intervensi yang diberikan telah mulai terinternalisasi dalam pola respons emosional siswa.

Perkembangan tersebut menunjukkan bahwa kegiatan *art therapy* berbasis media tanah liat tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas kreatif, tetapi juga sebagai sarana pembelajaran emosional yang sistematis. Proses membentuk, memodifikasi, dan menyelesaikan karya mendorong siswa untuk melatih kesabaran, fokus, serta kemampuan mengendalikan impuls. Selain itu, diskusi dan refleksi kelompok menjadi ruang penting bagi siswa untuk memahami hubungan antara perasaan dan perilaku yang ditampilkan. Dengan demikian, pendekatan kreatif ini memperlihatkan bahwa regulasi emosi dapat dikembangkan melalui pengalaman langsung yang melibatkan aspek sensorik, kognitif, dan sosial secara bersamaan. Integrasi aktivitas kreatif dalam layanan

bimbingan kelompok terbukti relevan dalam mendukung penguatan aspek sosial-emosional, khususnya pada setting pendidikan nonformal.

Secara teoretis, hasil penelitian ini memperkuat pandangan bahwa regulasi emosi berkembang melalui proses bertahap yang dimulai dari kesadaran diri, dilanjutkan dengan latihan kontrol diri, hingga mencapai konsistensi perilaku dalam konteks sosial. Intervensi berbasis *clay* memberikan media konkret bagi siswa untuk menyalurkan ketegangan emosional ke dalam aktivitas yang terarah, sehingga membantu membangun respons yang lebih adaptif. Secara praktis, temuan ini memberikan alternatif strategi layanan bimbingan dan konseling yang lebih variatif, aplikatif, dan kontekstual, terutama bagi lembaga pendidikan nonformal yang memiliki keterbatasan sumber daya namun membutuhkan pendekatan yang efektif dalam penguatan kecerdasan emosional.

Penelitian ini juga memberikan kontribusi dalam memperluas kajian penerapan *art therapy* berbasis media tanah liat dalam setting sanggar bimbingan nonformal, yang selama ini lebih banyak dikaji dalam konteks klinis atau sekolah formal. Namun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah subjek yang relatif kecil serta durasi intervensi yang terbatas pada tiga siklus kegiatan. Selain itu, pengukuran peningkatan kecerdasan emosional masih berbasis observasi terstruktur dan persentase ketercapaian indikator, sehingga belum menggunakan instrumen psikometrik yang lebih mendalam. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah peserta yang lebih besar, memperpanjang durasi intervensi, serta mengombinasikan pendekatan kelompok dengan pendampingan individual dan penggunaan instrumen terstandar agar hasil yang diperoleh dapat lebih komprehensif dan generalisasi temuan menjadi lebih kuat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aironi, Z., & Grahani, F. O. (2022). Art therapy dalam upaya menurunkan kecenderungan agresi pada remaja awal. *EDUKATIF: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(1). <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i1.2118>
- Astuti, F. H. (2024). Pengaruh teknik art therapy terhadap emosi marah pada siswa kelas VIII di SMPN 5 Praya. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 2301–2307. <https://doi.org/10.33394/realita.v9i1.11025>
- Fauziyyah, S. A., Ildil, & Putri, Y. E. (2020). Art therapy sebagai penyaluran emosi anak. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 5(3), 109–114. <https://doi.org/10.23916/08972011>
- Fitri, F., & Tugimin, S. (2023). Analisis Kecerdasan Emosional dan Penyesuaian Diri Siswa SMK X di Bekasi. *Social Philantropic: Jurnal Kajian Ilmu Sosial Dan Psikologi*, 2(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.31599/z2154854>
- Goleman, D. (2003). *Emotional intelligence: Kecerdasan emosi untuk mencapai puncak prestasi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Hilmy, N. A., Barida, M., & Susilowati, N. (2022). Upaya meningkatkan kemampuan regulasi emosi siswa melalui konseling kelompok dengan teknik coping. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(4), 2739–2746. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i4.5903>
- Jewell, M., Bailey, R. C., Curran, R. L., & Grenyer, B. F. S. (2022). Evaluation of a skills-based peer-led art therapy online-group for people with emotion dysregulation. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 9, 33. <https://doi.org/10.1186/s40479-022-00203-y>

Nifatita Resti Maolida, Nanda Ayu Arum Sukma, Rovi'in, **Application of Using Print Ads to Improving Students' Vocabulary at SMAN 3 Sidoarjo**

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2014). *Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah*.

