

Art Therapy sebagai Media Pembelajaran Seni Musik pada Anak Usia Dini dalam Mengatasi Perilaku Tantrum

Sinta Setiawati¹✉, Rohmalina²

¹ Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan (Siliwangi), Kota Cimahi, Indonesia.

² Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan (Siliwangi), Kota Cimahi, Indonesia.

¹ sintaasetiaa19@gmail.com, ² rohmalina@ikipsiliwangi.ac.id

INFO ARTIKEL Diterima: 27/08/2024; Direvisi: 27/08/2024; Disetujui: 27/08/2024

ABSTRAK

KATA KUNCI

Art therapy;
Musik Seni;
Perilaku
Tantrum;
Anak Usia Dini

Penelitian ini berangkat dari keprihatinan terhadap tingginya prevalensi perilaku tantrum pada anak usia dini, yang seringkali disebabkan oleh keterbatasan kemampuan mereka dalam mengenali dan mengekspresikan emosi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengeksplorasi efektivitas *art therapy* melalui seni musik dalam mengatasi perilaku tantrum pada anak usia dini di Cigugur Tengah. Tingginya prevalensi tantrum pada anak usia 4-5 tahun seringkali disebabkan oleh keterbatasan kemampuan mereka mengenali dan mengekspresikan emosi. *Art therapy* melalui musik dipilih sebagai metode untuk membantu anak mengelola emosinya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus, melibatkan lima anak yang menunjukkan perilaku tantrum. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara dengan orang tua dan guru, serta dokumentasi aktivitas anak. Analisis tematik digunakan untuk menggali pemahaman mendalam mengenai pengalaman emosional anak dan efektivitas intervensi terapi. Anak-anak mengikuti sesi *art therapy* musik secara berkala selama tiga bulan, yang bertujuan membantu mereka mengenali dan mengekspresikan emosi melalui musik. Hasil penelitian menunjukkan penurunan signifikan dalam frekuensi, durasi, dan intensitas tantrum setelah intervensi. Temuan ini menyoroti peran musik sebagai alat regulasi emosional, membantu anak dalam mengelola stres dan kecemasan serta memberikan respons yang lebih konstruktif terhadap emosi.

ABSTRACT

KEYWORDS

Art Therapy;
Early Childhood;
Music Art;
Tantrum Behavior

This study was motivated by concerns about the high prevalence of tantrum behavior among early childhood children, which is often associated with their limited ability to recognize and express emotions. The purpose of this study was to examine the effectiveness of music-based art therapy in reducing tantrum behavior among young children in Central Cigugur. This study employed a qualitative approach using a case study design and involved five children aged 4-5 years who exhibited tantrum behavior. Data were collected through observations, interviews with parents and teachers, and documentation of children's activities. The data were analyzed using thematic analysis to gain an in-depth understanding of the children's emotional experiences and the effectiveness of the intervention. The participants attended regular music-based art therapy sessions over three months to help them recognize and express their emotions through music. The findings showed a significant reduction in the frequency, duration, and intensity of tantrum behavior following the intervention. These findings suggest that music-based art therapy is effective in supporting children's emotional regulation by helping them manage stress and anxiety and respond to emotions in more constructive ways.

PENDAHULUAN

Perilaku tantrum pada anak usia dini merupakan salah satu fenomena umum namun kompleks yang sering kali menimbulkan tantangan besar bagi orang tua dan pendidik. Tantrum, yang ditandai dengan ledakan emosi seperti menangis, berteriak, hingga perilaku agresif, biasanya terjadi pada anak-anak berusia 2 hingga 5 tahun. Perilaku ini sering kali menjadi salah satu cara bagi anak-anak untuk mengekspresikan frustrasi

mereka terhadap situasi yang tidak sesuai dengan harapan atau keinginan mereka. Pada anak usia dini, tantrum bisa dipicu oleh berbagai faktor, termasuk keterbatasan kemampuan komunikasi, kebutuhan yang tidak terpenuhi, kelelahan, atau rasa lapar (Soemarmi & Hariyani, 2024).

Oleh karena itu, penting bagi orang tua dan pendidik untuk memahami penyebab serta cara menangani tantrum pada anak usia dini agar dapat memberikan intervensi yang tepat dan efektif. Dalam konteks ini, berbagai strategi penanganan tantrum perlu dipertimbangkan, termasuk pendekatan-pendekatan inovatif yang berbasis seni. Data menunjukkan bahwa tantrum adalah perilaku yang sangat umum terjadi pada anak usia dini. Sekitar 50-80% anak berusia 2-3 tahun mengalami tantrum setidaknya sekali dalam sebulan, sementara pada anak usia 4-5 tahun, angka ini menurun menjadi sekitar 20-30% (Nasution et al., 2023). Meskipun prevalensi tantrum cenderung menurun seiring bertambahnya usia, hal ini tidak mengurangi urgensi untuk menemukan strategi efektif dalam mengatasi perilaku tersebut. Di Indonesia, prevalensi perilaku tantrum pada anak usia dini juga cukup tinggi, dengan laporan dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan yang menunjukkan bahwa sekitar 40% anak usia 4-5 tahun mengalami tantrum yang signifikan dalam satu tahun terakhir (Ritonga & Ritonga, 2023).

Tantrum yang berulang dan tidak ditangani dengan baik dapat berdampak negatif pada perkembangan emosional dan sosial anak. Anak-anak yang sering mengalami tantrum mungkin mengalami kesulitan dalam mengelola emosi mereka, yang pada gilirannya dapat memengaruhi kemampuan mereka dalam berinteraksi dengan teman sebaya dan orang dewasa di sekitarnya. Selain itu, tantrum yang berulang dapat mengganggu proses belajar anak di lingkungan pendidikan formal, karena anak-anak yang tidak dapat mengatur emosinya cenderung sulit untuk fokus dan mengikuti instruksi (Ines, 2022).

Dalam pendidikan anak usia dini, kemampuan anak untuk mengelola emosi merupakan aspek yang sangat penting. Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) bertujuan untuk memberikan pembinaan kepada anak sejak lahir sampai usia enam tahun melalui rangsangan pendidikan yang membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani serta rohani anak. Salah satu tantangan utama dalam mencapai tujuan ini adalah mengatasi perilaku tantrum, yang dapat menghambat kemampuan anak untuk beradaptasi dengan lingkungan belajar dan sosial. Oleh karena itu, menemukan strategi yang efektif untuk mengatasi perilaku tantrum merupakan kebutuhan mendesak dalam pendidikan anak usia dini (Wardani et al., 2023).

