

PENGARUH ART THERAPY TERHADAP SELF-ESTEEM PASIEN SKIZOFRENIA

Rita Untari^{*1}, Maharso Adhi Nugroho²

^{1,2}Jurusan Terapi Okupasi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Surakarta, Indonesia

^{*}Corresponding Author, e-mail: ritauntari@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Skizofrenia merupakan suatu reaksi psikotik yang memiliki tanda pengunduran diri dari kehidupan sosial diikuti dengan gangguan pikiran, emosi, dan perilaku. Pengunduran diri dari kehidupan sosial akan berpengaruh terhadap rendahnya *self-esteem* dari pasien skizofrenia. Rendahnya *self-esteem* menyebabkan pasien skizofrenia kesulitan meluapkan atau mengekspresikan diri kepada lingkungan dan orang sekitar. *Art therapy* menjadi salah satu solusi untuk membantu mengurangi sikap negatif pada diri sendiri, mengeksplorasi perasaan, mengelola perilaku dan meningkatkan harga diri. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *art therapy* terhadap *self-esteem* pasien skizofrenia. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif *pre-experimental design* dengan metode *one group pre and post test design*. Sampel penelitian adalah pasien skizofrenia dengan gangguan pada *self-esteem* di RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta. Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan total 20 sampel. Alat pengumpulan data berupa kuesioner RSES (*Rosenberg Self-Esteem Scale*). Analisis uji hipotesis menggunakan uji-t berpasangan. **Hasil:** Sampel penelitian didominasi oleh jenis kelamin laki-laki (75%), berusia 26-35 tahun (40%), dan memiliki riwayat pendidikan terakhir paling banyak pada tingkat SMP (45%). Uji hipotesis menunjukkan hasil *p-value* 0,000 (<0,05) yang berarti adanya perbedaan signifikan pada *self esteem* sebelum dan sesudah melakukan aktivitas *art therapy*. **Kesimpulan:** Aktivitas *Art Therapy* berpengaruh terhadap *self-esteem* pada pasien skizofrenia di RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta.

Kata kunci: *Art Therapy*, *Self Esteem*, Skizofrenia

Abstract

Background: Schizophrenia is a psychotic reaction that has signs of withdrawal from social life followed by disturbances in thoughts, emotions, and behavior. Withdrawal from social life will affect the low self-esteem of schizophrenia patients. Low self-esteem causes schizophrenia patients to have difficulty expressing themselves to the environment and people around them. Art therapy is one solution to help reduce negative attitudes towards oneself, explore feelings, manage behavior, and increase self-esteem. **Objectives:** This study aims to determine whether there is an effect of art therapy on the self-esteem of schizophrenia

patients. **Methods:** This study uses a quantitative pre-experimental approach with the one-group pre and post-test design method. The research sample was schizophrenia patients with disorders in self-esteem at the Dr. Arif Zainudin Surakarta Mental Hospital. Sampling using purposive sampling with a total of 20 samples. The data collection tool was the RSES (Rosenberg Self-Esteem Scale) questionnaire. Hypothesis testing analysis used a paired t-test. **Results:** The research sample was dominated by male gender (75%), aged 26-35 years (40%), and had the most recent education history at junior high school level (45%). Hypothesis testing showed a p-value of 0.000 (<0.05) which means there is a significant difference in self-esteem before and after doing art therapy activities. **Conclusion:** Art Therapy activities have an effect on self-esteem in schizophrenia patients at RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta.

