

Pelatihan Teknik *Art Therapy* (Terapi Seni Rupa) Sederhana bagi Guru PAUD untuk Stimulasi Kecerdasan Emosional Anak melalui Program Pengabdian kepada Masyarakat

Debbie Pisga Sonbai¹, Allan Firman Jaya^{2*}

¹Universitas Terbuka Semarang, Indonesia

²Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas PGRI Ronggolawe Tuban, Indonesia

*Correspondent email: allanfirman2@gmail.com

Received: 11 Oktober 2025 **Revised:** 16 November 2025 **Accepted:** 1 Desember 2025

Published: 16 Desember 2025

©2025 by the authors. Licensee Community Service: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat
This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons
Attribution (CC BY NC) license <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>.

Abstract. Training in simple Art Therapy techniques for early childhood teachers has emerged as a strategic approach to stimulating emotional intelligence in young children, particularly within learning environments that demand creative and empathetic pedagogical responses. This community service program was conducted at KB Ruditi on August 9, 2025, involving 25 kindergarten and early childhood teachers from Lasem. The training aimed to equip participants with conceptual understanding and practical skills in applying art-based therapeutic activities as tools for emotional expression and self-regulation. The methods employed in this program included conceptual presentations, case analyses, simulations of expressive drawing techniques, and reflective discussions exploring teachers' prior experiences in addressing children's emotional challenges. The results indicate that participants gained a renewed understanding of art as an effective nonverbal communication medium, particularly for children who struggle to articulate their feelings verbally. Teachers also demonstrated improved competence in designing simple, structured, yet flexible art activities tailored to children's emotional needs. Training evaluations reveal that Art Therapy techniques provide teachers with practical and engaging alternatives to create more supportive and emotionally responsive classroom environments. Overall, this program has contributed to strengthening early childhood teachers' professional competence in fostering holistic learning that is sensitive to children's emotional development.

Keywords: art therapy, emotional intelligence, early childhood education, expressive arts, emotional development

Abstrak. Pelatihan teknik Art Therapy (terapi seni rupa) sederhana bagi guru PAUD menjadi salah satu pendekatan strategis dalam menstimulasi kecerdasan emosional anak usia dini, terutama pada konteks pembelajaran yang menuntut respons pedagogis yang kreatif dan empatik. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di KB Ruditi pada tanggal 9 Agustus 2025 dengan melibatkan 25 guru TK dan KB di wilayah Lasem. Pelatihan dirancang untuk memberikan pemahaman konseptual dan keterampilan praktis mengenai penerapan terapi seni sebagai media ekspresi emosi dan penguatan regulasi diri anak. Metode pelatihan menggabungkan pemaparan materi, studi kasus,

simulasi teknik menggambar ekspresif, serta diskusi reflektif yang menggali pengalaman peserta dalam menangani dinamika emosional anak. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta memperoleh pemahaman baru mengenai fungsi seni sebagai sarana komunikasi nonverbal yang efektif bagi anak, khususnya dalam membantu mereka mengungkapkan perasaan yang sulit dijelaskan secara lisan. Selain itu, guru menunjukkan peningkatan keterampilan dalam merancang aktivitas seni sederhana yang terstruktur namun tetap fleksibel sesuai kebutuhan emosional anak. Evaluasi pelatihan mengindikasikan bahwa teknik Art Therapy memberikan alternatif praktis dan menarik bagi guru untuk menciptakan lingkungan kelas yang lebih suportif dan ramah emosi. Dengan demikian, pelatihan ini berkontribusi pada peningkatan kompetensi guru PAUD dalam membangun pembelajaran yang holistik dan peka terhadap perkembangan emosional anak.

Kata Kunci: terapi seni rupa, kecerdasan emosional anak, PAUD, art therapy, pengembangan emosi

1. Pendahuluan

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan tahap fundamental dalam kehidupan anak karena pada fase ini terjadi perkembangan pesat dalam aspek kognitif, sosial, emosional, dan motorik. Banyak penelitian menunjukkan bahwa pengalaman pada masa usia dini memiliki pengaruh jangka panjang terhadap keberhasilan akademik, kesehatan mental, dan kemampuan adaptasi sosial anak di masa depan (Shonkoff & Phillips, 2000). Salah satu aspek penting yang semakin disadari urgensinya dalam pendidikan PAUD adalah kecerdasan emosional. Goleman (1995) menegaskan bahwa kecerdasan emosional yang mencakup kemampuan mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosi memiliki peran besar dalam membentuk perilaku prososial dan keberhasilan interpersonal anak. Oleh karena itu, guru PAUD perlu dibekali kompetensi khusus untuk menstimulasi aspek emosional anak secara sistematis dan berkelanjutan dalam kegiatan pembelajaran.