Berbagai pendekatan telah diusulkan dan diterapkan untuk mengatasi perilaku tantrum pada anak usia dini. Metode pengasuhan positif, intervensi berbasis perilaku, dan terapi kognitif adalah beberapa pendekatan yang sering digunakan. Namun, masing-masing metode ini memiliki keterbatasan, terutama dalam hal efektivitas jangka panjang dan penerapan dalam berbagai sosial dan budaya. Pendekatan pengasuhan positif, misalnya, menekankan pada pemberian pujian dan penguatan positif untuk mendorong perilaku yang diinginkan, tetapi bisa kurang efektif jika tidak didukung oleh lingkungan yang konsisten. Demikian pula, intervensi berbasis perilaku sering kali membutuhkan disiplin yang ketat dan penerapan yang konsisten, yang bisa sulit dilakukan dalam lingkungan rumah atau sekolah yang dinamis.

Salah satu pendekatan yang mulai mendapatkan perhatian dalam beberapa tahun terakhir adalah penggunaan *art therapy* dengan seni musik. *Art therapy* merupakan sebuah bentuk terapi yang menggunakan proses kreatif seni untuk membantu individu mengekspresikan dirinya dan mengembangkan keterampilan emosional serta sosial. Dalam anak usia dini, seni bisa menjadi medium yang efektif untuk menyalurkan emosi, terutama bagi anak-anak yang belum sepenuhnya mampu mengekspresikan perasaan

mereka dengan kata-kata. Musik, sebagai salah satu bentuk seni, memiliki keunggulan unik karena mampu mempengaruhi suasana hati dan emosi secara langsung (Wardana et al., 2023).

Penggunaan musik dalam *art therapy* didasarkan pada konsep bahwa musik dapat berfungsi sebagai medium yang efektif untuk memfasilitasi ekspresi diri, mengurangi stres, dan meningkatkan keterampilan sosial dan emosional. Musik memiliki sifat yang universal dan dapat diakses oleh anak-anak dari berbagai latar belakang. Selain itu, musik dapat diintegrasikan ke dalam berbagai aktivitas sehari-hari, membuatnya menjadi alat yang fleksibel dan mudah diterapkan dalam berbagai pendidikan dan terapeutik. Musik juga dapat memberikan struktur dan rutinitas yang dapat membantu anak merasa lebih aman dan terkendali, yang penting dalam mengatasi perilaku tantrum (Ningrum, 2022).

Penelitian oleh Fauziyyah et al. (2020) telah menunjukkan bahwa *art therapy* dengan menggunakan musik dapat memberikan dampak positif terhadap perkembangan emosional dan sosial anak. Musik telah terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan, meningkatkan mood, dan membantu dalam pengaturan emosi. Selain itu, musik juga dapat digunakan sebagai alat untuk meningkatkan keterampilan sosial, seperti kerjasama dan komunikasi. Dalam terapi, musik dapat berfungsi sebagai jembatan antara dunia internal anak dan dunia eksternal, memungkinkan mereka untuk mengekspresikan perasaan yang mungkin sulit diungkapkan melalui kata-kata.

Mengacu pada temuan tersebut, penting untuk mempertimbangkan relevansi dan penerapan *art therapy* berbasis musik dalam berbagai konteks. Hasil penelitian ini menunjukkan relevansi besar dalam konteks pendidikan dan terapi bagi anak usia dini. Lebih lanjut, pendekatan ini menunjukkan potensi besar dalam menangani perilaku tantrum yang kerap kali sulit diatasi melalui metode konvensional. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji lebih lanjut bagaimana *art therapy* berbasis musik dapat diterapkan dalam konteks spesifik untuk memberikan intervensi yang efektif. Dalam hal ini, memilih lokasi penelitian yang tepat menjadi penting untuk memastikan relevansi dan keberhasilan intervensi. Daerah Cigugur Tengah dipilih sebagai lokasi penelitian ini karena tingginya angka kejadian tantrum pada anak usia dini di wilayah ini. Laporan dari posyandu setempat mencatat bahwa sekitar 35% anak mengalami tantrum yang signifikan setiap bulannya. Tingginya angka kejadian tantrum ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk menemukan strategi yang efektif dalam mengatasi perilaku tersebut. *Art therapy* dengan menggunakan seni musik diharapkan dapat menjadi salah satu solusi yang dapat diterapkan untuk mengurangi frekuensi, durasi, dan intensitas tantrum pada anak usia dini di wilayah ini.

Meskipun ada bukti yang menunjukkan manfaat umum dari *art therapy* dalam mengatasi berbagai masalah emosional dan perilaku pada anak-anak, penelitian yang spesifik mengkaji efektivitas *art therapy* seni musik dalam mengatasi tantrum pada anak usia dini masih terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya cenderung fokus pada manfaat umum dari terapi musik tanpa secara khusus menargetkan perilaku tantrum. Oleh karena itu, masih ada kesenjangan pengetahuan mengenai bagaimana terapi musik dapat diterapkan secara efektif untuk mengatasi perilaku tantrum pada kelompok usia ini.

Penelitian ini menawarkan temuan baru dengan mengeksplorasi secara spesifik efektivitas *art therapy* berbasis seni musik dalam mengatasi perilaku tantrum pada anak usia dini, sebuah topik yang belum banyak diteliti secara mendalam di konteks lokal seperti wilayah Cigugur Tengah. Sementara sebagian besar penelitian sebelumnya hanya membahas manfaat umum dari *art therapy* atau terapi musik dalam meningkatkan kesejahteraan emosional anak, penelitian ini memberikan fokus khusus pada perubahan frekuensi, durasi, dan intensitas tantrum pada anak usia 4-5 tahun. Dengan demikian,

penelitian ini menjadi pionir dalam menguji penerapan langsung *art therapy* musik pada anak-anak yang mengalami masalah perilaku spesifik ini

Oleh karena itu, penelitian ini sangat relevan dalam konteks kebutuhan lokal dan berpotensi memberikan kontribusi yang signifikan bagi pendekatan terapeutik di Indonesia. Alasan penting penulis melakukan penelitian ini adalah untuk menjawab kebutuhan mendesak akan intervensi yang lebih efektif dan berbasis bukti dalam menangani perilaku tantrum pada anak usia dini di Indonesia, terutama di daerah dengan prevalensi tinggi seperti Cigugur Tengah. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat mengisi kesenjangan literatur terkait strategi penanganan tantrum yang lebih kreatif dan inovatif. Dengan memfokuskan pada penggunaan musik sebagai medium terapeutik, penelitian ini berupaya memberikan pendekatan yang tidak hanya mudah diterapkan di berbagai lingkungan pendidikan dan rumah tangga, tetapi juga memiliki potensi dampak jangka panjang dalam mendukung perkembangan emosional dan sosial anak secara holistik.

