

BAB IV

PAPARAN DATA, TEMUAN PENELITIAN, DAN PEMBAHASAN

A. Paparan Data

1. Paparan Data Sekolah

a. Identitas sekolah

Nama Sekolah : SD Negeri Panempan 2

NPSN : 20527425

Alamat Sekolah : Jl. Raya Panempan, Kecamatan Pamekasan,
Kabupaten Pamekasan, Provinsi Jawa Timur

Tanggal SK Pendirian : 1910 – 01 – 01

Posisi geografis : -7 Lintang, 113 Bujur

Luas tanah milik (m²): 3

Nomor telepon : 2147483647

Email : sdnpanempan2@yahoo.com

Website : <http://www.sdnpanempan2.sch.id>

Kepala Sekolah : Reny Subaedah

Akreditasi : B

Kurikulum : K-13

2. Paparan Data Penelitian

a. Bagaimana Penerapan Terapi Menggambar Sebagai Upaya Menangani Siswa Yang Mengalami Kecemasan di SD Negeri Panempan 2 Pamekasan

Setelah peneliti selesai mengadakan penelitian di SD Negeri Panempan 2, peneliti akan memaparkan terkait gambaran secara umum mengenai adanya kasus kecemasan pada siswa kelas 1 dimana pemaparan ini merupakan pra siklus agar peneliti dapat mengetahui informasi-informasi terkait kecemasan pada siswa. Cara memperoleh informasi-informasi tersebut peneliti melakukan wawancara kepada

Kepala Sekolah dan wali kelas 1. Sebagaimana hasil wawancara peneliti dengan Bapak Wafi selaku Kepala Sekolah (tahun 2019) di SD Negeri Panempun 2 tersebut berkenaan dengan kecemasan pada siswa, beliau mengungkapkan bahwa:

“Kecemasan itu keadaan suasana hati yang tidak menyenangkan, yang meliputi kekhawatiran, ketakutan. Menurut saya untuk masalah kecemasan pada siswa itu pasti ada, karena ada masa peralihan dari Taman Kanak-Kanak ke Sekolah Dasar. Hal itu bisa terjadi mungkin karena waktu TK anak terbiasa ditemani oleh orang tuanya di sekolah dan pada saat masuk SD anak itu berpisah atau tidak ditemani lagi oleh orang tuanya di sekolah. Dan apabila kecemasan pada anak yang seperti ini dibiarkan berlarut-larut, alhasil bisa mengganggu rutinitas dan kegiatan sehari-hari seorang anak seperti pergi ke sekolah atau saat bermain dengan temannya. Ada anak kelas 1 yang saya rasa anak ini mengalami kecemasan atau kemungkinan anak ini bisu, karena anak itu tidak mau berbicara sama sekali termasuk kepada teman-temannya, tetapi setelah saya dan wali kelas melakukan kunjungan ke rumah anak tersebut, ibunya mengatakan bahwa “Anak tersebut mau berbicara hanya dengan ibu dan neneknya saja, selain kepada mereka si anak tidak mau berbicara”. Jadi dengan pengakuan orang tua anak tersebut seperti itu, maka pihak sekolah masih memberikan kesempatan kepada si anak untuk tetap melanjutkan sekolah di SD Panempun 2.”¹

Hal ini senada dengan yang di sampaikan oleh Ibu Nurhayati selaku wali kelas 1, beliau menuturkan bahwa:

“Kecemasan itu suasana perasaan (mood) kurang baik dimana anak terkadang merasa terancam oleh hal-hal yang ditakuti. Kecemasan pada siswa itu saya rasa pasti sering terjadi, terutama saat anak diminta untuk memperkenalkan dirinya di depan kelas. Karena anak yang baru masuk sekolah belum terbiasa dengan hal itu. Mungkin cemas karena takut ditertawakan oleh temannya yang lain, atau cemas karena berpisah dengan orang tua saat di sekolah, saya rasa begitu.”²

Dari pernyataan-pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan hal yang normal dan umum dirasakan oleh anak-anak. Namun, apabila dibiarkan terus menerus maka hal ini akan menghambat kegiatan sehari-hari anak tersebut.

¹ Abd. Wafi, Kepala Sekolah (tahun 2019) SD Negeri Panempun 2 Pamekasan, Wawancara langsung di Ruang Kepala Sekolah, (9 Mei 2019)

² Nurhayati, selaku wali kelas 1 SD Negeri Panempun 2 Pamekasan, Wawancara langsung di ruang guru (9 Mei 2019)

Dalam menangani hal tersebut, guru tentunya mempunyai cara tersendiri atau metode untuk menangani siswa yang mengalami kecemasan. Dalam hal ini guru mengatakan :