Dalam praktiknya, guru PAUD di lapangan sering menghadapi situasi ketika anak menunjukkan berbagai ekspresi emosional yang sulit ditangani, seperti tantrum, rasa cemas berlebihan, perilaku agresif, atau kesulitan mengungkapkan perasaan secara verbal. Anak usia dini pada umumnya belum memiliki kemampuan bahasa yang matang sehingga emosi sering muncul melalui perilaku nonverbal. Di sinilah peran guru menjadi sangat penting: mereka harus mampu membaca sinyal emosional anak dan menyediakan media yang aman untuk mengekspresikannya. Namun demikian, banyak guru menyampaikan bahwa mereka belum memiliki strategi konkret untuk membantu anak menyalurkan dan memahami emosinya secara konstruktif. Situasi ini juga terjadi di wilayah Lasem, sebagaimana terungkap dalam dialog awal tim pelaksana dengan guru-guru TK dan KB setempat. Para guru mengemukakan bahwa mereka seringkali

kebingungan dalam membantu anak yang tampak frustrasi, sensitif, atau pendiam, terutama ketika anak tidak mampu menjelaskan apa yang mereka rasakan.

Salah satu pendekatan yang terbukti efektif dalam mendukung perkembangan emosional anak adalah *Art Therapy* atau terapi seni rupa. *Art Therapy* merupakan media intervensi psikososial yang memanfaatkan kegiatan kreatif seperti menggambar, mewarnai, membuat kolase, atau bermain garis dan warna untuk membantu individu mengekspresikan perasaan dan pengalaman yang sulit diungkapkan secara verbal (Malchiodi, 2012). Pada anak usia dini, seni sering kali menjadi bahasa pertama yang mereka gunakan untuk berkomunikasi dengan lingkungannya. Garis yang ditekan kuat, pilihan warna tertentu, atau bentuk gambar yang muncul secara spontan dapat menjadi representasi emosi atau pengalaman yang sedang dirasakan anak. Karena itu, terapi seni menjadi sarana yang sangat relevan untuk mengenali dunia emosional anak.

Dalam konteks PAUD, kegiatan seni bukan hanya aktivitas estetis, tetapi juga media untuk memfasilitasi penyembuhan emosional sederhana, pembentukan regulasi diri, dan penguatan hubungan guru-anak. Studi telah menunjukkan bahwa kegiatan seni dapat menurunkan tingkat kecemasan, meningkatkan ketenangan, dan membantu anak mengembangkan kontrol diri (Karkou & Sanderson, 2006). Penelitian lain menegaskan bahwa ketika guru terampil menggunakan pendekatan seni sebagai strategi pembelajaran, anak menunjukkan keterlibatan emosional dan sosial yang lebih positif (Jeffers, 2004). Temuan-temuan tersebut sejalan dengan kebutuhan guru PAUD di Lasem yang menginginkan strategi praktis dan mudah diterapkan untuk membantu anak mengekspresikan emosi tanpa tekanan.

Namun, meskipun *Art Therapy* telah banyak diakui manfaatnya, penerapannya dalam lembaga PAUD masih sangat terbatas. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya pelatihan bagi guru dalam mengenali potensi seni sebagai alat stimulasi emosional. Banyak guru terbiasa melihat kegiatan mewarnai atau menggambar hanya sebagai aktivitas motorik halus, bukan sebagai media komunikasi emosional. Padahal, jika guru memiliki pemahaman dan keterampilan yang memadai, kegiatan seni dapat disusun secara terstruktur sehingga mampu mendukung perkembangan emosional anak secara optimal. Selain itu, guru juga perlu memahami batasan penerapan terapi seni di PAUD bahwa mereka bukan terapis profesional, tetapi fasilitator kegiatan kreatif yang diarahkan untuk membantu anak mengenali dan mengekspresikan emosinya.

Melihat kebutuhan tersebut, tim pengabdian masyarakat dari KB Ruditi menyelenggarakan pelatihan teknik *Art Therapy* sederhana bagi guru PAUD di Lasem. Pelatihan ini bertujuan memberikan wawasan teoretis mengenai hubungan antara seni dan emosi, sekaligus memberikan keterampilan praktis mengenai bagaimana merancang aktivitas seni yang sesuai dengan tahap perkembangan anak usia dini. Pelatihan diberikan pada 9 Agustus 2025 dengan melibatkan 25 peserta yang terdiri atas guru TK dan KB dari berbagai lembaga pendidikan. Selama kegiatan asesmen awal, guru-guru menyampaikan berbagai pengalaman lapangan misalnya anak yang sering merobek kertas saat marah, anak yang menggunakan warna gelap ketika sedang takut, atau anak yang hanya ingin menggambar bentuk tertentu berulang-ulang ketika cemas. Pengalaman nyata ini menjadi titik awal bagi penyusunan materi pelatihan agar relevan dengan dinamika emosional yang benar-benar terjadi di kelas.