Nan, J. K.-M., Huang, X.-S., & Kang, M.-Y. (2023). Effects of clay art therapy on emotion regulation and hair cortisol concentration for youth with emotional problems. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 40(3), 117–125. <https://doi.org/10.1080/07421656.2023.2202289>

Oktiawati, A., Widyantoro, W., & Fardillah, A. M. F. (2020). Bermain terapeutik clay menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah saat tindakan injeksi. *Malahayati Nursing Journal*, 2(4). <https://doi.org/10.33024/manuju.v2i4.3013>

Sabri, S. F., Yakub, E., & Umari, T. (2024). Pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik art therapy dalam mengatasi burnout akademik siswa. *JIIP: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(3), 2554–2557. <https://doi.org/10.54371/jiip.v7i3.4097>

Siti, A. F., Ildil, I., & Yola, E. P. (2020). Art Therapy Sebagai Penyaluran Emosi Anak. *SCHOOLID: Indonesian Journal of School Counseling*, 5(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.23916/08972011>

Suhaenah, & Komala. (2024). *Bermain Tanah Liat Terapeutik: Peningkatan Kreativitas dan Fungsi Otak Kanan pada Anak*. 7(1).

Vega-Ramírez, L., Vidaci, A., & Hederich-Martínez, C. (2022). The effect of group work on expressive-artistic activities for the emotional regulation of university students. *Education*

Nifatita Resti Maolida, Nanda Ayu Arum Sukma, Rovi'in, **Application of Using Print Ads to Improving Students' Vocabulary at SMAN 3 Sidoarjo**

Sciences, 12(11), 777.

<https://doi.org/10.3390/educsci12110777>

Zhang, B., Wang, J., & Abdullah, A. binti. (2024). The effects of art therapy interventions on anxiety in children and adolescents: A meta-analysis. *Clinics*, 79, 100404.

<https://doi.org/10.1016/j.clinsp.2024.100404>

Revisi Nurlaila Rahmi.docx

ORIGINALITY REPORT

22 %
SIMILARITY INDEX

20 %
INTERNET SOURCES

12 %
PUBLICATIONS

15 %
STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	Submitted to Universitas PGRI Semarang Student Paper	12 %
2	jurnal.uinsu.ac.id Internet Source	1 %
3	journal.stkipsubang.ac.id Internet Source	1 %
4	jptam.org Internet Source	1 %
5	www.scribd.com Internet Source	1 %
6	jurnalmahasiswa.umsu.ac.id Internet Source	<1 %
7	www.jurnal.permapendis-sumut.org Internet Source	<1 %
8	digilib.unimed.ac.id Internet Source	<1 %
9	Suryani Pulungan. "Peningkatan Hasil Belajar Tematik Terpadu Tema 8 Subtema 3 dengan Model Discovery Learning di Kelas IV SD Negeri 035 Pintu Padang Jae Kabupaten Mandailing Natal", YASIN, 2025 Publication	<1 %
10	Pasmah Chandra. "Peningkatan Hasil Belajar Sejarah Kebudayaan Islam Melalui Model	<1 %

Cooperative Learning Tipe Team Games
Tournament (TGT) Di MTs Al-Quraniyah
Bengkulu", At-Tajdid : Jurnal Pendidikan dan
Pemikiran Islam, 2020

Publication

11

Submitted to Universitas Sebelas Maret

Student Paper

< 1 %

12

lib.unnes.ac.id

Internet Source

< 1 %

13

ojs.unimal.ac.id

Internet Source

< 1 %

14

Melati Rosanensi, Irwan Cahyadi, I Nyoman
Yoga Sumadewa. "Pengembangan dan
Implementasi Model Promosi Augmented
Reality Markerless pada Produk Olahan
Kacang Mete UMKM", RIGGS: Journal of
Artificial Intelligence and Digital Business,
2025

Publication

< 1 %

15

Muthia Indarini Adam, Iwan Fataha, Ratna
Dewi, Ardin Abdul Gani. "SURVEI PEMBINAAN
PRESTASI ATLET PENCAK SILAT PUSAT
PENDIDIKAN DAN LATIHAN OLAHRAGA
PELAJAR GORONTALO", Jambura Journal of
Sports Coaching, 2026

Publication

< 1 %

16

Ninik Finalita Ficia, Sigit Purnama, Sibawaihi
Sibawaihi. "Pembelajaran Bentuk Geometri
Anak Usia 5-6 Tahun melalui Media Realita di
RA Al Falah Banyuwangi", ARZUSIN, 2026