“Mengenai tindakan yang saya lakukan yakni meminta bantuan dengan teman dekatnya. Agar temannya itu mengajak siswa yang mengalami kecemasan itu agar lebih berani ketika berbicara apalagi pada saat pembelajaran berlangsung, dan saya juga memberikan reward atau hadiah entah itu permen atau bolpoin ketika anak-anak itu berani. Terlebih lagi, saya juga meminta bantuan kepada orang tua siswa untuk memberikan dorongan agar kecemasan yang ada pada siswa tersebut sedikit berkurang, mungkin dengan mengajaknya jalan-jalan, bermain, atau hal lainnya yang disukai oleh anak tersebut. Untuk terapi menggambar seperti yang adik katakan, belum pernah saya lakukan untuk siswa-siswa disini.”³

Dari wawancara di atas dapat di simpulkan bahwa penggunaan metode yang di lakukan oleh wali kelas yakni melakukan pendekatan dengan meminta bantuan teman dekat siswa yang dirasa memiliki kecemasan. Serta memberikan sebuah reward agar siswa mampu mengemukakan pendapatnya saat proses pembelajaran berlangsung. Dengan cara tersebut bertujuan agar siswa mampu bersosialisasi dengan baik, dan untuk terapi menggambar belum pernah di laksanakan di SD Negeri Panempan 2, sehingga peneliti akan mencoba untuk menerapkannya.

Dari pernyataan wali kelas menunjukkan bahwa secara umum kecemasan siswa rata-rata dialami pada masa peralihan dari Taman Kanak-Kanak ke Sekolah dasar. Hal ini juga ditemukan oleh peneliti pada saat melakukan kegiatan observasi pada hari kamis tanggal 9 Mei 2019 pada pukul 08.00- 09.30 WIB. Pada proses pembelajaran tersebut ada siswa yang memiliki hambatan saat proses belajar mengajar. Bahkan tingkat sosialisasi antar teman juga rendah. Sehingga hal tersebut membuat siswa memiliki keterbatasan teman satu dengan yang lain. Hal ini sesuai

³ Nurhayati, selaku wali kelas 1 SD Negeri Panempan 2 Pamekasan, Wawancara langsung di ruang guru (9 Mei 2019)

dengan hasil dokumentasi kegiatan pembelajaran di dalam kelas 1 SD Negeri Panempan 2.



Gambar 4.1 Proses Belajar Mengajar kelas 1
Sumber : SD Negeri Panempan 2

Pada saat pembelajaran berlangsung atau saat siswa melakukan kegiatan tentunya wali kelas mengetahui langsung terkait umpan balik siswa saat melakukan kegiatan tersebut. Seperti pernyataan yang di ungkapkan oleh wali kelas yakni sebagai berikut:

“Menurut saya mengenai umpan balik yang di lakukan oleh siswa masih membutuhkan dorongan dan motivasi dari orang lain, karena tanpa bantuan atau dorongan dari orang lain mereka tetap tidak mau melakukan beberapa kegiatan yang mungkin membuatnya merasa cemas atau takut meskipun mereka mampu untuk melakukan hal tersebut.”⁴

Dari penjelasan di atas dapat di simpulkan bahwa umpan balik siswa kelas 1 masih perlu bimbingan sekaligus dorongan dari orang lain, sehingga dengan cara tersebut siswa dapat beraktifitas dan mau mengungkapkan terkait apa yang ingin mereka sampaikan secara langsung.

1) Siklus I

⁴ Nurhayati, selaku wali kelas 1 SD Negeri Panempan 2 Pamekasan, Wawancara langsung di ruang guru (9 Mei 2019)

Tahapan siklus I bertujuan untuk mengetahui bagaimana penerapan terapi menggambar kepada salah satu siswa yang mengalami kecemasan tersebut. Dalam siklus I terdapat empat tahapan yang harus dilaksanakan yakni; perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan dan refleksi.

a) Perencanaan

Sebelum melaksanakan tindakan pada siklus 1, peneliti menyiapkan perencanaan tindakan yang akan di berikan pada siswa. Selanjutnya kegiatan yang akan di lakukan dalam perencanaan ini yaitu sebagai berikut:

- i) Menentukan materi yang akan di bahas
- ii) Menyusun RPBK dengan judul “Mengerti Self”
- iii) Menyiapkan instrumen pedoman wawancara
- iv) Menyiapkan peralatan untuk melakukan terapi menggambar (Kertas dan Crayon).

b) Pelaksanaan Tindakan

Pada siklus I dalam penelitian tindakan bimbingan dan konseling ini di laksanakan pada hari Rabu tanggal 11 Maret 2020. Selain itu, pelaksanaan tindakan bimbingan dan konseling siklus ini di sesuaikan dengan perencanaan yang dibuat. dimana kegiatan ini dilakukan berdasarkan hasil pra penelitian sebelumnya. Berikut ini merupakan data hasil kegiatan pelaksanaan penelitian tindakan dalam bimbingan dan konseling yang di lakukan oleh peneliti:

Pertemuan Pertama

Siklus I dilakukan dalam satu pertemuan yang di lakukan pada hari Rabu di kelas 1 tanggal 11 Maret 2020 jam 08:00-09:30 wib. Kegiatan yang dilakukan peneliti pada pertemuan ini disesuaikan dengan rencana yang telah dibuat. Adapun penjabarannya sebagai berikut:

i) Kegiatan Pembukaan

Langkah pertama yang dilakukan peneliti saat memasuki ruang kelas yaitu membuka dengan sapaan salam dan senyum ramah kepada peserta didik "Assalamu'alaikum wr. wb" saat itu siswa menjawab salam dengan keadaan kompak. Kemudian peneliti menanyakan siapa siapa yang tidak masuk, ternyata terdapat 2 orang dari 22 siswa yang tidak masuk. Agar lebih mengenal dengan siswa disana, peneliti menyuruh mereka satu persatu memperkenalkan diri. Setelah itu, akan tetapi ada satu siswa yang sangat menarik perhatian peneliti. Siswa tersebut berinisial Z, dan sesuai dengan apa yang telah di ceritakan oleh bapak wafi pada saat peneliti melakukan observasi pra penelitian pada tanggal 9 Mei 2019 bahwa ada seorang anak yang dirasa mengalami kecemasan dan tidak pernah berbicara sepele katapun mulai dari anak tersebut masuk Taman Kanak-Kanak sampai saat ini berada di Sekolah dasar. Anak tersebut mengikuti semua intruksi yang peneliti sampaikan termasuk maju ke depan kelas, akan tetapi anak tersebut tidak mengeluarkan suara sedikitpun.

ii) Kegiatan Inti

Peneliti menyampaikan tujuan serta alasan melakukan penelitian di sekolah tersebut. Selanjutnya peneliti membagikan kertas dan mengintruksikan siswa untuk menggambar apa yang mereka mau, alat untuk menggambar (crayon) disediakan dan diletakkan pada 1 tempat, sehingga mereka bisa saling tukar crayon saat mereka ingin menggambar. Teknik ini juga dapat menstimulasi percakapan atau sebagai cara untuk mendorong anak mengekspresikan pikiran dan perasaannya dalam suatu pertemuan individual. Selain itu dapat bertujuan agar siswa dapat memahami

bagaimana cara beraktifitas dengan baik saat bersama teman ataupun orang yang mereka baru kenal.

Setelah itu, peneliti meminta kepada siswa untuk mengumpulkan hasil gambar yang mereka buat. Setelah beberapa menit menunggu siswa agar maju ke depan dan mengumpulkan gambar yang mereka buat, satu anak tidak mengumpulkan yaitu anak berinisial Z tersebut. Pada saat peneliti menghampiri Z ke tempat duduknya, Z tidak menggambar apapun di kertas yang sudah diberikan oleh peneliti.

Dalam hal ini peneliti memberikan waktu kepada siswa tersebut untuk menggambar. Di lain sisi suasana kelas mulai ramai, akan tetapi hal itu bisa di atasi karena peneliti berusaha mengontrolnya dengan baik.

Dari kegiatan tersebut peneliti mengira ada 1 siswa yang memiliki masalah kecemasan berlebih (Anxiety Disorder).⁵

Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti, maka untuk mengetahui secara langsung kecemasan yang dialami siswa tersebut peneliti mengajak beberapa dari siswa untuk berbincang-bincang. Pada saat peneliti menanyakan berkaitan dengan perilaku Z, maka Ifan teman sebangkunya mengungkapkan bahwa:

“Iya bak dia tidak pernah bicara, dia bisu mungkin.”⁶

Hal ini juga serupa dengan apa yang diungkapkan dan dialami oleh Dafa mengatakan bahwa:

“Dari awal masuk sekolah, dia tidak mau bicara sama sekali bak, kalau menangis tidak ada suaranya.”⁷

Dari kedua pernyataan siswa tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa anak tersebut mengalami permasalahan. Dan menurut informasi yang peneliti dapatkan

⁵ Observasi Langsung, Proses Pembelajaran Kelas 1, (11 Maret 2020).

⁶ Ifan, Kelas 1 SD Negeri Panempan 2, Wawancara Langsung (11 Maret 2020)

⁷ Dafa, Kelas 1 SD Negeri panempan 2, Wawancara Langsung (11 Maret 2020)

dari bapak Wafi pada saat Pra penelitian, disebutkan bahwa anak tersebut hanya mau diajak berkomunikasi dengan ibu dan neneknya saja.

iii) Penutup

Pada akhir kegiatan peneliti mengisi waktu sebelum jam pelajaran berakhir, peneliti memberikan motivasi untuk siswa tersebut agar memberanikan diri untuk berbicara dengan teman atau teman sekitar.

c) Observasi siklus I

Hasil pengamatan pada siklus I yang di lakukan di dalam ruangan kelas 1 menunjukkan bahwa kecemasan pada siswa memang hal yang normal, terdapat beberapa siswa yang masih menundukkan pandangan dan tampak malu saat melakukan sesi perkenalan. Selain itu ada satu siswa yang terlihat mengalami kecemasan berlebih. Siswa tersebut tidak mau berbicara sama sekali termasuk kepada teman-temannya ataupun kepada guru. Namun siswa tersebut rajin dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, dan merupakan siswa yang pintar.

d) Refleksi Siklus I

Kegiatan refleksi ini di lakukan peneliti pada akhir siklus I, berdasarkan dari hasil wawancara saat pra penelitian dan hasil observasi siklus I yang telah di lakukan menunjukkan bahwa terdapat satu peserta didik yang mengalami kecemasan berlebih (Anxiety Disorder), yaitu Z. Dalam hal ini siswa tersebut membutuhkan layanan konseling bisa mengatasi permasalahan yang menghambat mereka saat melakukan interaksi sosial dengan orang lain khususnya ketika siswa tersebut melakukan hubungan komunikasi dengan teman sekelas atau orang lain.