Keywords: *Art Therapy, Self-esteem, Schizophrenia*

PENDAHULUAN

Kondisi skizofrenia merupakan faktor besar kecacatan di seluruh dunia dan memiliki kecenderungan mengalami peningkatan risiko bunuh diri (NIMH, 2019). Menurut Safitri (2020) Skizofrenia merupakan suatu reaksi psikotik dengan tanda pengunduran diri dari kehidupan sosial, afektif yang terkadang diikuti dengan halusinasi dan delusi serta tingkah laku yang negatif, dan gangguan emosional. Pengunduran diri dari kehidupan sosial akan berpengaruh terhadap rendahnya harga diri dari Skizofrenia. Menurut Ramadhani, Rahmawati & Apriliyani (2021), sering terjadi pemisahan pada diri pasien yang mengalami skizofrenia sehingga jika dibiarkan akan memiliki dampak pada perubahan persepsi yang mengarah terhadap konsep diri yang negatif pada pasien, sehingga pasien akan memiliki harga diri rendah, merasa dirinya tidak mampu dan tidak berharga. Konsep diri tersebut jika terus tertanam maka akan meningkatkan kekambuhan pada pasien skizofrenia. Gangguan konsep diri pada skizofrenia diantaranya yaitu akan berpengaruh pada harga diri (*self esteem*) rendah.

Harga diri (*self esteem*) rendah merupakan perasaan tidak berharga, tidak bisa melakukan apa-apa, ataupun perasaan malu untuk kembali ke masyarakat (Susilaningih *et al.*, 2016). *Self Esteem* rendah berdampak pada kualitas hidup yang dimiliki individu kondisi skizofrenia karena kehidupan sosial mereka serta kesulitan untuk interaksi dengan orang lain (Brown *et al.*, 2014). Kondisi skizofrenia sering merasa tidak berguna karena adanya isolasi dan stigma sosial yang mengakibatkan menurunnya kualitas hidup serta berisiko mempunyai tingkat harga diri yang rendah (Kim & Jang, 2019). Individu dengan harga diri rendah cenderung memiliki kondisi penolakan, ketidakpastian, tidak terhormat, dan percaya dirinya berbeda dalam kondisi tidak berdaya. Individu juga merasa terisolasi, tidak dicintai, tidak mampu mengungkapkan dan membela diri sendiri, sehingga terlalu lemah menghadapi dan mengatasi kekurangan yang dimiliki (Susanto, 2018).

Adiputra (2013) menyatakan Kondisi skizofrenia yang mengalami harga diri rendah karena adanya isolasi dan stigma menyebabkan pasien skizofrenia kesulitan untuk meluapkan atau mengekspresikan diri kepada lingkungan dan orang sekitar, aktivitas yang dapat membantu meningkatkan harga diri adalah *Art Therapy*. Aktivitas *Art Therapy* merupakan suatu media seni untuk mengeksplorasi perasaan, memperbaiki konflik emosional,

menumbuhkan kesadaran diri, mengelola perilaku, mengembangkan keterampilan sosial, meningkatkan orientasi realitas dan meningkatkan harga diri. Penelitian Mulyawan & Agustina (2018), bahwa terdapat pengaruh terapi kreasi seni menggambar terhadap kemampuan melakukan kegiatan pada pasien dengan harga diri rendah yang dilakukan di RSJ dr. Soeharto Heerdjan Jakarta. Dari penelitian tersebut maka *Art Therapy* dapat menjadi media untuk meningkatkan harga diri. Salah satu bagian dari *Art Therapy* yaitu *mandala art* dengan mewarnai. Pewarnaan mandala efektif dalam mengurangi sikap negatif pada diri sendiri (Noor *et al.*, 2017). Perasaan negatif pada diri sendiri merupakan salah satu ciri dari harga diri rendah. *American art therapy association* (2017) *Art therapy* dapat membantu meningkatkan fungsi kognitif dan sensorimotor, meningkatkan *self esteem* dan *self awareness*, mengembangkan emosional pada resiliensi, meningkatkan *insight*, kemampuan sosial, menurunkan konflik dan tekanan yang ada, dan menumbuhkan perubahan sosial.

Salah satu jenis art therapy adalah *Mandala Art Therapy*. Pada *Mandala pattern* memiliki arti sebagai pola lingkaran yang di dalamnya mempunyai desain tertentu yang memiliki efek relaksasi serta memulihkan. Dampak yang di munculkan dalam kehidupan antara lain perubahan psikologis, rekonsiliasi, dan keutuhan batin menuju progres yang baik. *Mandala pattern coloring therapy* adalah salah satu terapi komplementer dan *art therapy*, *mandala pattern coloring therapy* menggunakan beberapa simbol antara lain simbol bintang, lingkaran, bunga, atau batu permata. *Mandala pattern coloring therapy* merupakan pewarnaan yang dilakukan pada pola geometris dalam bentuk melingkar. Pada saat individu berhasil memfokuskan pikiran serta perasaan, sehingga seseorang dapat melepaskan sementara beban pikiran dan perasaan yang dialami (Lee, 2018).