Publication

< 1 %

17

journal.uniku.ac.id

Internet Source

< 1 %

18	adoc.pub Internet Source	<1%
19	Nurwahidah Wahidah, Fitriani Nur, Ahmad Farham Majid. "EXPLORATION OF THE ETHNOMATHEMATICS OF MAGGALE AND MAJJEKKA AS CULTURAL HERITAGE OF TRADITIONAL BUGIS GAMES", EMTEKA: Jurnal Pendidikan Matematika, 2025 Publication	<1%
20	es.scribd.com Internet Source	<1%
21	123dok.com Internet Source	<1%
22	Fadilah, Nafidatul. "Implementasi P5 (Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila) Dimensi Beriman, Bertakwa, dan Berakhlak Mulia di SDN 4 Tlahab Lor dan SDN 1 Gembong Purbalingga", Universitas Islam Negeri Saifuddin Zuhri (Indonesia) Publication	<1%
23	Rahayuningsih, Esti. "Strategi Komunikasi Organisasi Untuk Meningkatkan Citra Madrasah di MTs Muhammadiyah Purwokerto.", Universitas Islam Negeri Saifuddin Zuhri (Indonesia) Publication	<1%
24	Syaefudin, Heri. "Model Rekrutmen Guru Berbasis Praktik Pengamalan Ibadah (PPI) di MTs Negeri 2 Cilacap.", Universitas Islam Negeri Saifuddin Zuhri (Indonesia) Publication	<1%
25	digilib.uad.ac.id Internet Source	

<1%

26 jurnal.umsb.ac.id
Internet Source

<1%

27 jurnaluniv45sby.ac.id
Internet Source

<1%

28 neurontinnorx.us.com
Internet Source

<1%

29 ukinstitute.org
Internet Source

<1%

30 www.youngontop.com
Internet Source

<1%

31 Imam Budi Sumarna. "Edukasi Flipbook Animasi sebagai Media Pembelajaran pada Sanggar Bimbingan - Aisyiyah Kampung Pandan Kuala Lumpur Malaysia", PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat, 2024
Publication

<1%

32 docobook.com
Internet Source

<1%

Exclude quotes On

Exclude matches Off

Exclude bibliography On

REVIEW ARTIKEL JURNAL

Judul	Penerapan art Therapy (clay) dengan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa di sanggar bimbingan kampung pandan malaysia
Nama Jurnal	Jurnal Pendidikan dan Konseling (Al-Irsyad)
Volume	Vol. 16 No. 1
Halaman	1-13
Tahun	2026
Penulis	Nurlaila Rahmi, Sri Ngayomi Yudha Wastuti
Tujuan Penelitian	Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa melalui penerapan <i>art therapy</i> menggunakan media tanah liat (<i>clay</i>) dalam layanan bimbingan kelompok.
Subjek Penelitian	Subjek penelitian berjumlah 8 Orang siswa di sanggar bimbingan kampung pandan Malaysia dengan menggunakan penelitian kualitatif.
Hasil penelitian	Berdasarkan hasil penelitian tindakan yang dilaksanakan dalam tiga siklus, dapat disimpulkan bahwa penerapan <i>art therapy</i> menggunakan media tanah liat (<i>clay</i>) dalam layanan bimbingan kelompok memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan kecerdasan emosional siswa di Sanggar Bimbingan 'Aisyiyah Kampung Pandan, Malaysia. Pada siklus pertama, kemampuan regulasi emosi siswa masih berada pada tahap kesadaran awal dengan persentase ketercapaian indikator sebesar 50%. Setelah dilakukan penguatan pada siklus kedua, terjadi peningkatan menjadi 75%, yang menunjukkan adanya perkembangan dalam aspek kontrol diri, keterbukaan dalam interaksi sosial, serta kemampuan mengekspresikan emosi secara lebih adaptif.

Kelebihan	<p>Penelitian ini memiliki kelebihan pada siswa dengan pendekatan kreatif ini memperlihatkan bahwa regulasi emosi dapat dikembangkan melalui pengalaman langsung yang melibatkan aspek sensorik, kognitif, dan sosial secara bersamaan. Integrasi aktivitas kreatif dalam layanan bimbingan kelompok terbukti relevan dalam mendukung penguatan aspek sosial-emosional, khususnya pada setting pendidikan nonformal.</p>
Kekurangan	<p>Penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah sampel yang relative kecil serta tidak menggunakan kelompok control, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas.</p>
Hasil kesimpulan	<p>Secara teoretis, hasil penelitian ini memperkuat pandangan bahwa regulasi emosi berkembang melalui proses bertahap yang dimulai dari kesadaran diri, dilanjutkan dengan latihan kontrol diri, hingga mencapai konsistensi perilaku dalam konteks sosial. Intervensi berbasis <i>clay</i> memberikan media konkret bagi siswa untuk menyalurkan ketegangan emosional ke dalam aktivitas yang terarah, sehingga membantu membangun respons yang lebih adaptif. Secara praktis, temuan ini memberikan alternatif strategi layanan bimbingan dan konseling yang lebih variatif, aplikatif, dan kontekstual, terutama bagi lembaga pendidikan nonformal yang memiliki keterbatasan sumber daya namun membutuhkan pendekatan yang efektif dalam penguatan kecerdasan emosional.</p>