2) Siklus II

Berdasarkan refleksi penelitian pada siklus I, peneliti memutuskan untuk melanjutkan langkah terhadap permasalahan yang di temukan pada siklus I, dan

dilanjutkan penelitian ke siklus II. Dalam siklus II ini terdiri dari empat tahapan yaitu: perencanaan, penelitian tindakan, pengamatan dan refleksi. Berikut hasil ini merupakan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti di setiap pertemuan:

a) Perencanaan

Dalam melaksanakan tindakan pada siklus II peneliti menyiapkan sebuah perencanaan tindakan yang akan diberikan pada siswa. Mengenai hal tersebut langkah pertama yang dilakukan peneliti yaitu meminta izin kepada wali kelas 1 di SD Negeri Panempan 2 untuk mengajak Z keluar kelas untuk melaksanakan terapi menggambar. Dalam pemberian terapi menggambar tersebut merupakan latihan untuk Z yang tidak mampu bersosialisasi atau berbicara dengan orang lain. tehnik tersebut di bagi menjadi 3 *session* yaitu: *session* pertama di mulai dengan pengungkapan masalah terhadap yang di alami oleh individu tersebut, *session* kedua Z diajak untuk mewarnai pola gambar yang sudah disediakan oleh peneliti, *session* ketiga Z di latih dalam mengungkapkan apa yang dirasakan, inginkan dan pikirkan sambil mewarnai gambar gambar, *session* ke empat Z diminta untuk menggambar apapun yang ingin digambar. Selanjutnya kegiatan yang akan di lakukan dalam perencanaan ini sebagai berikut:

- i) Menentukan materi yang akan di bahas
- ii) Menyiapkan instrumen pedoman wawancara
- iii) Menyiapkan peralatan untuk melakukan terapi menggambar (Kertas dan Crayon).

b) Pelaksanaan Tindakan

Dalam siklus II ini dilakukan dalam dua kali pertemuan, dimana pertemuan di lakukan pada hari Kamis tanggal 12 Maret 2020. Dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling siklus II di sesuaikan dengan perencanaan, perencanaan kegiatan

tersebut di lakukan berdasarkan permasalahan hasil dari pra siklus dan siklus I sebelumnya.

Kegiatan pelaksanaan tindakan ini peneliti di bantu oleh wali kelas dan teman seangkatan. Wali kelas membantu mengamati pada saat pelaksanaan terapi menggambar berlangsung sedangkan teman seangkatan memiliki tugas untuk mendokumentasikan setiap yang di lakukan pada saat terapi menggambar. Sehingga bentuk kerjasama ini dilakukan dengan sebaik mungkin agar memberikan hasil yang menjadi tujuan utamanya, yakni mampu menangani siswa yang mengalami kecemasan di SD Negeri Panempan 2 Pamekasan, khususnya yang terjadi pada siswa kelas 1.

Pertemuan Pertama

Siklus I pertemuan pertama ini di lakukan pada hari Kamis di kelas 1 tanggal 12 Maret 2020 jam 08:00-09:30 wib. Kegiatan yang dilakukan peneliti pada pertemuan ini disesuaikan dengan rencana yang telah dibuat. Adapun penjabarannya sebagai berikut:

i) Kegiatan Pembukaan

Dalam melaksanakan penelitian pada pertemuan ini peneliti mengawalinya dengan pembukaan dan mengucapkan salam kepada peserta didik, setelah itu peneliti meminta izin kepada wali kelas 1 SD Negeri Panempan 2 untuk mengajak Z melanjutkan kegiatan terapi menggambar di luar kelas.

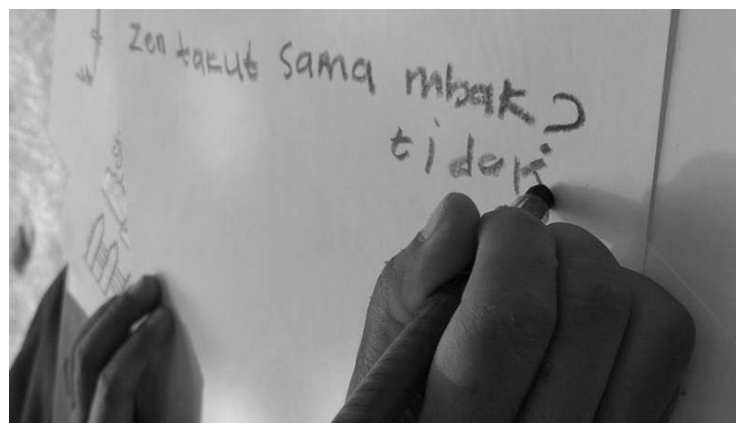
ii) Kegiatan Inti

Peneliti mencoba untuk mengajak Z berkomunikasi langsung di luar kelas saat jam pelajaran berlangsung. Peneliti meminta izin kepada kepala sekolah dan