METODE

Pengumpulan data pada penelitian ini berupa hasil pengukuran pasien menggunakan kuesioner *Rosenberg Self-esteem Scale (RSES)*. Pengumpulan data dilakukan kepada pasien skizofrenia sebelum dan sesudah mendapatkan intervensi berupa *art therapy*. Setelah data RSES terkumpul, dilakukan interpretasi data. Data primer dalam penelitian ini yaitu identitas diri pasien, hasil pengukuran instrumen *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)*. Data sekunder penelitian ini didapatkan dari data rekam medis pasien di RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta yang diperlukan untuk mengetahui riwayat kondisi dan melakukan cek identitas pasien. Selain itu peneliti melakukan wawancara kepada petugas di RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta sebagai informasi tambahan untuk mengetahui status pasien yaitu lama atau baru dan mengetahui pasien sedang dalam fase akut atau tidak.

Pengambilan sampel menggunakan *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling*, dengan kriteria inklusi sebagai berikut : a) Pasien memiliki skor MMSE lebih dari 18 (gangguan kognitif ringan), b) Pasien memiliki skor RSES 0-20, c) Pasien skizofrenia yang bersedia sebagai subjek dalam penelitian, d) Pasien melakukan intervensi *mandala art therapy* minimal 8 kali sesi

Analisis univariat pada penelitian ini yaitu menggambarkan karakteristik jenis kelamin, usia, dan tingkat pendidikan. Analisis bivariat dalam penelitian ini untuk mengetahui pengaruh aktivitas *mandala art therapy* terhadap *self esteem* pasien kondisi skizofrenia di RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta. Data dalam penelitian ini adalah skala interval. Penelitian ini untuk

mengetahui uji beda antara hasil *pre* dan *post test*, analisis bivariat yang digunakan dengan *paired sample t-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut ini adalah hasil analisis univariat sampel yang merupakan data demografi sampel.

Tabel 1. Karakteristik sampel penelitian

Usia	Frekuensi	Persentase
17-25 tahun (remaja akhir)	3	15
26-35 tahun (dewasa awal)	8	40
36-45 tahun (dewasa akhir)	4	20
46-55 tahun (lansia awal)	5	25
Total	20	100
Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase(%)
Laki-laki	15	75
Perempuan	5	25
Total	20	100
Tingkat Pendidikan	Frekuensi	Persentase(%)
SD	2	10
SMP	9	45
SMA	5	25
SARJANA	4	20
Total	20	100
RSES Pre-Test	Frekuensi	Persentase(%)
<i>Self Esteem</i> Rendah (<10)	7	35
<i>Self Esteem</i> Rata-rata (11-20)	13	65
<i>Self Esteem</i> Tinggi (21-30)	0	0
Total	20	100
RSES Post-test	Frekuensi	Persentase(%)
<i>Self Esteem</i> Rendah (<10)	4	20
<i>Self Esteem</i> Rata-rata (11-20)	14	70
<i>Self Esteem</i> Tinggi (21-30)	2	10
Total	20	100

Dari tabel 1, Berdasarkan usia, sampel yang diteliti didominasi oleh sampel berusia 26-35 tahun sebanyak 8 orang (40%). Berdasarkan jenis kelamin, sampel yang diteliti didominasi oleh laki-laki yaitu sejumlah 15 orang (75%). Berdasarkan tingkat pendidikan, sampel yang diteliti didominasi oleh tingkat SMP yaitu 9 orang (45%). Berdasarkan pre-test menggunakan instrumen RSES, sampel yang diteliti didominasi oleh kategori rata-rata yaitu 13 orang (65%). Berdasarkan post-test menggunakan instrumen RSES, sampel yang diteliti didominasi oleh kategori rata-rata yaitu 14 orang (70%). Rata-rata skor RSES sebelum dan sesudah intervensi terdapat pada table 2 berikut.