MENGEMBANGKAN KECERDASAN EMOSIONAL

1. Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu dalam mengenali, memahami, mengelola, serta mengekspresikan emosi secara tepat, baik terhadap diri sendiri maupun orang lain. Menurut Goleman (1995), kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain, memotivasi diri, serta mengelola emosi dengan baik dalam hubungan sosial. Dalam kehidupan sehari-hari, kecerdasan emosional memiliki peranan penting dalam membentuk perilaku individu, terutama dalam pengambilan keputusan dan interaksi sosial.

Salovey dan Mayer (1990) mengemukakan bahwa kecerdasan emosional mencakup kemampuan untuk memantau perasaan diri sendiri dan orang lain, membedakan berbagai emosi, serta menggunakan informasi tersebut untuk membimbing pikiran dan tindakan. Hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional tidak hanya berkaitan dengan perasaan, tetapi juga berpengaruh terhadap cara berpikir dan bertindak seseorang.

Menurut Goleman (1995), terdapat lima aspek utama dalam kecerdasan emosional, yaitu kesadaran diri, pengelolaan emosi, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial. Kesadaran diri merupakan kemampuan untuk mengenali emosi yang muncul dalam diri. Pengelolaan emosi adalah kemampuan untuk mengendalikan emosi agar tetap stabil. Motivasi diri berkaitan dengan kemampuan untuk tetap bersemangat dalam mencapai tujuan. Empati merupakan kemampuan memahami perasaan orang lain, sedangkan keterampilan sosial berkaitan dengan kemampuan menjalin hubungan yang baik.

Pengembangan kecerdasan emosional dapat dilakukan melalui berbagai cara, seperti melatih kesadaran diri, mengendalikan emosi, serta meningkatkan empati. Menurut Bar-On (2006), kecerdasan emosional dapat dikembangkan melalui latihan yang berkelanjutan dan pengalaman sosial yang positif. Hal ini menunjukkan bahwa

kecerdasan emosional bukanlah kemampuan yang bersifat tetap, melainkan dapat ditingkatkan melalui proses pembelajaran.

Dalam konteks pendidikan, pengembangan kecerdasan emosional sangat penting bagi siswa. Menurut Elias et al. (1997), pendidikan yang mengintegrasikan aspek emosional akan membantu siswa dalam meningkatkan kemampuan sosial, mengurangi perilaku negatif, serta meningkatkan prestasi akademik. Oleh karena itu, guru dan konselor memiliki peran penting dalam memfasilitasi perkembangan kecerdasan emosional siswa melalui berbagai metode, seperti bimbingan kelompok dan penggunaan media kreatif.

Kecerdasan emosional (emotional intelligence) merupakan kemampuan individu dalam mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain, memotivasi diri, serta mengelola emosi dengan efektif. Adapun aspek-aspek kecerdasan emosional sebagai berikut

2. aspek-aspek kecerdasan emosional

- a. Kesadaran diri: kemampuan mengenali emosi diri sendiri
- b. Pengelolaan emosi: kemampuan mengontrol emosi agar tetap stabil.
- c. Motivasi diri: kemampuan untuk tetap semangat mencapai tujuan.
- d. Empati: kemampuan memahami perasaan orang lain.
- e. Keterampilan sosial: kemampuan menjalin hubungan yang baik dengan orang lain.

3. Pentingnya Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional membantu seseorang dalam mengambil keputusan yang tepat, mengurangi konflik, meningkatkan hubungan sosial, serta meningkatkan keberhasilan dalam belajar dan bekerja.

4. Cara Mengembangkan Kecerdasan Emosional

- a. Mengenali emosi diri sendiri.
- b. Melatih pengendalian diri.
- c. Berpikir positif.
- d. Meningkatkan empati.

- e. Melatih komunikasi yang baik.
- f. Mengelola stres dengan baik.

5. Contoh Penerapan dalam Kehidupan

Contoh sederhana adalah ketika seseorang merasa marah, ia mampu menahan diri dan tidak langsung meluapkan emosi, melainkan mencoba menenangkan diri dan mencari solusi yang tepat.