wali kelas untuk melakukan komunikasi dengan Z di luar kelas. Pada kesempatan tersebut peneliti berinisiatif untuk berkomunikasi dan menanyakan kabar melalui tulisan. "Untuk hari ini kita akan menggambar ya, Z bagaimana kabarnya?" Z membalas tulisan peneliti "Iya, baik" setelah menanyakan kabar, peneliti melanjutkan pertanyaan kepada Z "Z suka menggambar?" Kemudian Z menjawab "suka". Kemudian peneliti memberikan beberapa lembar kertas kepada Z untuk digunakan sebagai media menggambar, serta kertas kosong untuk peneliti dan Z berkomunikasi.

Z mengambil crayon warna hitam dan mulai menggambar. Z Nampak seperti sedang menggambar pepohonan, burung, dan 3 orang. Kemudian setelah Z selesai menggambar peneliti mencoba menanyakan kepada Z tentang gambar yang dibuatnya. Pada orang pertama dia mengatakan bahwa Z tidak mengenalnya. Sedangkan dari gambar 2 orang yang berdekatan, Z menyebut itu Ayahnya dan Z.⁸

Z merupakan anak yang rajin dan pintar di kelasnya. Meskipun ia tidak pernah mau untuk berbicara, namun Z paham dengan apa yang di komunikasikan oleh guru ataupun orang di lingkungan sekitarnya, hanya saja ia tidak pernah merespon dengan ia berbicara ataupun dengan ekspresi wajah.⁹



⁸ Observasi Langsung Proses Penerapan Terapi Menggambar dan wawancara dengan Z, (13 Maret 2020)

⁹ Observasi Langsung dan wawancara dengan wali kelas, Proses Pembelajaran Kelas 1, (11 Maret 2020).

Gambar 4.2 Proses Komunikasi sekaligus wawancara dengan Z

iv) Penutup

Pada akhir kegiatan peneliti mengisi waktu sebelum jam pelajaran berakhir, peneliti memberikan motivasi untuk siswa tersebut agar memberanikan diri untuk berbicara dengan teman atau teman sekitar dan juga memberikan reward dengan memberinya Es pada saat Z sedang istirahat bersama teman-temannya.

Pertemuan Kedua

Siklus II dalam pertemuan kedua ini di lakukan pada hari jum'at di luar kelas tanggal 13 Maret 2020 jam 08:30-09.30 wib. Pada pertemuan ini peneliti melaksanakan kegiatan sesuai dengan yang telah di rencanakan.

i) Pembukaan

Dalam melaksanakan penelitian pada pertemuan ini peneliti mengawalinya dengan meminta izin kepada sekolah untuk melanjutkan kegiatan, setelah itu peneliti meminta izin kepada wali kelas 1 SD Negeri Panempan 2 untuk mengajak Z melanjutkan kegiatan terapi menggambar di luar kelas.

ii) Kegiatan Inti

Sebelum memasuki kegiatan ini peneliti kembali menanyakan kepada Z dengan menggunakan media kertas (komunikasi tertulis) "Untuk hari ini kita akan menggambar ya, Z bagaimana kabarnya?" Z membalas tulisan peneliti "Iya, baik" setelah menanyakan kabar peneliti melanjutkan pertanyaan kepada Z "Z suka mewarnai?" Kemudian Z menjawab "suka". Kemudian peneliti memberikan beberapa lembar kertas berpola untuk mewarnai, serta kertas kosong untuk peneliti dan Z berkomunikasi.

Z sudah dapat menentukan warna dengan baik untuk mewarnai pola gambar yang sudah ada. Z menyelesaikan aktivitas mewarnai dengan amat baik. Z mendengarkan dan mengikuti apa yang peneliti intruksikan.

iii) Penutup

Pada akhir kegiatan, peneliti memberitahukan kepada wali kelas bahwa kegiatan terapi menggambar untuk minggu depan tidak akan di lanjutkan karena sudah berakhir pada pertemuan kali ini dan peneliti juga mengucapkan banyak terimakasih kepada peserta didik karena mereka sudah bersedia untuk mengikuti kegiatan menggambar dengan tujuan terapi bagi siswa yang mengalami kecemasan berlebih (Anxiety Disorder).¹⁰

Kemudian peneliti menanyakan kesan saat melakukan kegiatan menggambar kepada Z dan seluruh siswa kelas 1 saat kembali masuk ke dalam kelas. "Assalamu'alaikum adik-adik, kemarin kita kan sudah melakukan kegiatan menggambar, kakak mau bertanya kepada kalian, adik-adik suka tidak dengan menggambar?" Kemudian mereka menjawab "Suka kak, ayok gambar lagi, enak kalau main gambar-gambaran". Lalu, peneliti bertanya kembali "enak nya kenapa?" kemudian beberapa siswa ada yang menjawab "Seru kak, crayonnya meskipun sedikit bisa gantian, jadi bisa sambil jalan-jalan hehee". Namun, Z sama sekali tidak ikut serta dalam menjawab pertanyaan saya di kelas. Setelah itu, peneliti menghampiri Z dan menanyakan kesan yang didapat saat menggambar dengan menggunakan tulisan di kertas "Z suka tidak saat kakak ajak mewarnai dan menggambar?" Z menjawab "Iya, suka".

Setelah mengetahui jawaban dari Z, peneliti berpamitan kepada wali kelas dan siswa kelas 1, "Adik-adik, hari ini kakak pamit pulang dulu, jika ada kesempatan

¹⁰ Observasi Langsung Proses Pelaksanaan Terapi Menggambar di SD Negeri Panempan 2 (13 Maret 2020).

lagi nanti kita bisa menggambar bersama seperti kemarin” siswa menjawab dengan kompak “hore horee”.

iii) Observasi

Dari hasil observasi siklus II yang dilakukan oleh peneliti memberikan hasil yang berbeda :

Pada siklus I siswa Z terlihat tertutup dan takut untuk mendekat. Namun pada siklus II siswa terlihat wellcome dengan peneliti termasuk Z. Hal ini terlihat pada saat proses penerapan terapi menggambar di mulai. Z yang mengalami kecemasan berlebih juga mendapat perubahan yang berbeda dari pertemuan di siklus I. Pada siklus II Z sudah berani terbuka dan bercerita walaupun hanya berkomunikasi dengan menggunakan tulisan di kertas.

Hal ini sesuai dengan hasil dokumentasi pada saat pemberian terapi menggambar kepada Z di luar kelas sebagai berikut:¹¹



Gambar 4.3 Proses penerapan terapi menggambar pada siswa Z

Pada siklus II, peneliti juga mendapatkan mendapat ajakan dari wali kelas untuk mengunjungi rumah Z secara langsung (*Home Visit*). Hal ini juga menambah informasi yang akan didapat oleh peneliti. Pada saat mengunjungi rumah Z pada hari

¹¹ Dokumentasi Proses Pelaksanaan Terapi Menggambar pada Z, (13 Maret 2020).

Jum'at, 13 Maret 2020, peneliti dan wali kelas disambut ramah oleh ibu dan nenek

Z. Pada pertemuan ini, peneliti mendapat pernyataan dari ibu Z, yaitu:

“Z memang tidak pernah mau berbicara kepada orang lain, termasuk ayahnya, Z hanya mau berkomunikasi kepada saya dan neneknya. Saya sudah berkali-kali memaksanya untuk berbicara. Sampai-sampai banyak orang yang mengira bahwa Z ini bisu. Kemarin Z bercerita kalau di sekolahnya dia diajak menggambar sama mbak-mbak dan Z juga dibelikan Es. Saya juga sempat merekam video saat Z berbicara dengan saya, dan tanpa sepengetahuan Z supaya mbak tidak mengira Z itu bisu.”¹²

Dari pernyataan ibu Z tersebut, dapat disimpulkan bahwa Z benar-benar hanya berkomunikasi dengan ibu dan neneknya. Hal ini serupa dengan apa yang disampaikan oleh nenek dari Z:

“Z memang sejak dulu jarang bicara, Z hanya mau bicara kepada ibunya dan kepada saya. Jadi ceritanya dulu begini, Z pernah ngambek dan ditakut-takuti oleh bapaknya. Anak itu ditinggalkan oleh bapaknya di suatu tempat, sehingga anak itu merasa ketakutan, anak itu takut kepada seseorang entah itu siapa, orang tersebut berada di sekita Z saat ayahnya menakut-nakutinya. Ayahnya juga sering membentak Z. Berbagai macam cara sudah diusahakan agar Z mau berbicara, bahkan bantuan nonmedis pun sudah sering di coba.”¹³

Hal ini sesuai dengan hasil dokumentasi pada saat melakukan kunjungan rumah (*Home Visit*):¹⁴



Gambar 4.4 Z bersama dengan neneknya (Observasi / home visit)

¹² Mudyah, selaku ibu dari Z, Wawancara langsung di rumah Z (13 Maret 2020)

¹³ Nenek dari Z, Wawancara langsung di rumah Z (13 Maret 2020)

¹⁴ Observasi Langsung dan home visit, rumah Z (13 Maret 2020).



Gambar 4.5 Z bersama dengan ibunya (Observasi / home visit)

iv) Refleksi Siklus II

Kegiatan refleksi dilakukan peneliti pada akhir siklus II. Berdasarkan hasil observasi dapat diketahui bahwasannya pelaksanaan terapi menggambar dapat meningkatkan keterampilan siswa dalam masalah komunikasinya di dalam kelas, selain itu siswa yang semula enggan untuk bersosialisasi dengan orang baru akhirnya bisa bersosialisasi dengan baik, sekaligus dapat menceritakan sedikit dari apa yang sudah mereka gambarkan.

Pada siklus II, setelah peneliti memberikan terapi menggambar kepada siswa Z, maka pada pertemuan tersebut ada peningkatan yakni siswa mampu berkomunikasi walau secara nonverbal dan dapat mengungkapkan apa yang sedang dirasakan. Hal ini sesuai dengan tingkah laku, ketegasan dalam merespon dan mimik wajahnya yang semakin percaya diri. Siswa yang lain juga mampu berkomunikasi dengan baik dari perilaku mereka dan gestur tubuhnya.

Hal ini sesuai dengan hasil dokumentasi berikut:¹⁵



Gambar 4.6 Dokumentasi dengan Z (wajahnya sudah terlihat bisa tersenyum)



Gambar 4.7 Dokumentasi dengan beberapa siswa kelas 1

b. Faktor pendukung dan penghambat dalam menerapkan terapi menggambar dalam mengatasi kecemasan.

Dalam penerapan terapi menggambar yang menjadi factor pendukung yaitu adanya kerjasama yang baik baik peneliti, kepala sekolah, wali kelas, dan juga siswa

¹⁵ Dokumentasi Proses Pelaksanaan Terapi Menggambar pada Z, (13 Maret 2020).

SD Negeri Panempan 2. Informasi yang didapat oleh peneliti juga merupakan factor pendukung untuk bisa melanjutkan proses penelitian.

Sedangkan untuk factor penghambat dalam penerapan terapi menggambar dalam upaya menangani siswa yang mengalami kecemasan ini adalah, kurangnya fasilitas untuk penerapan terapi menggambar serta kurangnya ilmu yang dimiliki oleh peneliti. Selain itu, dalam proses penerapan terapi menggambar di SD Negeri Panempan 2 ini dilakukan kepada siswa Z yang sangat susah untuk diajak berkomunikasi secara verbal.

B. Temuan

1. Penerapan Terapi Menggambar Sebagai Upaya Menangani Siswa Yang Mengalami Kecemasan di SD Negeri Panempan 2 Pamekasan

Anak-anak memang sering kali merasa cemas. Namun rasa takut dan cemas ini bukan gejala abnormal pada anak. Di SD Negeri Panempan 2 terutama siswa kelas 1 yang mengalami masa peralihan dari Taman Kanak-Kanak ke Sekolah Dasar juga menjadi pemicu adanya rasa cemas terhadap anak. Akan tetapi kecemasan pada siswa kelas 1 di SD Negeri Panempan 2 ini tidak terlalu Nampak, beberapa dari mereka asik saat belajar, bersosialisasi, dan bermain. Namun, ada satu siswa yang terlihat mengalami kecemasan berlebih (Anxiety Disorder). Dengan hal ini maka dibutuhkan cara untuk mengurangi kecemasan yang ada pada siswa tersebut. Peneliti menerapkan terapi menggambar di SD Negeri Panempan 2 untuk menangani siswa yang mengalami kecemasan berlebih. Menggambar merupakan kegiatan yang menyenangkan dan dilakukan dengan rileks, untuk mengekspresikan perasaan, keunikan diri dan pikiran ke dalam bentuk symbol dan dapat memecahkan konflik secara aman. Menggambar tidak hanya digunakan untuk mengasah keterampilan

motorik halus, mengembangkan imajinasi dan kreativitas, namun dapat juga digunakan sebagai bentuk terapi.

Pada siklus I dapat diketahui bahwa terdapat 1 dari 22 siswa yang memiliki kecemasan berlebih (Anxiety Disorder) hal ini dapat di ketahui dari hasil wawancara dan hasil observasi yang di lakukan oleh peneliti. Sehingga di butuhkan terapi menggambar agar siswa tersebut dapat meningkatkan komunikasinya dan mengurangi kecemasan yang ada dalam dirinya.

Pada siklus II, setelah peneliti memberikan terapi menggambar kepada siswa Z, maka pada pertemuan tersebut ada peningkatan yakni siswa mampu berkomunikasi walau secara nonverbal dan dapat mengungkapkan apa yang sedang dirasakan. Hal ini sesuai dengan tingkah laku, ketegasan dalam merespon dan mimik wajahnya yang semakin percaya diri. Siswa yang lain juga mampu berkomunikasi dengan baik dari perilaku mereka dan gestur tubuhnya.

2. Faktor Pendukung dan Penghambat dalam menerapkan terapi menggambar dalam mengatasi kecemasan

Peneliti menemukan adanya penghambat dala proses penerapan terapi menggambar, yaitu kurangnya fasilitas untuk penerapan terapi menggambar serta kurangnya ilmu yang dimiliki oleh peneliti. Selain itu, dalam proses penerapan terapi menggambar di SD Negeri Panempan 2 ini dilakukan kepada siswa Z yang sangat susah untuk diajak berkomunikasi secara verbal.