Tabel 2. Rata-rata skor RSES pre-test dan post-test

	Pre-test	Post-test	Delta
Rata-rata skor RSES	13,5	14,6	1,1

Uji hipotesis dilakukan dengan *paired sample t-test* terdapat pada tabel 3 berikut :

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Sig (2-tailed)	Keterangan
Self-esteem (Pre test dan prost test)	0,00	<0,05

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hasil *paired sample t-test* memperoleh angka signifikansi 0,00, $p\text{-value} < 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian intervensi *art therapy* terhadap *self esteem* pasien skizofrenia di RSJD Dr. Arief Zainudin Surakarta.

Secara keseluruhan sampel pada penelitian ini berada di kategori harga diri rata-rata, setelah dilakukan aktivitas *mandala art therapy* terjadi perubahan adanya peningkatan *self esteem* (Tabel 1). Hasil yang telah dilakukan dengan analisis komparatif menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pelaksanaan aktivitas *art therapy* (Tabel 3). Data yang diuji dengan menggunakan uji parametrik *paired sampel t-test* dengan hasil nilai sig 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$), hal ini berarti terdapat pengaruh aktivitas *Mandala Art therapy* terhadap *Self Esteem* pasien dengan kondisi skizofrenia di RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta. Wolfe (2019) berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa intervensi terapi seni dengan mandala berdampak pada harga diri, terjadi peningkatan untuk skor harga diri positif, setelah melakukan intervensi sampel melakukan refleksi diri dengan menceritakan pengalaman serta perasaan yang dialami selama mengikuti kegiatan.

American Art Therapy Association (2017) mendefinisikan *art therapy* sebagai suatu intervensi untuk mendukung kesehatan mental yang menggunakan media seni, proses kreatif dan karya seni yang dihasilkan untuk mengeksplorasi perasaan mendamaikan konflik emosional, meningkatkan kesadaran diri, mengelola perilaku dan kecanduan, mengembangkan keterampilan sosial, meningkatkan orientasi realitas, mengurangi kecemasan dan meningkatkan harga diri dalam setting kelompok.

Art therapy yang dilakukan secara individu maupun berkelompok dapat berfungsi untuk mengekspresikan emosi yang sedang muncul atau dirasakan pada diri individu menggunakan media seni, material seni, dengan pembuatan karya seni untuk berkomunikasi (Rahmawati *et al.*, 2019). Bollu & Glaister (2003) menyatakan bahwa *art therapy* sebagai proses penyembuhan yang menggunakan gambar atau lukisan sebagai media untuk melakukan identifikasi, mengeksplorasi serta mengubah konsep diri dan perilaku individu. *Art therapy* mencakup berbagai kegiatan seni seperti menggambar, mewarnai, melukis, menari, puisi, fotografi, melihat dan menilai karya orang lain (Hallowell, 2007).

Mulyawan & Agustina (2018) mengatakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan pasien dengan gangguan *self esteem* adalah dengan menerapkan terapi kreasi seni sehingga didapatkan hasil bahwa ada pengaruh peningkatan dalam harga diri pasien.

Kegiatan *art therapy* dinilai dapat membantu sampel untuk bisa berinteraksi dengan sampel lain yang memiliki karakteristik sama sehingga dapat meningkatkan *self esteem* mereka (Rahmawati *et al.*, 2019). Menurut Mulyawan & Agustina (2018) bahwa seseorang dengan harga diri rendah wajib diberikan terapi salah satu terapi yang dapat dilakukan adalah terapi kreasi seni dengan tujuan agar dapat melakukan kegiatan secara mandiri dan mampu mengevaluasi aspek positif terhadap diri sendiri, manfaat dari terapi kreasi seni adalah seseorang dengan harga diri rendah dapat mengekspresikan perasaan dan dapat mengingat kegiatan positif yang dapat dilakukan sehingga dapat melakukan kegiatan secara mandiri dan lebih percaya diri terhadap kemampuan diri.