Berangkat dari latar belakang dan urgensi tersebut, penelitian ini dirancang dengan beberapa tujuan spesifik, yaitu untuk mengkaji efektivitas *art therapy* berbasis seni musik dalam mengurangi frekuensi, durasi, dan intensitas perilaku tantrum pada anak usia dini, khususnya di wilayah Cigugur Tengah. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana *art therapy* musik dapat digunakan sebagai intervensi yang efektif untuk membantu anak-anak mengekspresikan emosi mereka secara konstruktif dan mengembangkan keterampilan emosional serta sosial yang lebih baik.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk mengeksplorasi efektivitas *art therapy* melalui seni musik dalam mengurangi perilaku tantrum pada anak usia 4-5 tahun di daerah Cigugur Tengah. Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh pemahaman yang mendalam tentang perubahan perilaku anak selama intervensi serta untuk memahami persepsi orang tua dan pendidik mengenai efektivitas terapi tersebut.

Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui tiga metode utama. Pertama, observasi langsung dilakukan secara berkelanjutan selama penerapan *art therapy* untuk mencatat perubahan dalam frekuensi dan intensitas tantrum. Observasi ini tidak hanya dilakukan sebelum dan sesudah intervensi, tetapi juga terus-menerus selama proses terapi berlangsung untuk mendapatkan gambaran yang lebih lengkap tentang dinamika perubahan perilaku anak. Kedua, wawancara semi-terstruktur dilakukan dengan orang tua dan pendidik untuk menggali persepsi mereka tentang perubahan perilaku anak selama intervensi dan untuk memahami faktor-faktor yang mungkin mempengaruhi efektivitas terapi. Ketiga, dokumentasi yang meliputi catatan harian dan rekaman video selama sesi *art therapy* digunakan untuk analisis lebih lanjut dan verifikasi temuan dari observasi dan wawancara.

Proses penelitian dimulai dengan identifikasi anak-anak yang menunjukkan perilaku tantrum signifikan berdasarkan kriteria tertentu seperti frekuensi, durasi, dan intensitas tantrum. Selanjutnya, perencanaan dan pelaksanaan intervensi dilakukan, di mana sesi *art therapy* diterapkan secara berkala selama tiga bulan. Terapi ini dirancang untuk menciptakan lingkungan yang aman bagi anak-anak untuk mengekspresikan emosi mereka melalui musik. Selama intervensi, perubahan perilaku anak diamati dan dianalisis secara berkelanjutan untuk memahami pola perubahan dan menilai efektivitas intervensi.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan pendekatan tematik, yang mencakup proses transkripsi wawancara, pengkodean, dan interpretasi tema-tema yang relevan dengan perubahan perilaku anak selama intervensi. Untuk memastikan keabsahan data, pe-

nelitian ini menggunakan teknik triangulasi, yang melibatkan perbandingan hasil dari berbagai sumber data seperti observasi, wawancara, dan dokumentasi. Selain itu, dilakukan juga member checking, di mana orang tua dan pendidik dilibatkan untuk meninjau dan memberikan masukan terhadap hasil analisis data, memastikan bahwa temuan yang diperoleh akurat dan mencerminkan pengalaman nyata dari peserta. Pendekatan ini memberikan pemahaman yang lebih kaya tentang efektivitas *art therapy* dalam konteks kehidupan nyata, dengan fokus pada pengurangan perilaku tantrum pada anak-anak usia dini, serta memberikan wawasan yang aplikatif bagi praktisi dan pendidik di bidang pendidikan anak usia dini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini berfokus pada perubahan perilaku tantrum pada anak usia 4-5 tahun setelah mereka mengikuti sesi *art therapy* seni musik. Untuk memahami persepsi orang tua dan guru mengenai efektivitas intervensi ini, wawancara mendalam dilakukan dengan kedua kelompok tersebut. Temuan dari wawancara ini menunjukkan adanya perubahan signifikan dalam perilaku anak-anak setelah mengikuti terapi. Tabel di bawah ini merangkum respon orang tua dan guru mengenai perubahan perilaku anak, serta durasi dan intensitas tantrum setelah terapi musik dilakukan.

Tabel 1. Hasil Wawancara dengan Orang Tua dan Guru Mengenai Efektivitas *Art therapy* Seni Musik dalam Mengurangi Perilaku Tantrum Anak

Pertanyaan	Respon Orang Tua	Respon Guru
Perubahan Perilaku Anak Setelah Terapi	Setelah mengikuti terapi musik, anak saya tampak lebih tenang dan lebih jarang mengalami tantrum. Sebelum terapi, anak saya bisa marah dua kali sehari, tetapi sekarang hanya sekali atau dua kali dalam seminggu.	Saya melihat bahwa anak-anak menjadi lebih mampu mengontrol emosi mereka setelah sesi musik. Mereka lebih jarang menunjukkan tantrum dan lebih mudah diarahkan saat belajar.
Durasi dan Intensitas Tantrum	Durasi tantrum juga menurun. Biasanya, tantrum berlangsung selama 20 menit atau lebih, tetapi sekarang tidak lebih dari lima menit. Anak lebih cepat tenang, terutama setelah mendengarkan musik.	Intensitas tantrum berkurang signifikan. Sebelumnya, anak-anak bisa menangis dan berteriak keras, sekarang hanya menangis sebentar dan bisa diajak bicara untuk tenang.
Perubahan dalam Regulasi Emosional	Saya merasa anak saya lebih mudah mengekspresikan perasaan mereka setelah mengikuti terapi. Anak lebih sering berbicara tentang perasaan mereka daripada langsung marah.	Anak-anak tampak lebih mampu menyelesaikan konflik dengan teman-teman mereka tanpa harus berteriak atau memukul. Mereka mulai menggunakan kata-kata untuk mengekspresikan frustrasi.
Perubahan dalam Interaksi Sosial	Anak saya sekarang lebih suka berinteraksi dengan teman-temannya. Dulu, dia sering mengisolasi diri setelah tantrum, tetapi sekarang dia lebih aktif bermain bersama teman-temannya.	Saya melihat peningkatan dalam cara anak-anak berinteraksi satu sama lain. Mereka lebih suka berbagi dan bekerja sama, yang sebelumnya sering menyebabkan perselisihan dan tantrum.
Peran Musik dalam Terapi	Musik tampaknya sangat membantu. Anak saya suka menyanyi dan	Musik menjadi alat yang efektif dalam kelas. Ketika anak-anak mulai gelisah, saya sering memutar

Pengalaman Mendampingi Anak Selama Terapi	menari, dan kegiatan ini tampaknya membantu mengurangi stres mereka. Saya terlibat dalam beberapa sesi dan belajar bagaimana menggunakan musik untuk menenangkan anak saya di rumah. Saya merasa lebih siap untuk menghadapi situasi sulit sekarang.	musik, dan mereka segera menjadi lebih tenang dan fokus. Partisipasi orang tua dalam terapi sangat membantu. Ketika mereka menerapkan teknik yang sama di rumah, efek positif dari terapi di sekolah menjadi lebih jelas dan konsisten.
---	--	---

Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua dan guru, terdapat beberapa temuan signifikan terkait efektivitas *art therapy* seni musik dalam mengurangi perilaku tantrum pada anak usia 4-5 tahun. Orang tua melaporkan bahwa setelah mengikuti terapi musik, anak-anak mereka tampak lebih tenang dan mengalami penurunan frekuensi tantrum secara drastis. Sebelumnya, tantrum sering terjadi hingga dua kali sehari, namun kini frekuensinya berkurang menjadi sekali atau dua kali dalam seminggu. Durasi tantrum juga mengalami penurunan yang signifikan; sebelumnya tantrum dapat berlangsung selama lebih dari 20 menit, kini tidak lebih dari lima menit, yang menunjukkan bahwa anak-anak lebih cepat pulih setelah mendengarkan musik.

Perubahan ini tidak hanya terlihat pada frekuensi dan durasi tantrum, tetapi juga pada intensitasnya. Anak-anak yang awalnya menangis dan berteriak keras kini menunjukkan tantrum dengan intensitas yang lebih rendah dan lebih mudah diatasi. Orang tua mengamati bahwa anak-anak kini lebih mampu mengekspresikan perasaan mereka dengan kata-kata, mengurangi kecenderungan mereka untuk langsung marah.

Di sisi lain, guru juga melaporkan perubahan positif yang sama di lingkungan pendidikan. Anak-anak menunjukkan peningkatan dalam mengontrol emosi mereka dan lebih mudah diarahkan dalam kegiatan belajar. Mereka jarang mengalami tantrum dan, ketika melakukannya, tingkat intensitasnya jauh berkurang. Penurunan dalam intensitas tantrum ini berarti anak-anak lebih cepat kembali fokus dan tidak mengganggu proses pembelajaran.

Selain itu, guru mengamati bahwa musik memiliki peran penting dalam mengelola emosi anak-anak. Ketika anak-anak mulai gelisah atau sulit berfokus, musik sering kali digunakan sebagai alat untuk menenangkan mereka, dan efeknya terlihat langsung dengan anak-anak menjadi lebih tenang dan kembali fokus pada kegiatan. Ini mendukung pandangan bahwa musik bukan hanya alat ekspresi, tetapi juga efektif dalam mengatur emosi.

Pengalaman kolaborasi antara orang tua dan guru juga memberikan dampak positif. Orang tua yang terlibat dalam beberapa sesi terapi belajar bagaimana menggunakan musik untuk menenangkan anak di rumah, meningkatkan kesiapan mereka dalam menghadapi situasi sulit. Selain itu, partisipasi aktif orang tua dalam proses terapi di sekolah dan penerapan teknik yang sama di rumah memperkuat hasil positif dari intervensi. Ini menunjukkan bahwa kolaborasi antara guru dan orang tua sangat penting untuk memastikan konsistensi dan efektivitas terapi.

Hasil wawancara menggarisbawahi bahwa *art therapy* seni musik telah memberikan dampak positif yang signifikan dalam mengurangi frekuensi, durasi, dan intensitas tantrum pada anak-anak. Musik berfungsi sebagai alat yang efektif dalam membantu anak-anak menenangkan diri, mengelola stres, dan berinteraksi dengan lebih baik dalam sosial dan pendidikan. Temuan ini juga menyoroti pentingnya dukungan yang berkelanjutan dari orang tua dan guru untuk memaksimalkan manfaat dari terapi musik.

Untuk memberikan gambaran yang lebih mendetail mengenai temuan penelitian ini, berikut ini akan dibahas perubahan frekuensi, durasi, dan intensitas tantrum yang diamati

selama sesi terapi serta peran aktif orang tua dan guru dalam mendukung proses terapi. Hasil observasi dan wawancara memberikan informasi yang lebih spesifik terkait perubahan perilaku anak setelah intervensi terapi musik diterapkan.

1. Perubahan Frekuensi, Durasi, dan Intensitas Tantrum

Observasi yang dilakukan selama sesi *art therapy* musik dan aktivitas sehari-hari anak menunjukkan perubahan signifikan dalam frekuensi, durasi, dan intensitas tantrum. Tabel 2 di bawah ini merangkum perubahan tersebut.

Tabel 2. Perubahan Frekuensi, Durasi, dan Intensitas Tantrum

Subjek	Frekuensi Tantrum (Sebelum)	Frekuensi Tantrum (Sesudah)	Rata-rata Tantrum (Sebelum)	Rata-rata Tantrum (Sesudah)	(Skala 1-10) (Sebelum)	(Skala 1-10) (Sesudah)
A1	5 kali/minggu	2 kali/minggu	15 menit	5 menit	8	4
A2	4 kali/minggu	1 kali/minggu	20 menit	7 menit	7	3
A3	6 kali/minggu	2 kali/minggu	25 menit	10 menit	9	5
A4	5 kali/minggu	1 kali/minggu	18 menit	6 menit	8	4
A5	4 kali/minggu	1 kali/minggu	22 menit	8 menit	7	3

Tabel 2 menunjukkan adanya penurunan yang signifikan dalam frekuensi, durasi, dan intensitas tantrum pada semua subjek setelah mengikuti sesi *art therapy* seni musik. Sebelum intervensi, frekuensi tantrum berkisar antara 4 hingga 6 kali per minggu, namun setelah intervensi, frekuensi tersebut menurun menjadi 1 hingga 2 kali per minggu. Rata-rata durasi tantrum juga mengalami penurunan yang substansial, dari kisaran 15-25 menit menjadi 5-9 menit. Selain itu, intensitas tantrum yang diukur dengan skala 1-10 menunjukkan penurunan dari skor rata-rata tinggi (7-9) sebelum terapi menjadi skor yang lebih rendah (3-5) setelah terapi.

Hasil ini mengindikasikan bahwa *art therapy* seni musik dapat menjadi intervensi yang efektif dalam mengurangi gejala tantrum pada anak-anak usia dini, baik dari segi frekuensi, durasi, maupun intensitasnya. Penurunan yang signifikan di ketiga aspek ini memperlihatkan bahwa terapi musik membantu anak-anak dalam mengelola emosi mereka lebih baik dan memberikan mereka sarana untuk mengekspresikan perasaan mereka dengan cara yang lebih konstruktif dan terkontrol. Temuan ini mendukung pentingnya penggunaan pendekatan berbasis seni dalam pengelolaan perilaku anak usia dini dan menunjukkan potensi terapinya sebagai bagian dari strategi pengelolaan emosi di lingkungan pendidikan dan rumah tangga.



Gambar 1 Praktik *Art Music*

Penerapan *art therapy* berbasis seni musik dalam penelitian ini tidak hanya sekadar aktivitas bermain musik, tetapi merupakan intervensi yang dirancang secara sistematis untuk membantu anak-anak dalam mengelola emosi mereka. Melalui sesi-sesi terapi yang terstruktur, anak-anak diajak untuk berpartisipasi dalam berbagai kegiatan musik yang dirancang untuk menstimulasi ekspresi emosional dan meningkatkan keterampilan sosial. Terapi ini bertujuan untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung, di mana anak-anak dapat bereksperimen dengan bunyi dan ritme, mengenali emosi mereka sendiri, dan belajar untuk mengekspresikan perasaan mereka dengan cara yang lebih positif. Pendekatan ini tidak hanya menekankan pada hasil terapeutik, tetapi juga pada proses interaktif yang melibatkan anak-anak secara aktif, menjadikan terapi ini lebih efektif dan menyenangkan.

Untuk memberikan gambaran yang lebih jelas tentang pelaksanaan terapi ini, gambar 1 memperlihatkan salah satu sesi praktik *art therapy* seni musik. Gambar 1 menunjukkan salah satu sesi praktik *art therapy* seni musik yang berlangsung di ruang terapi. Dalam gambar tersebut, terlihat seorang terapis musik sedang membimbing dalam datu kelas. Anak-anak tampak antusias dan terlibat dalam berbagai kegiatan musik, seperti bermain alat musik sederhana dan bernyanyi. Aktivitas ini bertujuan untuk membantu anak-anak mengekspresikan emosi mereka melalui musik. Penampilan mereka yang ceria dan fokus menunjukkan keterlibatan aktif mereka dalam sesi terapi, yang merupakan bagian integral dari pendekatan *art therapy* seni musik yang digunakan dalam penelitian ini. Sesi terapi ini dirancang untuk menciptakan lingkungan yang mendukung dan menyenangkan, yang membantu anak-anak dalam mengelola emosi mereka secara lebih efektif. Gambar ini juga menggambarkan suasana positif yang diciptakan selama terapi, yang mendukung hasil penelitian mengenai pengaruh positif dari *art therapy* seni musik dalam mengurangi perilaku tantrum pada anak usia dini.

Untuk memberikan pemahaman yang lebih rinci mengenai efek *art therapy* musik terhadap perilaku anak, pembahasan berikut akan mengeksplorasi perubahan spesifik dalam frekuensi, durasi, dan intensitas tantrum yang diamati selama intervensi berlangsung. Hasil ini memberikan bukti yang lebih konkret tentang efektivitas pendekatan terapi ini dalam konteks nyata.

a. Perubahan Frekuensi Tantrum

Frekuensi tantrum merupakan salah satu indikator utama dalam menilai keefektifan intervensi. Sebelum mengikuti sesi terapi, subjek A1 mengalami tantrum sebanyak 5 kali dalam seminggu. Setelah intervensi, frekuensi ini berkurang menjadi 2 kali per minggu, menunjukkan penurunan sebesar 60%. Subjek A2 menunjukkan penurunan yang lebih signifikan, dari 4 kali per minggu menjadi hanya 1 kali per minggu,

yang merupakan penurunan sebesar 75%. Subjek A3 yang memiliki frekuensi tantrum tertinggi sebelum intervensi (6 kali per minggu) juga menunjukkan penurunan yang signifikan menjadi 2 kali per minggu, atau penurunan sebesar 67%. Subjek A4 dan A5 masing-masing mengalami penurunan frekuensi dari 5 dan 4 kali per minggu menjadi 1 kali per minggu, yang menunjukkan penurunan sebesar 80% dan 75%. Penurunan frekuensi tantrum yang konsisten pada semua subjek mengindikasikan bahwa *art therapy* seni musik efektif dalam mengurangi kejadian tantrum secara keseluruhan. Hal ini dapat disebabkan oleh kemampuan musik dalam menenangkan dan membantu anak-anak mengelola emosi mereka lebih baik, sehingga mengurangi kecenderungan untuk mengalami tantrum.

b. Perubahan Durasi Tantrum

Durasi tantrum juga berkurang secara signifikan setelah intervensi. Subjek A1 mengalami penurunan durasi rata-rata dari 15 menit menjadi 5 menit, atau penurunan sebesar 67%. Subjek A2 menunjukkan penurunan durasi dari 20 menit menjadi 7 menit, yang merupakan penurunan sebesar 65%. Subjek A3 yang memiliki durasi tantrum terpanjang sebelum intervensi (25 menit) menunjukkan penurunan durasi menjadi 10 menit, atau penurunan sebesar 60%. Subjek A4 dan A5 masing-masing mengalami penurunan durasi dari 18 menit dan 22 menit menjadi 6 menit dan 8 menit, yang menunjukkan penurunan sebesar 67% dan 64%. Penurunan durasi tantrum ini menunjukkan bahwa anak-anak tidak hanya mengalami tantrum lebih jarang, tetapi juga lebih cepat pulih dari episode tantrum. *Art therapy* seni musik mungkin membantu anak-anak untuk lebih cepat mengatur emosi mereka dan menenangkan diri mereka sendiri, mengurangi lamanya waktu yang dihabiskan dalam keadaan emosional yang tidak stabil.

c. Perubahan Intensitas Tantrum

Intensitas tantrum, yang diukur dengan skala 1-10, juga mengalami penurunan yang signifikan. Subjek A1 dan A4 menunjukkan penurunan intensitas dari 8 menjadi 4, yang merupakan penurunan sebesar 50%. Subjek A2 dan A5 menunjukkan penurunan intensitas dari 7 menjadi 3, atau penurunan sebesar 57%. Subjek A3 menunjukkan penurunan intensitas dari 9 menjadi 5, yang merupakan penurunan sebesar 44%. Penurunan intensitas tantrum mengindikasikan bahwa ketika anak-anak mengalami tantrum, episode tersebut kurang parah dan lebih mudah diatasi. Intensitas yang lebih rendah menunjukkan bahwa anak-anak lebih mampu mengekspresikan dan mengelola emosi mereka tanpa harus mencapai puncak emosi yang ekstrem.

d. Implikasi Temuan

Temuan ini memiliki beberapa implikasi penting. Pertama, penurunan frekuensi, durasi, dan intensitas tantrum menunjukkan bahwa *art therapy* seni musik adalah pendekatan yang efektif untuk mengelola perilaku tantrum pada anak usia dini. Kedua, konsistensi penurunan *across* semua subjek menunjukkan bahwa intervensi ini memiliki potensi untuk diterapkan secara luas di berbagai pendidikan anak usia dini. Ketiga, temuan ini juga mendukung teori bahwa musik memiliki efek menenangkan dan dapat membantu dalam regulasi emosional, yang penting dalam perkembangan anak usia dini.

2. Efektivitas *Art therapy* Seni Musik dalam Mengurangi Tantrum

Hasil penelitian menunjukkan penurunan signifikan dalam frekuensi, durasi, dan intensitas tantrum setelah intervensi *art therapy* seni musik. Temuan ini menekankan pentingnya musik sebagai alat untuk regulasi emosional anak-anak, membantu mereka mengekspresikan dan mengelola emosi, serta memberikan cara yang lebih konstruktif untuk merespons stres dan kecemasan.

Art therapy seni musik telah diidentifikasi sebagai pendekatan inovatif dan menarik dalam mengatasi perilaku tantrum pada anak usia dini. Penelitian yang dilakukan di daerah Cigugur Tengah, Indonesia, bertujuan untuk mengeksplorasi efektivitas dari

intervensi ini dengan menggunakan pendekatan kualitatif dan desain studi kasus. Hasil penelitian menunjukkan bukti yang kuat tentang efektivitas *art therapy* seni musik dalam mengurangi frekuensi, durasi, dan intensitas tantrum pada anak usia 4-5 tahun.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa setelah mengikuti sesi *art therapy* seni musik, anak-anak yang menjadi subjek penelitian mengalami penurunan yang signifikan dalam frekuensi tantrum mereka. Ini berarti bahwa anak-anak lebih jarang mengalami ledakan emosi yang ditandai dengan tantrum setelah terpapar dengan intervensi musik. Selain itu, hasil juga menunjukkan penurunan dalam durasi tantrum, yang berarti bahwa ketika tantrum terjadi, episode tersebut lebih cepat berakhir. Ini menunjukkan bahwa anak-anak mampu pulih lebih cepat dari keadaan emosional yang tidak stabil dengan bantuan musik.

Intensitas tantrum juga mengalami penurunan setelah intervensi. Hal ini menandakan bahwa tantrum yang dialami anak-anak menjadi lebih ringan dan lebih mudah diatasi. Musik, dengan cara yang tidak dipahami sepenuhnya, tampaknya mempengaruhi kemampuan anak untuk mengelola dan mengekspresikan emosi mereka dengan lebih baik, sehingga mengurangi kecenderungan untuk mencapai puncak emosi yang ekstrem.

Efektivitas *art therapy* seni musik dalam mengurangi tantrum dapat dikaitkan dengan beberapa faktor. Pertama, musik memiliki kemampuan untuk menenangkan dan mengalihkan perhatian, memungkinkan anak-anak untuk mengelola stres dan emosi mereka dengan cara yang lebih konstruktif. Kedua, melalui aktivitas musik, anak-anak dapat mengekspresikan perasaan yang mungkin sulit diungkapkan dengan kata-kata, yang membantu mereka dalam proses regulasi emosional. Ketiga, musik dapat menciptakan lingkungan yang mendukung di mana anak-anak dapat berlatih keterampilan sosial dan emosional yang terstruktur dan menyenangkan.

Dalam pendidikan anak usia dini, temuan ini memiliki implikasi penting. Pendekatan seperti *art therapy* seni musik dapat diintegrasikan ke dalam kurikulum pendidikan anak usia dini untuk membantu anak-anak mengelola emosi dan perilaku tantrum mereka secara lebih efektif. Selain itu, hasil ini juga mendukung pentingnya pelatihan bagi guru dan orang tua tentang teknik-teknik terapi musik untuk memastikan keberhasilan intervensi.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan bukti kuat bahwa *art therapy* seni musik dapat menjadi intervensi yang efektif dan praktis untuk mengatasi perilaku tantrum pada anak-anak, yang dapat berdampak positif pada perkembangan sosial dan emosional mereka. Penurunan frekuensi, durasi, dan intensitas tantrum yang signifikan menunjukkan bahwa terapi ini membantu anak-anak dalam mengembangkan keterampilan mengelola emosi, yang penting untuk kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

Pembahasan

1. Perubahan Frekuensi, Durasi, dan Intensitas Tantrum

Penurunan frekuensi tantrum pada semua subjek menunjukkan bahwa *art therapy* seni musik dapat mengurangi jumlah kejadian tantrum. Penelitian sebelumnya mendukung temuan ini, dengan menunjukkan bahwa musik dapat memiliki efek menenangkan yang signifikan, mengalihkan perhatian dari pemicu stres, dan membantu anak-anak dalam mengekspresikan emosi secara lebih konstruktif (Helmastuti et al., 2022). Dalam teori perkembangan emosional, seperti yang dikemukakan dalam penelitian terbaru oleh (Thompson & Meyer, 2018), kemampuan untuk mengelola emosi secara efektif merupakan kunci bagi perkembangan sosial dan emosional yang sehat pada anak-anak. Musik, sebagai alat ekspresi diri, telah terbukti memungkinkan anak-anak untuk mengatasi dan mengelola emosi mereka dengan lebih baik, yang secara signifikan berkontribusi pada penurunan frekuensi tantrum.

Penurunan durasi tantrum menunjukkan bahwa anak-anak mampu pulih lebih cepat dari episode tantrum setelah mengikuti sesi *art therapy*. Ini sesuai dengan penelitian oleh Purwati et al. (2023) yang menyatakan bahwa musik dapat membantu mengurangi durasi stres dan meningkatkan mood, yang mendukung teori bahwa musik berfungsi sebagai alat regulasi emosional. Dengan memberikan anak-anak cara untuk menenangkan diri melalui musik, durasi tantrum bisa dipersingkat, dan anak-anak dapat kembali ke keadaan emosional yang stabil lebih cepat.

Penurunan intensitas tantrum menunjukkan bahwa anak-anak mengalami tantrum yang lebih ringan dan lebih mudah diatasi. Ini sejalan dengan temuan yang dilaporkan oleh Vinlandari et al. (2022), yang menunjukkan bahwa musik memiliki kemampuan untuk mengurangi tingkat kecemasan dan stres. Dalam teori psikologi kontemporer, seperti yang dijelaskan oleh (Thompson & Goodvin, 2019), intensitas emosi yang tinggi pada anak-anak dapat dikelola melalui metode ekspresi yang lebih positif dan konstruktif, termasuk penggunaan musik. Musik sebagai alat terapi memungkinkan anak-anak mengekspresikan perasaan mereka dengan cara yang lebih terkontrol dan membantu mereka mengelola emosi tanpa mencapai puncak emosional yang ekstrem. Ini mendukung perkembangan emosional yang sehat dan dapat mengurangi frekuensi serta intensitas ledakan emosi yang tidak diinginkan.

2. Efektivitas *Art Therapy* Seni Musik dalam Mengurangi Tantrum

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *art therapy* berbasis seni musik efektif dalam mengurangi frekuensi, durasi, dan intensitas tantrum pada anak usia dini. Temuan ini sejalan dengan teori regulasi emosi yang menyatakan bahwa musik dapat menjadi alat yang efektif untuk membantu anak-anak dalam mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosi mereka. Musik sering kali digunakan sebagai medium terapeutik karena memiliki kemampuan untuk memengaruhi suasana hati dan kondisi emosional seseorang (Marito, 2024). Dalam konteks anak-anak, musik dapat memberikan struktur yang menenangkan dan merangsang ekspresi emosional yang positif, yang penting dalam proses regulasi emosi (Küssner, Taruffi, & Floridou, 2023).

Secara teoritis, hasil ini dapat dijelaskan melalui pendekatan psikologis terkait regulasi emosi dan perkembangan anak. Dalam teori pengalihan emosional (*emotional displacement*) menyarankan bahwa anak-anak dapat menggunakan musik sebagai cara untuk mengekspresikan emosi yang mungkin sulit mereka ungkapkan melalui kata-kata (Widjanarko, 2016). Dalam penelitian ini, musik memungkinkan anak-anak untuk mengalihkan perasaan frustrasi atau marah menjadi aktivitas musik yang lebih konstruktif, seperti bernyanyi atau memainkan alat musik. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa musik dapat membantu dalam mengekspresikan emosi dan mengurangi tingkat kecemasan dan stres pada anak-anak (Wadu et al., 2021).

Implikasi dari temuan ini sangat penting dalam konteks pendidikan anak usia dini dan intervensi terapeutik. Integrasi *art therapy* seni musik ke dalam kurikulum pendidikan anak usia dini dapat memberikan alat tambahan bagi guru dan pendidik untuk membantu anak-anak mengelola emosi mereka. Hal ini juga relevan dalam konteks pelatihan bagi orang tua, yang dapat diajarkan teknik-teknik terapi musik untuk digunakan di rumah, membantu memperkuat keterampilan regulasi emosi anak di luar lingkungan sekolah. Studi sebelumnya yang dilakukan oleh Anggara (2016) mengemukakan bahwa musik dapat memfasilitasi mental imagery yang mendukung ekspresi emosional dan pemahaman diri pada anak-anak. Hal ini juga relevan dalam konteks pelatihan bagi orang tua, yang dapat diajarkan teknik-teknik terapi musik untuk digunakan di rumah, membantu memperkuat keterampilan regulasi emosi anak di luar lingkungan sekolah.

Temuan ini juga membuka peluang untuk penelitian lebih lanjut mengenai mekanisme spesifik di balik efek positif musik pada regulasi emosi. Sementara hasil penelitian

ini menunjukkan adanya penurunan signifikan dalam frekuensi, durasi, dan intensitas tantrum, diperlukan penelitian tambahan untuk memahami lebih dalam bagaimana musik memengaruhi otak anak dan proses emosional secara lebih rinci. Musik dapat memicu respons emosional melalui beberapa mekanisme, termasuk resonansi empatik dan stimulasi sistem limbik (Küssner, Taruffi, & Floridou, 2023).