6. Kesimpulan

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan penting yang dimiliki individu dalam mengenali, memahami, mengelola, serta mengekspresikan emosi secara tepat, baik terhadap diri sendiri maupun orang lain. Kemampuan ini tidak hanya berperan dalam mengendalikan perasaan, tetapi juga memengaruhi cara seseorang berpikir, bertindak, dan berinteraksi dalam kehidupan sosial. Individu dengan kecerdasan emosional yang baik cenderung mampu menghadapi tekanan, menyelesaikan konflik, serta menjalin hubungan yang harmonis dengan lingkungannya.

Selain itu, kecerdasan emosional mencakup beberapa aspek utama, yaitu kesadaran diri, pengelolaan emosi, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial. Kelima aspek tersebut saling berkaitan dan berkontribusi dalam membentuk kepribadian yang matang dan adaptif. Oleh karena itu, pengembangan kecerdasan emosional perlu dilakukan secara berkelanjutan melalui latihan, pengalaman, serta dukungan lingkungan yang positif.

Dalam konteks pendidikan, kecerdasan emosional memiliki peranan yang sangat penting dalam menunjang keberhasilan belajar dan perkembangan karakter siswa. Siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang baik akan lebih mampu mengelola stres, berinteraksi secara positif, serta menunjukkan perilaku yang konstruktif. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional merupakan faktor kunci dalam keberhasilan individu, baik dalam aspek pribadi, sosial, maupun akademik, sehingga perlu dikembangkan sejak dini secara sistematis dan berkesinambungan.

Nama:

Kelas:

Tanggal:

A. Instrumen Penilaian Proses

Petunjuk: Berikan tanda (✓) pada kolom yang sesuai dengan pengamatan.

No	Aspek yang Dinilai	Baik Sekali	Baik	Cukup
1	Keaktifan dalam kegiatan			
2	Kemampuan mengungkapkan pendapat			
3	Kemampuan bekerja sama			
4	Kemampuan mengelola emosi			
5	Empati terhadap teman			

Keterangan:

Baik Sekali = 4

Baik = 3

Cukup = 2

Kurang = 1

B. Instrumen Penilaian Hasil

Petunjuk: Nilai hasil kerja peserta didik berdasarkan kriteria berikut.

No	Aspek Penilaian	Skor Maksimal	Skor
1	Pemahaman konsep kecerdasan emosional	25	
2	Kemampuan mengenali emosi diri	25	
3	Kemampuan mengelola emosi	25	
4	Kemampuan menunjukkan empati	25	

Nilai Akhir = (Total Skor / 100) x 100

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

Topik : Mengembangkan Kecerdasan Emosional

Nama:

Kelas:

Tanggal:

A. Tujuan Pembelajaran

1. Memahami pengertian kecerdasan emosional.
2. Mengenali emosi diri sendiri dan orang lain.
3. Mengelola emosi secara positif dalam kehidupan sehari-hari.

B. Petunjuk Pengerjaan

1. Bacalah setiap pertanyaan dengan teliti.
2. Jawablah dengan jujur sesuai pengalamanmu.
3. Diskusikan dengan teman jika diperlukan.

C. Materi Singkat

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu dalam mengenali, memahami, mengelola, serta mengekspresikan emosi secara tepat, baik terhadap diri sendiri maupun orang lain. Menurut Goleman (1995), kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain, memotivasi diri, serta mengelola emosi dengan baik dalam hubungan sosial. Dalam kehidupan sehari-hari, kecerdasan emosional memiliki peranan penting dalam membentuk perilaku individu, terutama dalam pengambilan keputusan dan interaksi sosial.

D. Kegiatan 1: Mengenali Emosi Diri

1. Tuliskan pengalamanmu ketika kamu merasa marah! Apa penyebabnya?

.....
.....

2. Bagaimana reaksi yang kamu tunjukkan saat itu?

.....
.....

3. Menurutmu, apakah reaksi tersebut sudah tepat? Jelaskan!

.....
.....

E. Kegiatan 2: Mengelola Emosi

Situasi: Kamu mendapatkan nilai yang kurang memuaskan padahal sudah belajar keras.

1. Apa yang kamu rasakan?

.....

2. Apa yang sebaiknya kamu lakukan?

.....

3. Tuliskan 2 cara positif untuk mengatasi perasaan kecewa!

-
-

F. Kegiatan 3: Empati dan Hubungan Sosial

1. Pernahkah kamu melihat temanmu sedih? Apa yang kamu lakukan?

.....

2. Mengapa penting untuk memahami perasaan orang lain?

.....