Mandala art therapy menurut Slegelis (1987), seni *coloring* mandala atau mewarnai mandala merupakan salah satu teknik psikoterapi yang berfokus pada penyembuhan. Mewarnai mandala berbeda dengan mewarnai pada umumnya yaitu memiliki pola yang khas berupa bentuk garis lengkung atau lingkaran-lingkaran dan berpola geometris yang dinilai tidak hanya memiliki nilai estetika yang baik namun mampu untuk memulihkan keadaan psikologis (Holbrook & Comer, 2017).

Anderson (2017) mengemukakan bahwa individu dapat mengekspresikan diri secara simbolis dan menemukan ketenangan pikiran melalui aktivitas *coloring* mandala. Aktivitas mewarnai bentuk simetris, pola dan kompleksitas mandala membantu menciptakan fokus dan membawa pada keadaan relaksasi (Curry & Kasser, 2005). Mewarnai merupakan suatu teknik relaksasi karena gerakan pensil warna yang berulang memberikan efek tenang (Malchiodi, 2010).

Anderson (2017), kegiatan mewarnai geometri mandala dengan garis lengkung horizontal yang melewati titik di tengah merupakan suatu representasi diri, menghadirkan diri, membantu memusatkan perhatian kepada diri. (Noor *et al.*, 2017) mengungkapkan bahwa pewarnaan mandala efektif dalam mengurangi sikap negatif pada diri sendiri. Pemberian terapi mewarnai gambar dapat mempengaruhi mekanisme koping, meningkatkan hormon endorfin dan menurunkan hormon adrenalin, sehingga dapat membantu mengembalikan fungsi fisik, mental, sosial dan emosional yang mendukung peningkatan konsep diri (Hendrita & Ratih, 2023).

Dalam proses terapi seni dengan mandala melalui warna, proses seni, simbol dan makna yang dibuat membantu sampel untuk dapat mengidentifikasi dirinya memiliki distorsi kognitif negatif dan meningkatkan harga diri mereka (Wolfe, 2019). Pemilihan warna yang dituangkan dalam pola mandala menjadi salah satu bagian dari proses terapi. Menurut Lebond (2017) warna dapat mempengaruhi psikologi, emosi serta cara bertindak manusia. Warna juga bisa menjadi bentuk dari komunikasi non-verbal yang bisa menjadi pengungkapan pesan secara instan dan lebih bermakna. Ilmu psikologi warna mengkaji tentang bagaimana warna dapat mempengaruhi mood dan tingkah laku, yang merupakan ilmu pengetahuan yang relatif baru (Retno, 2017). Menurut Kaina (2004) efek dari warna dapat menimbulkan daya tarik yang membuat seseorang menjadi semakin bergairah terhadap sesuatu hal. Makna beberapa warna yang digunakan seperti warna kuning dapat memberikan suasana lebih hidup dan

energik, selain itu dapat memberikan keinginan untuk semakin produktif. Warna merah melambangkan energi, semangat, dan kekuatan. Warna hijau memiliki efek menenangkan dan bisa meredakan kecemasan dan stres. Warna biru dapat menciptakan sensasi kedamaian, tenang dan lembut, dapat menenangkan pikiran, memperlambat detak jantung, menurunkan tekanan darah (Angela *et al.*, 2021). Hinz (2015) mengemukakan bahwa tingginya penggunaan warna gairah yang digunakan oleh individu bertujuan untuk mengekspresikan emosi yang tersembunyi. Penggunaan warna gelap dan terang juga dapat melambangkan keadaan emosional dalam penggambaran peristiwa yang dialami (Hass-Cohen *et al.*, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Wolfe (2019) dijelaskan bahwa data kuantitatif yang digunakan diperkuat dengan cara melakukan diskusi, refleksi diri tertulis, dan peneliti analisis catatan lapangan yang diambil selama penelitian. Proses pembuatan mandala sebagai simbol membutuhkan waktu untuk pengerjaan, cara pembuatan mandala mendorong sampel untuk peduli kepada sampel lain terkait dengan kecepatan dalam pengerjaan, agar sampel yang lain lebih tenang dalam menyelesaikan tugas. Arahan terapi seni dan proses kreatif telah dicatat tentang bagaimana melambangkan proses refleksi diri, kesadaran, interaksi sosial, perubahan, dan penyembuhan (Becker, 2015).