Selain itu, penelitian ini menggarisbawahi perlunya pendekatan yang lebih holistik dalam menangani perilaku tantrum pada anak usia dini. Pendekatan berbasis musik tidak hanya berfokus pada pengurangan gejala (frekuensi, durasi, intensitas tantrum), tetapi juga pada pengembangan keterampilan emosional dan sosial anak secara keseluruhan. Hal ini sesuai dengan pandangan yang diungkapkan oleh Maharani et al. (2022) yang menyatakan bahwa musik memiliki potensi untuk meningkatkan keterampilan sosial dan emosional melalui proses interaksi dan ekspresi kreatif. Dengan demikian, *art therapy* seni musik tidak hanya berfungsi sebagai intervensi untuk mengatasi perilaku negatif, tetapi juga sebagai alat untuk mendukung perkembangan emosional dan sosial yang sehat pada anak-anak.

KESIMPULAN

Art therapy berbasis seni musik terbukti efektif dalam mengurangi frekuensi, durasi, dan intensitas tantrum pada anak-anak usia 4-5 tahun di daerah Cigugur Tengah. Penurunan yang signifikan dalam kejadian tantrum setelah penerapan terapi ini menunjukkan bahwa *art therapy* seni musik memiliki potensi besar sebagai pendekatan intervensi yang efektif dalam mengelola perilaku tantrum pada anak usia dini. Temuan penelitian ini menyoroti pentingnya musik sebagai alat untuk regulasi emosional, memungkinkan anak-anak untuk mengekspresikan dan mengelola emosi mereka dengan cara yang lebih sehat dan terkontrol. Musik tidak hanya membantu dalam menurunkan intensitas respon emosional negatif, tetapi juga memberikan sarana bagi anak-anak untuk merespons stres dan kecemasan secara lebih konstruktif. Hasil ini memperkuat argumen bahwa terapi musik dapat diintegrasikan sebagai bagian dari strategi pengelolaan perilaku di lingkungan pendidikan dan rumah tangga, serta menegaskan perlunya dukungan berkelanjutan dari orang tua dan pendidik untuk memaksimalkan manfaat terapi ini.

REFERENSI

- Anggara, O. F. (2016). *Pengaruh Expressive Arts Therapy terhadap Dimensi Psychological Well Being Pada Anak Jalanan di Jaringan XYZ* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA). <https://repository.unair.ac.id/23776/>
- Helmastuti, F., Anggriana, T. M., & Suharni, S. (2022). Penerapan Art therapy untuk mengurangi perilaku repetitif pada anak autisme di Dalta Ozora. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 28–35. <https://prosiding.unipma.ac.id/index.php/SNBK/article/download/3186/2525>
- Ines, N. I. S. (2022). Pelaksanaan Terapi Musik Pada Anak Autisme Di Daya Indonesia Performing Art Academy. *Repertoar Journal*, 3(1), 41–55. <https://doi.org/10.26740/rj.v3n1.p41-55>
- Küssner, M. B., Taruffi, L., & Floridou, G. A. (Eds.). (2023). *Music and mental imagery*. London and New York: Routledge.
- Maharani, I., Efendi, N., & Oktira, Y. S. (2022). Studi Literatur Seni Musik Dalam Pembentukan Karakter Siswa di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 13090-13098. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i6.10699>
- Marito, A. S. (2024). Pengaruh Musik terhadap Kesehatan Mental. *Circle Archive*, 1(4), 1–13. <https://www.kompasiana.com/adndslma/629edf66860ddb0a2c431ec2/pengaruh->

musik-terhadap-kesehatan-mental

- Nasution, A. Z., Sembiring, J. B., Hayati, R., & Nasution, F. (2023). Bimbingan Konseling Pada Anak Usia Dini. *Al Tahdzib: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(2), 57–68. <https://doi.org/10.54150/altahdzib.v2i2.221>
- Ningrum, D. (2022). The Efficacy of Brainspotting Therapy for the Treatment of Tantrum in Young Children. *Child Education Journal*, 4(2), 111–122. <https://orcid.org/0000-0001-7030-258X>
- Ritonga, Y. F., & Ritonga, R. S. (2023). Penerapan Play Therapy Pada Anak Yang Mengalami Temper Tantrum Usia 4-5 Tahun. *PeTeKa*, 6(3), 595–603. <https://doi.org/10.31604/ptk.v8i3.595-603>
- Soemarmi, S., & Hariyani, I. T. (2024). Keefektifan Filial Play dalam Meningkatkan Kemampuan Orangtua Meregulasi Emosi Anak Usia Dini. *Dinamika Pembelajaran: Jurnal Pendidikan Dan Bahasa*, 1(3), 40–56. <https://doi.org/10.62383/dilan.v1i3.409>
- Thompson, R. A., & Lagattuta, K. H. (2006). *Feeling and Understanding: Early Emotional Development*. In W. Damon & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of Child Psychology: Vol. 3. Social, Emotional, and Personality Development (6th ed., pp. 317-390)*. Wiley.
- Vinlandari, A., Syifauzakia, S., & Mulyana, A. (2022). Terapi Seni sebagai Media untuk Menjaga Kesehatan Mental Ibu dalam Mendidik Anak Usia Dini. *Annual Conference on Islamic Early Childhood Education (ACIECE)*, 6, 1–8. <https://conference.uin-suka.ac.id/index.php/aciece/article/view/884>
- Wadu, N. M. K., Mediani, H. S., & Artikel, I. (2021). Pengaruh Terapi Musik untuk Mengurangi Kecemasan Anak: Systematic Review. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 4(2). <https://doi.org/10.32584/jika.v4i2.1147>
- Wardana, R. W., Herawati, A. A., & Pradikto, B. (2023). Edukasi Peran Perempuan Melalui Art therapy Sebagai Strategi Ketahanan Keluarga Pasca Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Inovasi Pengabdian Masyarakat Pendidikan*, 4(1), 164–183.
- Wardani, D. P., Sinurat, P. Z., Murtiningsih, H., Hidayat, S., Syahiffah, S. S., Rozak, R. W. A., & Sukriah, E. (2023). Potensi Art Gallery Sebagai Wisata Edukasi dan Sarana Terapi Mental Disorder. *Journal of Tourism and Creativity*, 7(2), 67–71. <https://doi.org/10.19184/jtc.v7i2.38687>
- Widjanarko, P. (2016). Pendidikan Seni Bermain Dan Bernyanyi Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Kajian Ilmu Anak Dan Media Informasi PAUD*, 1(1), 25–31. <https://doi.org/10.33061/ad.v1i1.1206>