

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

**Kata Kunci:**

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

**Abstrak**

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

**Keywords :**

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

**Abstract**

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

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

---

## **PENDAHULUAN**

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

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

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

---

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

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

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

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

---

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

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

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

## **METODE**

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

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

---

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

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

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

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

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

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### 1. Siklus I – Kesadaran Awal Regulasi Emosi

##### a. Temuan

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

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

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

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

**Tabel 1. Hasil Observasi Perilaku Siklus I**

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

**Tabel 2. Rekapitulasi Siklus I**

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

## 2. Siklus II – Penguatan Regulasi Emosi

### a. Temuan

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

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

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

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

**Tabel 3. Hasil Observasi Perilaku Siklus II**

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

**Tabel 4. Rekapitulasi Siklus II**

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

### 3. Siklus III – Refleksi dan Konsistensi Regulasi Emosi

#### a. Temuan

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

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

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

**Tabel 5. Rekapitulasi Siklus III**

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

Perhitungan persentase:

Jumlah siswa yang belum berkembang optimal = 2

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

## **PEMBAHASAN**

### **Kesadaran Awal Regulasi Emosi**

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

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

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

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

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

### **Penguatan Regulasi Emosi**

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

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

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

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

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

### **Refleksi Dan Konsisten Regulasi Emosi**

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

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

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

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

---

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

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

## **KESIMPULAN**

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

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

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

#### DAFTAR PUSTAKA

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

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

---

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