G. Refleksi Diri

Centang (✓) pernyataan yang sesuai:

Pernyataan	Ya	Tidak
Saya dapat mengenali perasaan saya sendiri		
Saya mampu mengendalikan emosi saat marah		
Saya peduli terhadap perasaan teman		
Saya dapat menyelesaikan masalah dengan baik		

TRANSKIP WAWANCARA

Yang melakukan Wawancara

Nama Inisial : RN, FTR, AS,BNT,SRF,KVN,ARF,IHM

Waktu dan Kegiatan

Tanggal : 24 Oktober 2025

Waktu : 08 : 00

Tempat : kampong Pandan Malaysia

Isi Wawancara

Konselor : Assalamualaikum, selamat pagi Anak-anak ibu

Konseli 1-8 : waalaikumussalam ibu, selamat pagi juga ibu

Konselor : apa kabar anak-anak ibu semuanya

Konseli : alhamdulillah luar biasa Allahuakbar

Konselor : bagaimana perasaannya hari ini? Apakah udah siap untuk memulai hari ini dengan semangat?

Konseli : semangat sangat la cekgu

RN : cekgu itu apa hal ada benda banya sangat (clay)

Konselor : nah hari ini kita akan bermain dengan benda ini tapi sebelum bermain cekgu akan bertanya dulu nih bagaimana perasaan kalian semua disini?

SRF : perasaan macam mana cekgu

Konselor : perasaan itu apa yang saat ini kalian rasakan apakah kalian sedang marah, sedih, kecewa, atau kalian sedang bahagia?

Konseli 1-8 : bahagia sangat la cekgu

Konselor : wahhh cekgu senang dengarnya

ARF : cekgu hari ini kita akan bermain kah? Takde belajar?

Konselor : iya dong hari ini kita bermain tapi sambil belajar

FTR : belajar apa cekgu?

Konselor : belajar mengenali diri sendiri dan lingkungan kita

Konseli 1-5 : wahhh saya suka saya suka, lanjut la cekgu kami tak sabar ni

Konselor : oke sebelum lanju cekgut mau Tanya dulu dari anak-anak semuanya apakah tau sebab cekgu membawa banyak perlengkapan ini termasuk laptop, lembar-lembar, dan ada clay juga?

Konseli 1-8 : tak tau lah cekgu

Konselor : hari ini kita akan membuat animasi dari clay ini tapi sebelum membuat cekgu akan memberikan pengertian tentang bagaimana cara anak-anak cekgu semuanya untu megontrol emosinya dengan baik dan menjaga perasaanya agar tetap bahagia serta peduli terhadap lingkungan sekitar

Konselor : (memberikan materi tentang kecerdasan emosional)

Konseli mengamati dengan seksama tentang materi yang diberikan

Konselor : bagaimana anak-anak cekgu apakah kalian paham?

Konseli 1-8 : paham cekgu

ARF : cekgu nak Tanya la jadi bagaimana jika kita marah trus kita tak bisa mengendalikan emosi

RN : cari je la hal yang membuat kau pandai mengendalikan emosi

Konselor : nahh bagus RN, arf jika kamu tidak bisa mengendalikan emosi maka jauhilah hal yang membuat mu emosi marah, sedih kamu pergi tinggalkan dan

carri hal yang membuat kamu lupa dengan amarah kamu seperti bermain, bertemu dengan teman-teman atau bahkan kamu bisa redakan emosi sedikit dengan minum air putih

- ARF : ohhh macam tu, okelah cekgu
- Konseli 1-8 : cekgu lanjutla kata nak membentuk animasi dengan clay
- Konselor membagikan clay tersebut
- Konseli 1-4 : cekgu kenapa ya saya dapat warna merah saya tak suka warna merah
- Konselor : mengapa tak suka warna merah
- Konseli : tak suka je la cekgu, warna merah tu macam warna orang marah
- IHM : siapa yang tak suka warna merah mari tukar sama saya,saya sangat suka warna merah
- Konselor : ohh iyaa, wahhh mengapa ihm sangat menyukai warna merah?
- IHM : sebab cekgu warna merah itu warna cinta (sambil tertawa)
- Konseli 1-7 : hahahaha gelak lah ihm ni
- Konselor : bagus ihm, menurut cekgu semua warna adalah warna cinta
- RN : cekgu ada ga warna yang tak cekgu suka?
- Konselor : ada
- Konseli : warna apa cekgu
- Konselor : warna pink
- Konseli -8 : hahhh, mengapa cekgu bukannya warna pink warna girl kah?
- Konselor : menurut cekgu warna pink itu warna yang paling tak cekgu suka sebab pink adalah warna soft cekgu tak suka, kalau kalian ada ga warna yang tak disuka?
- Konseli : kami suka semua lah cekgu
- Konseli 1-4 : kami hanya tak suka merah, sebab warna marah beda dengan ihm kata warna merah adalah warna cinta
- Konselor : mengapa kalian berfikir warna merah warna marah?
- Konseli : sebab orang marah kan muka jadi warna merah jadi takut la hahahaha
- Sampai jam pelajaran selesai mereka hanya asik becanda gurau dengan teman-teman
- Kesimpulannya : daalam transkrip wawancara tersebut terdapat 4 konseli yang tidak menyukai warna merah sebab menurut mereka ekspresi orang marah aadalah berubah menjadi warna merah

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK SISWA DI
SANGGAR BIMBINGAN KAMPUNG PANDAN MALAYSIA
TAHUN AJARAN 2025/2026

Jenis Layanan	Bimbingan Kelompok
Bidang Layanan	Pribadi dan Sosial
Tema Layanan	Mengembangkan Kecerdasan Emosional dengan Art Therapy (clay)
Kelas	IV SD
Alokasi Waktu	60 Menit
Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membantu meningkatkan kesadaran diri 2. Membantu menjelaskan ekspresi emosional 3. Membantu meningkatkan keterampilan sosial
Uraian Pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konseli menceritakan masalah yang di alami terkait emosional 2. Konselor menggali penyebab dari emosional siswa 3. Konselor memberikan pemahaman tentang pentingnya meningkatkan kecerdasan emosional 4. Konselor membantu konseli untuk meredakan emosionalnya
Uraian Kegiatan Yang Telah Dilaksanakan	<p>Uraian kegiatan awal</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor membuka kegiatan dengan salam dan membangun hubungan (rapport). 2. Konselor menjelaskan tujuan konseling. 3. Konseli diajak merasa nyaman dan terbuka. <p>Kegiatan Inti</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Konseli menceritakan masalah yang dialami terkait emosional 2. Konselor menggali penyebab 3. Konselor memberikan pemahaman tentang

	<p>pentinya mengatur emosional</p> <p>4. Konselor membantu konseli menemukan solusi</p> <p>Kegiatan Akhir</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor bersama konseli menyimpulkan hasil konseling. 2. Konseli membuat komitmen untuk berubah. 3. Konselor memberikan motivasi dan menutup kegiatan.
Hasil yang telah diperoleh	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konseli mulai memahami pentingnya menjaga emosional dan memahami emosional dalam diri 2. Konseli menunjukkan sikap peduli terhadap perasaan temannya 3. Konseli mampu memahami diri sendiri
Kumpulan yang didapat	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta mampu mengenali dan menyebutkan emosi yang sedang dirasakan. 2. Peserta mampu mengendalikan emosi negatif seperti marah, sedih, dan kecewa. 3. Peserta menunjukkan semangat dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.
Tindak lanjut	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan observasi lanjutan terhadap perubahan perilaku emosional peserta 2. Memberikan apresiasi terhadap perubahan positif yang ditunjukkan peserta

Kecerdasan Emosional & Pengelolaan Stres

Kunci Kehidupan yang Lebih Sehat & Bahagia

Pengelolaan stres adalah keterampilan penting untuk menjaga keseimbangan hidup dan meningkatkan kualitas hidup. Kecerdasan emosional adalah kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi dengan baik. Cara kita mengelola emosi dan stres memengaruhi kesejahteraan mental, kesehatan fisik, serta hubungan sosial.



Mengenal Kecerdasan Emosional



Kecerdasan Emosional adalah kemampuan untuk:

- Mengenal dan memahami emosi diri sendiri.
- Mengelola emosi secara sehat dan adaptif.
- Mengenal dan memahami emosi orang lain.
- Menjalinkan hubungan sosial yang positif.



Manfaat Kecerdasan Emosional:

- Membantu dalam pengambilan keputusan yang lebih baik.
- Meningkatkan kualitas hubungan sosial.
- Menurunkan risiko stres dan kecemasan.
- Meningkatkan kesejahteraan mental dan produktivitas.





4 Pilar Kecerdasan Emosional

Kesadaran Diri (Self-awareness)

Memahami penyebab emosi dan bagaimana emosi memengaruhi perilaku.

Motivasi (Motivation)

Memiliki dorongan dari dalam untuk mencapai tujuan.

Pengendalian Diri (Self-regulation)

Mampu mengendalikan impuls dan reaksi emosional secara bijak.

Empati (Empathy)

Berusaha membantu dan mendukung orang lain dengan tulus.

Mengenali & Memahami Emosi

Apa itu emosi?

Emosi adalah reaksi alami terhadap situasi tertentu.

Jenis emosi utama

- Senang
- Sedih
- Marah
- Takut
- Jijik
- Terkejut

Cara mengenali emosi diri sendiri:

- Perhatikan reaksi fisik (denyut jantung, ketegangan otot).
- Perhatikan pikiran yang muncul.
- Ekspresikan emosi melalui kata-kata atau tulisan.



Pengelolaan Emosi yang Sehat



Cara mengelola emosi secara efektif:

- Sadari dan terima emosi yang dirasakan.
- Gunakan teknik pernapasan untuk menenangkan diri.
- Alihkan perhatian ke hal yang lebih positif.
- Tulis jurnal emosi untuk mencatat perasaan dan pemicunya.
- Diskusikan dengan seseorang yang dipercaya.

Contoh situasi:

- Situasi: Mengalami kegagalan dan Reaksi negatifnya Menyalahkan diri sendiri dan menyerah.
- Reaksi sehat: Menganalisis kesalahan, belajar dari pengalaman, dan mencoba lagi.

Mengenal Stres & Dampaknya



Apa itu stres?

Stres adalah respons alami tubuh terhadap tekanan atau tantangan.

Jenis stres:

- Stres Positif
- Stres Negatif

Dampak stres berlebihan:

- Fisik: Sakit kepala, gangguan tidur.
- Emosional: Mudah marah, sedih berkepanjangan, kehilangan motivasi.
- Sosial: Sulit berkonsentrasi, hubungan dengan orang lain terganggu.

Teknik Pengelolaan Stres yang Efektif

Keefektifan Fisik

- Olahraga teratur.
- Pola makan sehat.
- Tidur yang cukup.



Keefektifan Sosial

- Berbagi cerita dengan teman/keluarga.
- Membangun hubungan yang suportif.
- Menghindari lingkungan yang toksik.





Mindfulness & Relaksasi

Mindfulness adalah latihan untuk tetap fokus pada saat ini tanpa mengahafimi.

Manfaat mindfulness:

- Mengurangi kecemasan & stres.
- Meningkatkan konsentrasi & ketenangan.
- Membantu mengendalikan emosi.

Latihan pernapasan sederhana:

- Tarik napas dalam selama 4 detik.
- Tahan napas selama 4 detik.
- Buang napas perlahan selama 6 detik.
- Ulangi beberapa kali hingga merasa lebih tenang.

Membangun Resiliensi & Kesehatan Mental

Apa itu resiliensi?

Kemampuan untuk bangkit kembali dari kesulitan, tantangan, atau kegagalan dengan cara yang positif dan konstruktif. Resiliensi bukan hanya tentang bertahan, tetapi juga tentang membangun kekuatan dan belajar.

Cara membangun resiliensi:

- Memiliki tujuan hidup yang jelas.
- Menyesuaikan diri dengan perubahan.
- Mengelola ekspektasi secara realistis.
- Berlatih rasa syukur setiap hari.

Strategi kesehatan mental jangka panjang:

- Menciptakan kebiasaan sehat.
- Mengatur waktu dengan baik.
- Menerapkan self-care dan hobi yang menyenangkan.

Kesimpulan & Aksi Nyata



Kesimpulan

- Kecerdasan emosional membantu kita mengelola emosi dan membangun hubungan sosial yang lebih baik.
- Pengelolaan stres yang baik meningkatkan kesehatan mental dan fisik.

Aksi Nyata

- Praktikkan salah satu teknik manajemen stres yang telah dipelajari!
- Buat jurnal emosi selama satu minggu untuk mengenali pola emosi pribadi.



DOKUMENTASI



Gambar 1. Pemberian lembar materi

Gambar 2. Menjelaskan materi emosional



Gambar 3. Membuat clay

LINK VIDIO PENELITIAN

<https://youtu.be/d8Om9eHVVHQ?si=XE1EiU2KDa7Czc9G>

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



A. DATA PRIBADI

Nama : Nurlaila Rahmi
Npm : 2202080019
Tempat, Tanggal Lahir: Pamerahan, 03-Februari -2005
Jenis Kelamin : Perempuan
Status : Belum Kawin
Agama : Islam
Kewarganegaraan : Indonesia
Alamat : AFD VI DUSUN V Pamerahan
Anak Ke : 2 dari 2 Saudara
Alamat Email : nurlailarahmi8@gmail.com

B. DATA ORANGTUA

Nama Ayah : Suwanto
Pekerjaan : BUMN PTPN 4
Nama Ibu : Fitria
Pekerjaan : Pengusaha
Alamat : AFD VI DUSUN V Pamerahan

C. PENDIDIKAN

1. SD NEGERI 017133
2. SMP NEGERI 3 Air Batu Satu Atap
3. Pondok Pesantren Darul Hikmah Asahan
4. Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Tahun 2022-2026