C. Pembahasan

1. Bagaimana Penerapan Terapi Menggambar Sebagai Upaya Menangani Siswa Yang Mengalami Kecemasan di SD Negeri Panempun 2 Pamekasan

Dalam upaya menangani kecemasan siswa, penelitian ini menggunakan terapi menggambar. Penelitian tindakan yang telah dilakukan sesuai perencanaan membutuhkan waktu selama satu minggu lebih dengan memakai dua siklus dalam satu pertemuan.

Berdasarkan hasil wawancara pada pra penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti bersama Kepala Sekolah dan wali kelas menunjukkan bahwa terdapat satu siswa yang mengalami kecemasan berlebih (Anxiety Disorder).

Kepala Sekolah ataupun wali kelas di SD Negeri Panempun 2 memberikan sebuah solusi dengan cara meminta bantuan kepada temannya agar siswa tersebut bisa melakukan komunikasi yang baik dan bisa lebih percaya diri ketika di suruh oleh guru. Dalam hal ini peneliti membuat perencanaan untuk mengetahui lebih dalam mengenai kecemasan yang dialami oleh siswa di kelas 1 SD Panempun 2 tersebut.

Hasil pengamatan pada siklus I yang dilakukan di dalam ruangan kelas 1 menunjukkan bahwa kecemasan pada siswa memang hal yang normal, terdapat beberapa siswa yang masih menundukkan pandangan dan tampak malu saat melakukan sesi perkenalan. Selain itu ada satu siswa yang terlihat mengalami kecemasan berlebih. Siswa tersebut tidak mau berbicara sama sekali termasuk kepada teman-temannya ataupun kepada guru. Namun siswa tersebut rajin dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, dan merupakan siswa yang pintar.

Kecemasan (ansietas) adalah keadaan emosi yang tidak menyenangkan, melibatkan rasa takut yang subjektif, rasa tidak nyaman pada tubuh, dan gejala fisik. Seringkali terdapat perasaan ancaman atau kematian yang akan terjadi, yang dapat

ataupun tidak sebagai respons terhadap ancaman yang dapat dikenali.¹⁶ Sehingga hal yang cocok untuk mengurangi kecemasan pada anak yaitu dengan terapi menggambar.

Peneliti menerapkan terapi menggambar di SD Negeri Panempun 2 untuk menangani siswa yang mengalami kecemasan berlebih. Menggambar merupakan kegiatan yang menyenangkan dan dilakukan dengan rileks, untuk mengekspresikan perasaan, keunikan diri dan pikiran ke dalam bentuk simbol dan dapat memecahkan konflik secara aman. Menggambar tidak hanya digunakan untuk mengasah keterampilan motorik halus, mengembangkan imajinasi dan kreativitas, namun dapat juga digunakan sebagai bentuk terapi.

Pada siklus I dapat diketahui bahwa terdapat 1 dari 22 siswa yang memiliki kecemasan berlebih (Anxiety Disorder) hal ini dapat diketahui dari hasil wawancara dan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti. Sehingga dibutuhkan terapi menggambar agar siswa tersebut dapat meningkatkan komunikasinya dan mengurangi kecemasan yang ada dalam dirinya.

Menggambar merupakan kegiatan yang menyenangkan, bukan hanya bagi anak-anak tapi juga bagi orang dewasa pada umumnya. Kellogg menyatakan, sejak prasejarah, manusia mulai mengenal gambar. Mereka memahat atau melukis di dinding gua untuk mengekspresikan apa yang tidak bisa mereka katakan, dengan harapan dapat dimengerti oleh orang lain. Kemampuan menggambar merupakan perwujudan adanya impuls kreatif, yang merupakan hasil keturunan pada semua manusia. Impuls kreatif adalah kebutuhan dasar manusia yang dapat diekspresikan

¹⁶ Cornelis Katona, dkk, *At a Glance PSIKIATRI*, (Jakarta : Penerbit Erlangga, 2008), hlm. 28.

dalam banyak bentuk seni, seperti menulis, memahat, melukis, membuat syair, menari dan musik.¹⁷

Pada siklus II, setelah peneliti memberikan terapi menggambar kepada siswa Z, maka pada pertemuan tersebut ada peningkatan yakni siswa mampu berkomunikasi walau secara nonverbal dan dapat mengungkapkan apa yang sedang dirasakan. Hal ini sesuai dengan tingkah laku, ketegasan dalam merespon dan mimik wajahnya yang semakin percaya diri. Siswa yang lain juga mampu berkomunikasi dengan baik dari perilaku mereka dan gestur tubuhnya.

2. Faktor Pendukung dan Penghambat dalam menerapkan terapi menggambar dalam mengatasi kecemasan

Peneliti menemukan adanya penghambat dalam proses penerapan terapi menggambar, yaitu kurangnya fasilitas untuk penerapan terapi menggambar serta kurangnya ilmu yang dimiliki oleh peneliti. Selain itu, dalam proses penerapan terapi menggambar di SD Negeri Panempan 2 ini dilakukan kepada siswa Z yang sangat susah untuk diajak berkomunikasi secara verbal.

¹⁷ Sri Esti Wuryani, *Konseling dan Terapi Dengan Anak dan Orang Tua*, (Jakarta: PT. Grasindo, 2005), hlm. 363.