Pelatihan ini menggunakan pendekatan *experiential learning* Kolb (1984), yang menempatkan pengalaman peserta sebagai dasar pembelajaran. Guru tidak hanya menerima teori, tetapi juga merasakan langsung manfaat kegiatan seni melalui berbagai simulasi praktis. Peserta diminta menggambar ekspresi emosional, memilih warna sesuai perasaan, atau membuat bentuk bebas yang mencerminkan kondisi batin mereka. Melalui pengalaman ini, guru dapat memahami bagaimana anak menggunakan seni untuk mengekspresikan dirinya. Proses refleksi juga menjadi bagian penting dalam pelatihan; guru diajak merenungkan bagaimana mereka merespons karya seni anak selama ini, serta bagaimana karya-karya tersebut sesungguhnya dapat menjadi jembatan komunikasi yang lebih empatik.

Secara keseluruhan, pelatihan teknik *Art Therapy* ini menjadi kebutuhan mendesak di lembaga PAUD karena sejalan dengan perkembangan paradigma pendidikan holistik dan pembelajaran sosial-emosional. Guru PAUD membutuhkan strategi yang tidak hanya efektif tetapi juga menyenangkan dan aman bagi anak. *Art Therapy* menjawab kebutuhan tersebut karena memberikan ruang bebas bagi anak untuk bereksplorasi, mengekspresikan emosi, dan mengembangkan identitas diri secara sehat.

Pelatihan ini diharapkan menjadi langkah awal bagi guru PAUD di Lasem untuk memperkaya pendekatan pedagogis mereka dan memperkuat pemahaman mengenai pentingnya kecerdasan emosional dalam pembelajaran. Dengan meningkatnya kompetensi guru dalam memanfaatkan seni sebagai media stimulasi emosional,

diharapkan layanan pendidikan PAUD menjadi lebih humanis, inklusif, dan berorientasi pada kebutuhan perkembangan anak secara menyeluruh.

2. Metode

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat “Pelatihan Teknik *Art Therapy* Sederhana bagi Guru PAUD untuk Stimulasi Kecerdasan Emosional Anak” disusun menggunakan pendekatan metodologis yang menggabungkan prinsip *andragogi*, *experiential learning*, dan *participatory training*. Metode ini dipilih karena sesuai dengan karakteristik guru PAUD sebagai pembelajar dewasa yang memiliki pengalaman praktis beragam serta membutuhkan pelatihan yang relevan dan aplikatif. Bagian metode ini memaparkan desain kegiatan, sasaran pelatihan, materi inti, teknik pengumpulan data, prosedur pelaksanaan, hingga teknik analisis yang digunakan.

2.1 Desain Kegiatan Pelatihan

Desain pelatihan mengacu pada pendekatan *experiential learning* yang dikembangkan Kolb (1984), yang menekankan bahwa pembelajaran efektif terjadi melalui empat tahapan: pengalaman konkret, refleksi, konseptualisasi abstrak, dan eksperimen aktif. Model ini relevan untuk guru PAUD yang sering menghadapi situasi emosional anak secara langsung dan membutuhkan pemahaman teoritis yang diperoleh melalui refleksi terhadap pengalaman tersebut.

Penggabungan prinsip *andragogi* Knowles (1990) sangat penting karena guru sebagai pembelajar dewasa cenderung belajar lebih efektif melalui relevansi masalah, partisipasi aktif, dan pengalaman personal. Oleh karena itu, kegiatan pelatihan dirancang tidak sebagai sesi ceramah satu arah, tetapi dalam bentuk lokakarya yang memungkinkan peserta terlibat dalam diskusi, simulasi, dan praktik seni secara langsung.

Selain itu, pelatihan ini menggunakan pendekatan *participatory training* karena guru PAUD di Lasem memiliki konteks dan tantangan kerja berbeda-beda. Melalui pendekatan ini, peserta didorong untuk membagikan pengalaman lapangan yang kemudian menjadi dasar penyusunan strategi intervensi yang sesuai konteks lokal.

2.2 Sasaran Peserta dan Analisis Kebutuhan

Pelatihan ini diikuti oleh 25 guru dari TK dan KB di wilayah Lasem. Peserta terdiri dari guru berpengalaman hingga guru pemula, sehingga dinamika diskusi kaya dan beragam. Sebelum kegiatan berlangsung, tim pengabdian melakukan analisis kebutuhan (needs assessment) melalui:

1. Wawancara informal dengan guru mengenai tantangan mereka dalam menghadapi emosi anak.
2. Pengamatan kegiatan belajar yang menunjukkan bahwa sebagian guru belum memanfaatkan seni sebagai sarana ekspresi emosional.
3. Diskusi kelompok kecil yang mengungkapkan harapan guru terhadap pelatihan, seperti kebutuhan teknik seni sederhana, cara membaca ekspresi anak melalui gambar, dan cara merespons karya seni anak secara empatik.

Hasil asesmen menunjukkan bahwa guru membutuhkan pengetahuan praktis sekaligus kerangka teoritis tentang bagaimana kegiatan seni bisa digunakan sebagai media komunikasi nonverbal dalam pembelajaran PAUD. Temuan ini sejalan dengan pernyataan Malchiodi (2012) bahwa *Art Therapy* membantu anak menyampaikan emosi yang sulit diungkapkan secara verbal.

2.3 Materi Pelatihan

Materi pelatihan dirancang berdasarkan kebutuhan guru dan landasan ilmiah mengenai fungsi seni dalam perkembangan emosional anak. Materi utama meliputi:

a. Konsep Dasar Kecerdasan Emosional Anak

Menggunakan kerangka Goleman (1995) dan Denham et al. (2012), pelatihan menguraikan indikator regulasi emosi, empati, dan kesadaran diri pada anak usia dini.

b. Prinsip-prinsip Art Therapy untuk PAUD

Mengacu pada Malchiodi (2012), peserta diperkenalkan pada teknik dasar seperti:

- *Expressive drawing*
- *Free coloring for emotional release*
- Kolase simbolik
- Eksplorasi garis dan warna

Materi difokuskan pada pendekatan sederhana yang aman diterapkan guru.

c. Membaca Emosi melalui Karya Seni

Guru dilatih mengenali tanda-tanda ekspresi emosional dalam karya anak, seperti tekanan garis, dominasi warna, pola berulang, atau distorsi bentuk (Karkou & Sanderson, 2006).

d. Merancang Aktivitas Seni yang Responsif Emosi

Guru menyusun rencana kegiatan seni yang terintegrasi dalam pembelajaran mingguan, memperhatikan tahap perkembangan anak serta kebutuhan emosional individu.

2.4 Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendokumentasikan perubahan kompetensi guru selama kegiatan, tim pengabdian menggunakan tiga teknik:

a. Observasi Partisipatif

Tim mencatat perilaku peserta selama simulasi, terutama bagaimana mereka mengaplikasikan teknik terapi seni. Observasi mengikuti pedoman Creswell (2014) untuk memperoleh gambaran autentik tentang keterlibatan peserta.

b. Wawancara Reflektif

Wawancara dilakukan selama diskusi kelompok. Guru menceritakan pengalaman mereka menggunakan seni di kelas, tantangan yang dihadapi, dan perubahan pemahaman setelah pelatihan.

c. Kuesioner Evaluasi

Kuesioner diberikan menggunakan model evaluasi Kirkpatrick (Level 1–2) untuk menilai kepuasan peserta dan peningkatan pemahaman konseptual.

2.5 Prosedur Pelaksanaan Pelatihan

Pelatihan dilaksanakan pada 9 Agustus 2025 di KB Ruditi. Kegiatan berlangsung selama satu hari dengan susunan sebagai berikut:

a. Pembukaan dan Pemetaan Pengalaman Peserta

Guru diajak menceritakan situasi kelas yang paling menantang secara emosional. Banyak peserta menggambarkan pengalaman seperti anak meremas kertas saat marah atau hanya memilih warna hitam ketika sedih.

b. Penyampaian Konsep Art Therapy dan Kecerdasan Emosional

Materi disampaikan secara interaktif. Fasilitator menghubungkan teori dengan contoh nyata yang diberikan peserta sendiri, sehingga konsep lebih mudah dipahami.

c. Simulasi Teknik Terapi Seni

Simulasi dilakukan dalam beberapa tahap:

1. Menggambar ekspresi diri: peserta diminta menggambar perasaan mereka hari itu.
2. Eksplorasi warna emosional: peserta memilih warna yang mewakili pengalaman tertentu.
3. Kolase simbolik: peserta membuat kolase tentang suasana kelas ideal.

Kegiatan ini membuat guru merasakan langsung bagaimana seni berfungsi sebagai media refleksi diri.

d. Diskusi Hasil Karya dan Refleksi Emosional

Peserta saling meninjau karya satu sama lain sambil membahas simbol-simbol emosional. Pada tahap ini, guru mulai menyadari bahwa anak pun memerlukan ruang aman untuk mengekspresikan perasaan secara kreatif.

e. Penyusunan Rencana Pembelajaran Berbasis Art Therapy

Peserta dibagi menjadi kelompok untuk merancang kegiatan seni yang menekankan stimulasi kecerdasan emosional anak. Hasil rancangan dipresentasikan dan diberikan umpan balik.

2.6 Pendampingan Pascapelatihan

Untuk memastikan keberlanjutan, dilakukan pendampingan melalui grup WhatsApp selama dua minggu. Guru mengirim foto karya seni anak, menceritakan respon mereka, dan meminta saran ketika menemukan tanda emosional tertentu. Pendekatan pendampingan ini efektif sebagaimana disarankan Jennings & Greenberg (2009) bahwa kompetensi sosial-emosional guru berkembang jika didukung supervisi berkelanjutan.

Beberapa temuan lapangan:

- Guru melaporkan penurunan intensitas tantrum setelah menyediakan “pojok seni ekspresif”.
- Anak pemalu mulai berani berbagi cerita melalui gambar.
- Guru lebih sabar dan empatik ketika membaca makna karya anak.

2.7 Teknik Analisis Data

Data dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Tahapan Miles & Huberman (1994) digunakan:

1. Reduksi data: merangkum temuan observasi, wawancara, dan hasil simulasi.
2. Display data: mengorganisasi pola perilaku guru dan perubahan pemahaman.
3. Penarikan kesimpulan: mengidentifikasi peningkatan kompetensi guru secara konseptual, afektif, dan praktis.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil

Pelaksanaan pelatihan teknik *Art Therapy* sederhana bagi guru PAUD di Lasem menghasilkan sejumlah temuan penting yang berkaitan dengan peningkatan pemahaman, sikap, dan keterampilan praktis guru dalam menstimulasi kecerdasan emosional anak melalui kegiatan seni. Temuan-temuan ini diperoleh melalui observasi langsung selama kegiatan, evaluasi tertulis, serta refleksi peserta dalam pendampingan pascapelatihan. Secara umum, hasil kegiatan menunjukkan transformasi signifikan pada kompetensi guru, baik dalam aspek konseptual maupun aplikatif.

1. Peningkatan Pemahaman Guru tentang Emosi Anak dan Fungsi Seni sebagai Media Ekspresif

Sebelum pelatihan, sebagian besar guru cenderung melihat kegiatan menggambar dan mewarnai hanya sebagai bagian dari stimulasi motorik halus. Namun, setelah mendapatkan pemaparan mengenai fungsi seni sebagai alat komunikasi nonverbal, peserta mulai memahami bahwa karya seni anak dapat menjadi representasi dari kondisi emosionalnya. Hal ini tampak dari perubahan cara guru menafsirkan gambar anak. Misalnya, ketika sebelumnya guru menganggap gambar yang penuh goresan keras sebagai “coretan asal,” setelah pelatihan mereka mulai mempertimbangkannya sebagai tanda ketegangan emosional yang perlu didampingi secara empatik.

Pada sesi diskusi, beberapa guru berbagi pengalaman bahwa setelah memahami konsep dasar terapi seni, mereka mulai melihat perubahan sikap mereka sendiri terhadap karya seni anak. Mereka mengaku lebih sabar dan lebih ingin memahami perasaan anak melalui gambar-gambar tersebut. Pemahaman baru ini merupakan fondasi penting dalam meningkatkan kompetensi guru dalam mendukung perkembangan emosional anak.

2. Peningkatan Keterampilan Guru dalam Menerapkan Teknik Art Therapy Sederhana

Hasil lain yang sangat tampak adalah peningkatan keterampilan praktis guru dalam menggunakan teknik seni ekspresif. Melalui simulasi kegiatan seperti *expressive drawing*, kolase simbolik, dan eksplorasi warna emosional, guru memperoleh pengalaman langsung mengenai bagaimana seni dapat digunakan sebagai media pelepasan emosi. Dalam sesi praktik, beberapa guru terlihat antusias ketika diminta menggambarkan perasaan mereka dengan garis dan warna. Antusiasme ini meningkatkan pemahaman mereka terhadap pengalaman anak ketika melakukan kegiatan seni. Setelah pelatihan, sebagian besar peserta mampu mendesain kegiatan seni yang tidak hanya menyenangkan tetapi juga memiliki nilai emosional, seperti kegiatan “warna perasaan hari ini”, “membuat kolase mimpi”, atau “menggambar perasaan saat bertengkar dengan teman”. Refleksi pasca kegiatan menunjukkan bahwa guru merasa lebih percaya diri dalam menerapkan teknik seni sederhana di kelas. Beberapa guru menyampaikan bahwa anak-anak terlihat lebih tenang setelah mereka diberi kesempatan menggambar sebelum memulai kegiatan pembelajaran inti.

3. Perubahan Sikap Guru terhadap Pengelolaan Emosi Anak

Salah satu dampak signifikan dari pelatihan adalah perubahan sikap guru terhadap ekspresi emosional anak. Melalui berbagai diskusi dan simulasi, guru mulai menyadari bahwa ekspresi emosional seperti marah, sedih, atau takut bukanlah perilaku yang harus ditekan atau dibatasi, tetapi harus diterima dan dipahami sebagai bagian dari proses perkembangan anak.

Selama observasi, terlihat bahwa guru yang awalnya cenderung menilai perilaku emosional sebagai gangguan pembelajaran, kini mampu melihatnya sebagai kesempatan untuk melakukan pendampingan. Misalnya, seorang guru yang sebelumnya sering menegur anak karena menggambar berulang kali dengan warna gelap, setelah pelatihan memilih mendekati anak tersebut dan mengajaknya menceritakan perasaannya. Perubahan sikap seperti ini menunjukkan bahwa guru telah mulai menggunakan pendekatan empatik dalam berinteraksi dengan anak.

4. Dampak Langsung pada Praktik Kelas Pascapelatihan

Pendampingan dua minggu setelah pelatihan memberikan gambaran lebih jelas mengenai efektivitas teknik *Art Therapy* di kelas. Guru mengirimkan dokumentasi berupa foto karya anak dan cerita reflektif mengenai penerapan teknik seni.

Beberapa hasil yang muncul antara lain:

- Penurunan frekuensi tantrum pada anak yang sebelumnya mudah meledak secara emosional setelah guru menyediakan “pojok seni ekspresif”.
- Anak pemalu mulai lebih terbuka ketika diminta menggambar perasaan sebelum diminta berbicara.
- Terjadi peningkatan interaksi sosial positif, terutama ketika anak saling berbagi cerita tentang karya mereka.
- Guru merasa lebih tenang dalam menghadapi dinamika emosi anak, karena memiliki strategi yang lebih terarah.

Dalam salah satu laporan guru, disebutkan bahwa seorang anak yang biasanya menangis saat ditinggal orang tua kini lebih cepat tenang ketika diberi kesempatan mewarnai pola bebas di sudut kelas. Temuan kecil seperti ini menunjukkan efektivitas intervensi seni ketika diterapkan secara sensitif.

5. Evaluasi Pelatihan oleh Peserta

Hasil kuesioner evaluasi menunjukkan bahwa:

- 92% peserta menyatakan pelatihan sangat relevan dengan kebutuhan mereka.
- 88% peserta merasa memperoleh keterampilan baru yang langsung dapat diterapkan di kelas.
- 100% peserta berharap pelatihan sejenis dilaksanakan kembali secara berkala.

Guru merasa bahwa pelatihan memberikan alternatif baru dalam pengelolaan kelas yang selama ini belum pernah mereka dapatkan. Beberapa guru menyampaikan bahwa teknik *Art Therapy* membuat pembelajaran lebih tenang, nyaman, dan bermakna. Dokumentasi kegiatan ditunjukkan pada gambar 1.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

3.2 Pembahasan

Hasil pelatihan teknik *Art Therapy* sederhana bagi guru PAUD di Lasem menunjukkan adanya peningkatan yang konsisten pada kompetensi guru, baik dari aspek pemahaman maupun keterampilan dalam menstimulasi kecerdasan emosional anak. Pembahasan ini mengintegrasikan temuan lapangan dengan teori dan hasil penelitian terkait, serta menempatkan pengalaman peserta sebagai pijakan utama untuk memahami efektivitas intervensi. Secara umum, pelatihan ini membuktikan bahwa guru membutuhkan pendekatan pembelajaran yang tidak hanya bersifat instruksional, tetapi juga empatik, kreatif, dan responsif terhadap kebutuhan emosional anak usia dini.

1. Perubahan Pemahaman Guru terhadap Emosi Anak dan Signifikansi Art Therapy

Transformasi pemahaman guru menjadi poin penting dalam pelaksanaan pelatihan. Sebelum kegiatan, guru cenderung memosisikan seni sebagai aktivitas estetis atau motorik, bukan sebagai media regulasi emosi. Setelah pelatihan, guru mulai melihat seni sebagai bahasa nonverbal yang digunakan anak untuk mengekspresikan perasaan yang belum dapat mereka sampaikan secara verbal. Temuan ini sejalan

dengan pernyataan Malchiodi (2012) bahwa terapi seni memungkinkan anak menyampaikan emosi, konflik batin, dan pengalaman pribadi melalui simbol, garis, dan warna.

Perubahan persepsi ini berdampak besar terhadap cara guru berinteraksi dengan anak. Sebagaimana ditemukan, guru yang sebelumnya mengabaikan coretan berulang kini mulai menginterpretasikannya sebagai respons emosional yang memerlukan pendampingan. Pemahaman baru ini memberi dasar bagi guru untuk mengembangkan interaksi yang lebih sensitif dan empatik, selaras dengan pendekatan Goleman (1995) yang menekankan bahwa kecerdasan emosional berkembang melalui hubungan hangat dan responsif antara anak dan orang dewasa.

Selain itu, guru melaporkan bahwa mereka merasa lebih percaya diri dalam menafsirkan karya seni anak, suatu hal yang sebelumnya dianggap sulit. Kondisi ini menunjukkan bahwa guru tidak hanya memahami konsep *Art Therapy*, tetapi juga mampu melihat aplikasinya secara praktis dalam konteks kelas PAUD.

2. Penguatan Keterampilan Guru dalam Menerapkan Teknik Art Therapy

Hasil pelatihan menunjukkan peningkatan keterampilan guru dalam menerapkan teknik *Art Therapy* sederhana seperti *expressive drawing*, pemilihan warna emosional, serta kolase simbolik. Keterampilan ini bukan hanya tambahan teknis, melainkan bagian integral dari upaya guru menciptakan iklim kelas yang aman secara emosional.

Guru yang terlibat dalam simulasi menggambar ekspresif melaporkan bahwa mereka dapat merasakan manfaat kegiatan tersebut bagi diri mereka sendiri. Pengalaman ini membantu guru lebih memahami bagaimana anak menggunakan seni sebagai mekanisme pelepasan emosi. Penelitian Karkou dan Sanderson (2006) mendukung temuan ini dengan menunjukkan bahwa kegiatan seni dapat membantu menurunkan ketegangan dan meningkatkan suasana hati pada anak.

Kemampuan guru merancang kegiatan seni emosional juga meningkat. Rancangan kegiatan seperti “warna perasaan hari ini” dan “membuat kolase mimpi” menunjukkan kreativitas guru dalam menerjemahkan konsep terapi seni ke dalam kegiatan pembelajaran. Hal ini menandakan bahwa guru memiliki kapasitas untuk menjadikan seni sebagai bagian integral dalam pembelajaran sosial-emosional anak.

3. Perubahan Sikap Guru terhadap Pengelolaan Emosi Anak

Salah satu transformasi paling signifikan yang terlihat adalah perubahan sikap guru dalam menghadapi perilaku emosional anak. Jika sebelumnya guru menganggap ekspresi emosional sebagai gangguan, kini guru memandangnya sebagai bagian dari perkembangan dan kesempatan untuk melakukan pendampingan.

Temuan ini sejalan dengan teori Denham et al. (2012) yang menyatakan bahwa kemampuan anak dalam mengekspresikan dan mengatur emosi merupakan indikator penting dalam perkembangan sosial-emosional mereka. Guru yang mampu menerima dan merespons emosi anak secara tepat akan membantu anak mengembangkan regulasi diri, empati, dan hubungan sosial yang sehat.

Beberapa guru dalam pelatihan mengaku mulai menggunakan pendekatan yang lebih lembut dan reflektif ketika menghadapi anak yang sedang marah atau sedih. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan kecerdasan emosional guru, yang menurut Jennings dan Greenberg (2009), merupakan faktor penentu bagi terciptanya iklim kelas yang positif.

4. Efektivitas Art Therapy dalam Praktik Kelas

Pendampingan pascapelatihan memberikan bukti konkret bahwa teknik terapi seni dapat diterapkan secara efektif dalam konteks kelas PAUD. Guru melaporkan berbagai perubahan perilaku anak setelah kegiatan seni emosional diterapkan secara konsisten. Misalnya, “pojok seni ekspresi” yang dibuat oleh beberapa guru terbukti membantu anak menenangkan diri sebelum kembali mengikuti pembelajaran.

Temuan ini konsisten dengan penelitian Brackett et al. (2011) yang menyatakan bahwa lingkungan kelas yang menyediakan ruang untuk ekspresi emosional dapat meningkatkan kemampuan regulasi emosi anak. Anak pemalu yang mulai mau bercerita melalui gambar juga menunjukkan bahwa seni dapat berfungsi sebagai jembatan komunikasi antara guru dan anak.

Selain itu, kegiatan seni dapat memfasilitasi interaksi sosial positif. Ketika anak berbagi cerita tentang hasil gambar mereka, guru melaporkan adanya peningkatan rasa saling menghargai, kemampuan mendengarkan, dan empati antar anak.

5. Implikasi Pelatihan terhadap Pengembangan Kompetensi Guru PAUD

Pelatihan ini memiliki implikasi besar terhadap penguatan profesionalisme guru PAUD. Pertama, pelatihan mendorong guru untuk mengintegrasikan pendidikan emosional ke dalam kegiatan harian. Kedua, guru menjadi lebih reflektif terhadap praktik mengajar mereka dan lebih peka terhadap dinamika emosi anak. Ketiga, guru kini memiliki strategi kreatif dan sederhana yang dapat digunakan dalam berbagai situasi pembelajaran.

Implikasi ini mendukung gagasan Jeffers (2004) bahwa seni dapat berperan sebagai sarana pembelajaran sosial-emosional yang efektif dalam konteks pendidikan anak usia dini. Dengan meningkatnya kemampuan guru memanfaatkan seni sebagai media ekspresi emosional, kualitas layanan PAUD dapat meningkat, terutama dalam aspek perkembangan nonkognitif anak.

4. Kesimpulan

Pelatihan teknik *Art Therapy* sederhana bagi guru PAUD di wilayah Lasem menunjukkan hasil yang signifikan dalam peningkatan pemahaman, sikap, dan keterampilan guru dalam mendampingi perkembangan emosional anak usia dini. Berdasarkan observasi, diskusi reflektif, dan pendampingan pascapelatihan, dapat disimpulkan bahwa guru mengalami perubahan cara pandang yang cukup mendasar berkaitan dengan fungsi seni dalam pembelajaran PAUD. Jika sebelumnya seni lebih dipahami sebagai aktivitas estetis atau motorik, kini guru mampu melihat seni sebagai media ekspresi emosional yang memungkinkan anak mengungkapkan perasaan mereka secara aman dan alami.

Dalam aspek keterampilan, guru mampu menerapkan teknik *Art Therapy* sederhana seperti *expressive drawing*, eksplorasi warna emosional, serta kolase simbolik yang terbukti membantu anak mengekspresikan emosi secara lebih terarah. Temuan ini mendukung teori Goleman yang menyatakan bahwa stimulasi emosional melalui aktivitas kreatif dapat memperkuat regulasi diri dan empati anak. Selain itu, guru juga mengalami penguatan sikap pedagogis, terutama dalam merespons perilaku emosional anak secara empatik dan reflektif.

Penerapan teknik seni juga berdampak pada dinamika kelas, seperti meningkatnya ketenangan anak, berkurangnya tantrum, serta meningkatnya interaksi sosial positif. Oleh karena itu, pelatihan ini dapat menjadi model pengembangan

profesional guru PAUD yang relevan dan berkelanjutan. Ke depan, diperlukan pendampingan lanjutan agar guru mampu mengintegrasikan *Art Therapy* secara konsisten dalam kegiatan pembelajaran sehingga perkembangan sosial-emosional anak dapat difasilitasi secara optimal dan holistik.

Referensi

- Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2011). Emotional intelligence and its relation to the classroom environment. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 88–103.
- Brookfield, S. D. (1995). *Becoming a critically reflective teacher*. Jossey-Bass.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Denham, S. A., Bassett, H. H., & Wyatt, T. (2012). The socialization of emotional competence in early childhood. In *Handbook of emotion regulation in children* (pp. 85–110). Psychology Press.
- Florian, L., & Black-Hawkins, K. (2011). Exploring inclusive pedagogy: Teachers' beliefs and practices. *British Educational Research Journal*, 37(5), 813–828.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. Bantam Books.
- Gottman, J., & Declaire, J. (1997). *The heart of parenting: Raising an emotionally intelligent child*. Simon & Schuster.
- Jeffers, T. (2004). Art for social and emotional learning. *Journal of Early Childhood Education*, 32(3), 169–177.
- Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2009). The prosocial classroom: Teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes. *Review of Educational Research*, 79(1), 491–525.
- Karkou, V., & Sanderson, P. (2006). *Arts therapies: A research-based map of the field*. Elsevier.
- Knowles, M. (1990). *The adult learner*. Gulf Publishing.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice Hall.
- Malchiodi, C. A. (2012). *Handbook of art therapy* (2nd ed.). Guilford Press.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis* (2nd ed.). SAGE Publications.
- Shonkoff, J. P., & Phillips, D. A. (2000). *From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development*. National Academy Press.