Pada penelitian ini kegiatan *sharing* dilakukan setelah aktivitas mewarnai mandala selesai, peneliti bertanya pada sampel satu per satu tentang perasaan dan kesan setelah mengikuti kegiatan terapi ini. Selain itu peneliti juga dapat bertanya pada sampel apakah ada yang ingin bercerita mengenai pemilihan warna dan apa makna warna yang dituangkan ke pola mandala pada masing-masing sampel. Kegiatan *sharing* atau bercerita dapat membantu meningkatkan harga diri.

Terapi dilakukan secara berkelompok dengan stimulasi persepsi bercerita tentang pengalaman positif yang dimiliki memberikan pengaruh positif terhadap harga diri sehingga dapat memudahkan untuk bersosialisasi dengan baik di lingkungan sekitar (Hermawan & Suerni, 2016). Pemberian aktivitas terapi dengan bercerita secara berkelompok dapat membantu untuk meningkatkan persepsi positif sehingga dapat berpengaruh terhadap peningkatan harga diri (Rochma *et al.*, 2021).

SIMPULAN

Penelitian ini didapatkan hasil bahwa nilai p-value ($p < 0,005$) artinya terdapat pengaruh intervensi art therapy terdapat *self esteem* pada pasien skizofrenia di RSJ Dr Arief Zainudin Surakarta. Implikasi klinis hasil penelitian ini adalah intervensi *art therapy* terbukti mampu melatih meningkatkan *self esteem* pasien. Dengan demikian, hasil penelitian ini bisa dimanfaatkan oleh terapis okupasi dan tim rehabilitasi psikososial untuk memperbaiki *self esteem* pasien.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhiputra, A. A. (2013). *Bimbingan dan Konseling: aplikasi di sekolah dasar dan taman kanak-kanak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- American Art Therapy Association. (2017). *Definition of Art Therapy*. Alexandria, VA: American Art Therapy Association.
https://www.arttherapy.org/upload/2017_DefinitionofProfession.pdf.
- Anderson, K. (2017). *Effects of coloring mandalas on state-anxiety reduction with a*

- focus on big-five personality traits*. New London: Psychology Honors papers.
<http://digitalcommons.conncoll.edu/psychhp/68>
- Angela, B., Damajanti, M. N., & Muljosumarto, C. (2021). Perancangan activewear untuk mendukung kesehatan mental dengan pendekatan psikologi warna. *Doctoral dissertation*: Petra Christian University. <https://repository.petra.ac.id/id/eprint/19664>
- Becker, C. J. (2015). Integrating art into group treatment for adults with post- traumatic stress disorder from childhood sexual abuse: A pilot study. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 32(4), 190-196.
<https://doi.org/10.1080/07421656.2015.1091643>
- Bollu, M. *Psychological Intervention : A guide to Strategies* (1995), (american: Westport C. T. Prager Publish American Association, 2003), 28
https://books.google.co.id/books/about/Psychological_interventions.html?id=f3FHAAAAMAAJ&redir_esc=y
- Brown, E. C., Tas, C., Can, H., Esen-Danaci, A., & Brüne, M. (2014). A closer look at the relationship between the subdomains of social functioning, social cognition and symptomatology in clinically stable patients with schizophrenia. *Comprehensive Psychiatry Journal*, 55(1), 25–32. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2013.10.001>
- Curry, N. A., & Kasser, T. (2005). Can mandallas reduce anxiety?. *Art Therapy: Journal of the american art therapy association*, 22, 81-85.
- Hallowell, L. (2007). *Art Therapy Program-Children Cancer Centre*. Australia: The Royal Childrens Hospital Melbourne.
http://www.rch.org.au/ept/art/index.cfm?doc_id=7693
- Hass-Cohen, N., Clyde-Findlay, J. Carr, R & Vanderlan, J. (2014). Check change what you need to change and/or keep what you want. An art therapy neurobiological-based trauma protocol. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 31(2), 69-78. <https://doi.org/10.1080/07421656.2014.903825>
- Hendrita, N. ., & Ratih Bayuningsih. (2023). