

SENI RUPA (MELUKIS) SEBAGAI TERAPI BAGI ANAK PENYANDANG AUTISM

Oleh: **Samodro, S.Sn.,M.Hum.¹,**
Lyscha Novitasari, S.Sn., M.Ds.², dan
Anugrah Fadly Kreato Seniman³, Neni Widyayanti,M.Psi.⁴

Program Studi: Desain Komunikasi Visual^{1,2}

Program Studi: Psikologi⁴

Institut Teknologi dan Bisnis Ahmad Dahlan^{1,2}

Sekolah Tinggi Psikologi Yogyakarta⁴

Email: uga.fadly@yahoo.com¹,

lyscha.novitasari@itb-ad.ac.id², neniwibawa@gmail.com⁴

Abstrak

Kegiatan seni rupa (melukis) dapat dilakukan sebagai terapi bagi anak penyandang autisme. Kegiatan tersebut dapat menjadi kegiatan positif bagi anak penyandang autisme guna mendorong kreatifitas dan memberikan perasaan kepuasan (katarsis). Kegiatan seni rupa (seni visual) dapat menjadi cara guna melakukan eksplorasi visual secara positif. Anak-anak yang mengalami ketegangan emosional akan mendapatkan penyaluran emosinya sehingga dicapai perasaan nyaman yang memuaskan. Cara ini dapat menjadi terapi bagi anak penyandang autisme.

Kegiatan seni rupa akan memberikan manfaat yang positif karena seorang anak bisa mengendalikan emosi dan dapat bersosialisasi lebih baik dengan lingkungan disekitarnya. Secara bertahap, kegiatan seni rupa dapat menjadi jalan hidup nanti saat dewasa dengan menekuni profesi sebagai seniman.

Kata kunci: Seni rupa, Katarsis, Terapi.

PENDAHULUAN

Hingga saat ini belum diketahui secara pasti penyebab terjadinya autisme. Ilmu pengetahuan pada dunia kedokteran belum mampu menemukan pengobatan dan cara menangani yang tepat untuk seseorang yang menyandang autisme. Penyandang autisme pun jumlahnya terus meningkat pesat. Saat ini data yang pasti mengenai jumlah penyandang autisme di Indonesia masih belum diketahui secara pasti. Menurut Dokter Rudy, yang merujuk pada Incidence dan Prevalence ASD (Autism Spectrum Disorder), terdapat 2 kasus baru per 1000 penduduk per tahun serta 10 kasus per 1000 penduduk (BMJ, 1997). Sedangkan penduduk Indonesia yaitu 237,5 juta dengan laju pertumbuhan penduduk 1,14% (BPS, 2010). Maka diperkirakan penyandang ASD di Indonesia yaitu 2,4 juta orang dengan penambahan penyandang baru 500 orang/tahun.

Salah satu tanda yang dapat ditemukan pada anak dengan gejala autisme adalah gangguan motorik. Penanganannya dapat dilakukan melalui terapi dalam bentuk terapi fisik atau fisioterapi. Gangguan perkembangan pervasif (pervasive developmental disorders/PDD) pada anak yang mengalami autisme berkaitan dengan keterlambatan perkembangan otak yang mengatur kemampuan motorik seseorang. Gangguan dengan kondisi tersebut dimana ketrampilan sosial, perkembangan bahasa, dan perilaku yang diharapkan tidak berkembang dengan sesuai atau hilang pada masa anak-anak (Kaplan & Shaddock).

Namun banyak anak autis adalah seseorang yang diberikan anugrah sebagai pemikir visual. Itulah sebabnya, metode pembelajaran berkomunikasi melalui gambar dapat dilakukan. Dengan melatihnya, penyandang autisme dapat lebih mudah memahami sesuatu melalui gambar-gambar. Disamping itu dengan terapi visual,

melalui kegiatan seni rupa dengan kegiatan melukis dapat menjadi terapi dalam pengendalian perilaku. Kegiatan melukis dengan mengurangi ketegangan emosional. Metode tersebut bisa menampung kelebihan anak autisme di bidang visual agar keterampilan dan komunikasinya jadi lebih baik, disamping sebagai upaya menemukan potensi diri pada anak untuk menemukan profesinya kelak setelah dewasa.

LATAR BELAKANG

Manusia telah melakukan aktivitas visual dengan menggambar sejak jaman purba. Cara yang digunakan masih sangat sederhana yaitu tidak dengan menarik garis tetapi menyablon dengan memasang tangan pada dinding gua selanjutnya memberi warna pada dinding yang tidak tertutup tangan. Gambar seperti ini dapat kita temukan pada dinding gua yang dibuat pada jaman prasejarah 5000 tahun SM di Leang-leang, Bugis Sulawesi Selatan. Manusia prasejarah saat itu memiliki pandangan terhadap sebuah gambar bahwa alam merupakan bidang bukan garis. Awal mulanya manusia purba menggambar menggunakan garis ketika bermain-main dengan tongkat di tanah pasir. Garis yang mereka buat akhirnya menemukan bidang misalnya lingkaran. Lingkaran tersebut dirasakan ada kemiripan dengan bentuk realita misalnya kepala banteng. Lalu mereka memperjelas dengan dengan mata, mulut dan hidung. Begitulah manusia purba menggambar sampai berkembang sampai saat ini. Cara berkomunikasi menggunakan bentuk visual adalah cara yang paling efektif sebelum adanya simbol huruf. Manusia purba seperti halnya anak-anak dalam melakukan kegiatan visual, mereka melakukan karena keinginannya untuk berkomunikasi. Tujuan mereka adalah berkomunikasi melalui bentuk visual atau gambar. Upaya tersebut dilakukan karena image riil lebih mudah mereka kaitkan dengan wujud visualnya. Cara berkomunikasi anak-anak bila diamati maka tampaknya seperti yang dilakukan oleh manusia purba pada beribu-ribu tahun yang lalu ketika mereka memulai awal kebudayaannya. Anak-anak melakukan proses tersebut dalam rentang hanya beberapa tahun saja, berbeda pada manusia purba yang dilakukan selama ribuan tahun. Proses berseni rupa (seni visual) pada manusia purba akhirnya turut serta dalam andil pengembangan budaya hingga menjadi budaya moderen saat ini yang serba visual.



Gambar 1. Lukisan anak-anak, ia menggambar seperti cara yang dilakukan manusia prasejarah yang lebih bebas melalui teknik cap (tangan). (Foto : Samodro, 2010).

Apabila dilihat cara mereka mengungkapkan gagasannya dalam wujud gambar (seni visual) maka pada masa anak-anak mulanya tampak sangat primitif seperti halnya manusia prasejarah. Didalam coretan-coretan atau cap yang dilakukan sangat bebas yang seakan-akan tanpa makna.



Gambar 2. Lukisan anak-anak (penyandang autism) yang lebih bebas
(Foto : Samodro, 2010).

Tujuan melakukan seni visual adalah mengekspresikan dorongan-dorongan eksplorasi pada dirinya. Pada umumnya anak-anak lebih dahulu mengenal bentuk dari eksperimen melalui garis dan akhirnya bidang. Cara mengungkapkan melalui bahasa visual tersebut hampir dilakukan pada sebagian besar anak-anak. Seorang anak manusia moderen pada usia kurang dari dua tahun telah dapat mengidentifikasi gambar realita secara akurat tanpa belajar lebih dahulu. Seorang anak akan dengan mudah mengidentifikasi gambar tertentu secara akurat dengan obyek realitanya. Coretan-coretan tersebut selanjutnya memiliki makna setelah menemukan bidang seperti yang dilakukan oleh manusia prasejarah.

Pada umumnya anak-anak menyukai berseni visual dengan menggambar atau berkegiatan seni visual. Mereka melakukan aktivitas tersebut guna menyalurkan dorongan alamiah mereka yakni dorongan eksplorasi dan kreativitas. Dorongan tersebut merupakan aktifitas visual guna melakukan penjelajahan kreatif untuk menemukan hal yang baru. Kreatifitas tersebut merupakan momen penjelajahan untuk menemukan hal yang baru. Melalui aktivitas tersebut, didapat umpan balik yang menyenangkan yakni kesenangan motorik dan kenikmatan kepuasan visual yang disebut katarsis. Katarsis menurut Sigmund Freud (ahli psikoanalisa) sebagai upaya pembersihan atau penyucian rohani untuk melepaskan ketegangan emosi. Katarsis dalam ilmu psikologi yang dimaknai sebagai cara untuk melampiaskan emosi secara positif agar seorang merasa lebih lega dan bisa menjalankan aktifitas sehari hari. Menyalurkan dorongan agresif secara konstruktif inilah yang disebut katarsis. Teori katarsis mengemukakan bahwa memberi kesempatan kepada individu yang memiliki kecenderungan pemaarah untuk berperilaku keras (aktifitas katarsis), tapi dalam cara yang tidak merugikan akan mengurangi tingkat rangsang emosional dan tendensi untuk melakukan serangan agresi terhadap orang lain. Emosi harus disalurkan secara positif agar tidak mengendap dalam batin. Apabila emosi tidak disalurkan secara positif maka akan menimbulkan stress dan depresi. Banyak cara yang dilakukan untuk mencapai perasaan katarsis salah satunya dengan berolah seni rupa.

Kesenangan motorik diperoleh dari gerakan motorik yang dilakukan dan kenikmatan visual diperoleh dari hasil gambar tersebut. Pada usia anak-anak ini maka berkesenian dengan menggambar menjadi kegiatan bermain aktif yang awalnya tidak sistematis dilakukan untuk tujuan berkomunikasi. Menurut Elizabeth Hurlock, dalam **Psikologi Perkembangan**. (1980) Jakarta: Erlangga Permainan dibagi menjadi bermain aktif dan bermain pasif. Bermain aktif memerlukan aktifitas fisik dan energi. Kegiatan seni rupa merupakan kegiatan bermain aktif karena menggunakan energi dan aktifitas fisik untuk mendapatkan kesenangan dan kepuasan.

Berkesenian dengan seni rupa adalah salah satu cara untuk mengembangkan kepribadian kreatif. Sejak masa anak-anak tersebut seorang anak telah memiliki kemampuan kreatif. Namun saat ini, proses pendidikan terlanjur mengacu pada konsep pendidikan versi Barat yang mengedepankan berpikir rasional. Proses belajar yang menggunakan berpikir kreatif (rasa) perlahan menghilang hingga usia dewasa. Kegiatan seni rupa (seni visual), porsinya sedikit dilakukan di bangku sekolah. Kegiatan seni visual pada akhirnya dijauhkan dari kegiatan anak-anak karena pendidik salah dalam menafsirkan konsep belajar.

Pada anak-anak penyandang autisme maka proses perkembangannya juga terjadi ciri-ciri yang hampir sama seperti anak-anak normal yakni pada perubahan fisik dan psikologisnya. Namun pada anak penyandang autisme terjadi gangguan kondisi perkembangan otak yang mempengaruhi dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain. Menurut Yuwono (2009: 61) keterlambatan komunikasi dan bahasa merupakan ciri yang menonjol dan selalu dimiliki oleh anak autistik. Perkembangan komunikasi dan bahasanya sangat berbeda dengan perkembangan anak pada umumnya. Sebagian besar dari mereka cara berkomunikasi dengan komunikasi nonverbal, karena sebagian besar dari mereka belum dapat berbicara. Pada anak-anak penyandang autisme akan menunjukkan gejala perubahan mood yang lebih dahsyat. Pada anak-anak penyandang autisme mengalami gangguan sosial dan pemahaman lingkungan sehingga memberi dampak yang tidak terkendali, seperti marah, gelisah, sedih dan frustrasi. Kegiatan seni visual dapat menjadi terapi bagi anak-anak penyandang autisme sebagai cara penyaluran emosi secara positif. Kegiatan seni visual dapat sebagai kegiatan dalam pelepasan ketegangan emosi yang disebut katarsis.

Pada anak-anak penyandang autisme tersebut terjadi proses gejala emosi yang lebih dahsyat. Pada umumnya mereka mengalami keterlambatan komunikasi dan bahasa merupakan ciri yang menonjol dan selalu dimiliki oleh anak autistik tersebut. Perbedaan pada penyandang autisme kondisi otaknya berpengaruh pada cara mereka dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain. Oleh karena itu pada individu penyandang autisme, proses penyampaian gagasan pikiran terkendala karena gangguan komunikasi secara verbal tersebut. Mereka lebih banyak mengalami ketegangan emosional akibat dari gangguan komunikasi tersebut. Pada akhirnya gangguan perilaku dan gangguan interaksi sosial menjadi permasalahan saat mereka berada dalam lingkungan masyarakat. Mereka kesulitan menggunakan perilaku non verbal seperti kontak mata, ekspresi wajah gerak tubuh dan isyarat sehingga menjadi kendala dalam mengatur hubungan sosial dan hubungan emosional yang timbal balik. Pada anak-anak penyandang autisme maka kondisi gejala emosi diperlukan terapi guna pencapaian perasaan lega sehingga dapat dibangun perilaku sosial yang lebih baik.

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah tersebut diatas, permasalahan penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimanakah cara mengatasi permasalahan perilaku gejala emosi pada anak-anak penyandang autisme?
2. Bagaimanakah respon anak setelah diterapi dengan menggunakan metode kegiatan seni rupa (melukis)?

TUJUAN PENELITIAN

Tujuan Penelitian:

Sebagaimana pembatasan masalah dan perumusan masalah diatas, maka tujuan yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui cara mengatasi permasalahan perilaku anak-anak penyandang autisme dengan melakukan kegiatan seni rupa (melukis) sebagai terapi.
2. Untuk mengetahui respon anak-anak penyandang autisme setelah dilakukan kegiatan seni rupa (melukis)
3. Untuk mengetahui hasil yang dicapai anak-anak setelah diterapi melalui kegiatan seni rupa (melukis) guna capaian prestasi dimasa depan.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian kualitatif dilakukan dengan melakukan analisa terhadap tindakan.

Tujuan penelitian tindakan adalah untuk mengembangkan pendekatan atau keterampilan baru, menerapkannya secara langsung, dan mengkaji hasilnya. Pada penelitian ini dilakukan deskripsi terhadap kasus guna mengeksplorasi suatu kejadian, program, proses, atau aktivitas.

PEMBAHASAN

Senirupa sebagai terapi

Anak-anak penyandang autisme pada umumnya mereka memiliki kelebihan dalam aspek visual daripada anak-anak normal. Kemampuan visual tersebut mungkin disebabkan karena keterbatasan dalam cara berkomunikasi secara verbal. Mereka bila mendapat wahana yang baik alam memiliki kemampuan berkesenian yang lebih potensial apabila dibanding anak-anak yang normal. Didalam proses berkreasi tersebut tidak terhalang oleh kendala-kendala kreatif yang lebih banyak dari faktor lingkungannya. Pada anak-anak normal maka mereka cenderung memiliki kendala-kendala kreatif karena faktor budaya dan tidak terciptanya lingkungan belajar yang *creativogenic*. Oleh karena itu diperlukan proses pendidikan seni (visual) yang lebih baik guna menciptakan lingkungan belajar yang kreatif (*creativogenic*) yakni lingkungan belajar yang mendukung seorang anak menjadi pribadi yang kreatif. Didalam menciptakan lingkungan belajar yang *creativogenic* tersebut diperlukan wahana belajar yang didukung oleh orang-orang yang mendukung proses belajar tersebut. Mereka sekaligus memiliki visi dan misi sebagai pendidik yang bisa memberi arahan yang baik. Disamping itu lingkungan tersebut harus memberi tempat yang ramah dan nyaman bagi anak-anak khususnya penyandang autisme dalam belajar seni rupa (visual).

Kegiatan seni rupa berupa melukis atau menggambar dapat menjadi cara yang tepat untuk menyalurkan emosi secara positif. Cara ini dapat membantu tumbuh kembang secara optimal apabila dilakukan sejak masa anak-anak. Mereka akan belajar bagaimana mereka mengeksplorasi keinginan berkesenian melalui bentuk-bentuk dan garis visual sebagai ungkapan pikiran-pikiran mereka. Pada masa anak-anak, penyandang autisme umumnya terjadi proses gejolak emosi akibat kondisi gangguan/kesulitan dalam berkomunikasi. Pada anak-anak yang kondisinya normal, mereka cenderung lebih mudah dalam pengendalian emosi karena mereka lebih awal dapat berkomunikasi timbal balik dengan orang-orang disekitarnya. Proses pengendalian emosi pada anak dengan kondisi normal bisa diatasi karena mereka memiliki kemampuan berkomunikasi yang baik secara verbal. Pada anak penyandang autisme maka melalui kegiatan seni rupa melalui kegiatan melukis dapat menjadi terapi dalam melampiaskan ketegangan emosinya dalam karya lukisan. Secara perlahan, apabila anak penyandang autisme melakukan kegiatan seni visual melalui kegiatan melukis maka bisa menyalurkan emosi positifnya dengan lebih baik. Seiring kemampuannya dalam berkomunikasi maka kegiatan seni visual dapat memberikan dampak dalam pengendalian emosi sehingga bisa lebih mandiri.

Apabila seorang anak penyandang autisme mengalami hambatan dalam berkomunikasi maka dapat mendorong agresifitas dan semakin bertumpuk dan menimbulkan ketegangan emosional. Kata Freud, kekuatan agresif yang terhambat sewaktu-waktu dapat meledak. Oleh karena itu seorang anak harus berusaha mengurangnya melalui kegiatan-kegiatan yang dapat melampiaskan emosinya. Seorang anak harus dapat menahannya atau bahkan melenyapkannya sama sekali. Melalui sublimasi dan fantasi seorang anak penyandang autisme dapat menyalurkan sikap agresif tersebut melalui kegiatan seni lukis. Menyalurkan dorongan agresif secara konstruktif inilah yang disebut katarsis.

Anak penyandang autisme umumnya memiliki kemampuan visual yang lebih baik. Keterbatasan berkomunikasi secara verbalnya akan mendorong seorang anak penyandang autisme lebih visual dalam melakukan proses ingatannya. Seorang anak dapat

melakukan proses membayangkan berdasarkan pengalaman visual terhadap objek yang pernah dilihatnya. Beberapa anak penyandang autisme memiliki memori/daya ingat yang sangat baik, bahkan menyerupai dapat ensiklopedia berjalan. Konsep tersebut membantu menerapkan apa yang diketahui tentang sifat suatu benda. Bagi anak penyandang autisme maka kendala dalam mengungkapkan konsep tersebut secara verbal dapat dibantu dengan cara visual. Pada proses belajar berkomunikasi secara verbal dapat dibantu dengan gambar-gambar (visual) misalnya melalui computer pictogram (compic). Konsep tersebut selanjutnya dikembangkan dalam proses mengenal dunia dengan bentuk yang visual yang berkelanjutan, yakni melalui kegiatan melukis atau menggambar.

Dari uraian diatas maka dapat dipahami bahwa pada hakikatnya, manusia merupakan makhluk yang bersifat menyempurna (*prudential*). Manusia selalu bergerak dinamis untuk menyempurnakan dirinya (menutupi kekurangannya) sehingga sampai kepada kesempurnaan. Contoh sederhananya adalah manusia yang merasakan kelaparan akan menyempurnakan dirinya dengan mencari makanan untuk dimakan. Manusia akan mencari tahu mengenai rahasia alam dan kehidupan sehingga mereka memiliki pengetahuan. Didalam konteks tersebut, manusia selalu memiliki dorongan untuk berusaha menutupi kekurangannya tersebut. Bagi anak penyandang autisme, melakukan gerak dinamis dengan berkarya seni rupa (melukis) merupakan upaya alamiah untuk menyempurnakan kehidupannya. Sebuah upaya cara menyempurnakan dirinya karena anak penyandang autisme menyadari bahwa dirinya merupakan makhluk yang memiliki banyak kekurangan terutama pada aspek berkomunikasi secara verbal. Berkarya seni rupa (seni lukis) adalah sebuah hasil pemikiran untuk menyempurnakan dirinya melalui olah rasa dan rasio. Didalam proses berkarya tersebut, seorang anak disabilitas (autisme) dapat mengungkapkan ekspresinya dengan cara yang estetis guna menutupi kekurangannya tersebut.

Pada anak-anak penyandang autisme maka proses pembelajaran seni rupa (melukis) sebaiknya harus dilakukan sejak masa anak-anak. Pendamping, Guru dan orang tua harus memahami karakter anak-anak penyandang autisme yang lebih individual daripada anak yang normal. Oleh karena itu sistem pendidikan terutama seni rupa harus disesuaikan dengan kebutuhan yang lebih khusus. Pola belajar bisa dilakukan secara komunal dengan banyak orang. Proses belajar bisa dilakukan sekaligus belajar bersosialisasi. Namun pilihan pekerjaan (profesi) untuk masa depannya tersebut, idealnya diarahkan pada pekerjaan yang lebih individual misalnya menjadi seniman (pelukis). Pilihan profesi ini didasari karena anak-anak penyandang autisme pada umumnya memiliki keperibadian yang cenderung sangat individual. Potensi mereka bisa lebih kreatif karena tidak adanya kendala-kendala kreatif yang disebabkan faktor sosial dan lingkungan.

Proses pembelajaran seni rupa (visual) sebaiknya disesuaikan dengan kondisi anak penyandang autisme. Beberapa anak penyandang autisme mungkin memiliki motorik yang kurang baik dibandingkan anak yang normal. Mereka kontrol garisnya kurang baik namun ada beberapa yang lain justru kontrol garisnya sangat baik.



Gambar 3. Contoh kasus seorang anak bernama Anugrah didiagnosa asperger, ia mendapat kegiatan seni visual melukis sejak masa anak-anak. Cara tersebut menjadi terapi dalam pengendalian emosinya. Youtube : <https://youtu.be/FpTAe0vK36Y>
(Foto : Samodro , 2002).



Gambar 4. Karya Anugrah dengan motorik yang kurang baik (Foto : samodro, 2016).

KESIMPULAN

Proses pengembangan potensi anak penyandang autisme harus diupayakan sejak dini guna pencapaian hasil yang lebih baik. Pembelajaran seni rupa (seni visual) merupakan upaya untuk menggali potensi anak sehingga dapat diupayakan sebagai cara untuk terapi. Kegiatan senirupa (melukis) dapat menjadi cara untuk melepaskan ketegangan emosional, Seorang anak penyandang autisme dapat merasakan proses katarsis sehingga emosinya lebih terkendali melalui penyaluran emosi yang lebih positif.

Profesi seniman lebih tepat untuk pilihan profesi seorang penyandang autisme. Anak penyandang autisme pada umumnya lebih memiliki kemampuan visual yang lebih baik. Disamping itu anak penyandang autisme bisa lebih kreatif karena sedikit kendala-kendala kreatif yang disebabkan oleh faktor sosial. Seniman (pelukis) cenderung bekerja lebih individual dalam berkarya, sehingga lebih leluasa bekerja tidak dalam sebuah team kerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Satiadarma, Monty P, Manfaat Menggambar Bagi Anak-Anak Gambaran Umum Dampak Positif Menggambar Bagi Perkembangan Anak, Jakarta: ARKHE-Jurnal Ilmiah Psikologi, Universitas Tarumanagara, 1997.
- Hurlock, Elizabeth, Psikologi Perkembangan. (1980) Jakarta: Erlangga Yuwono, J. 2009, Memahami Anak Autistik. Bandung: CV Alfabeta
- Kaplan & Sadock, Buku Ajar Psikologi Klinis edisi 2, Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC, 2014.
- <https://media.neliti.com/media/publications/107042-ID-teori-katarsis-dan-perubahan-sosial.pdf>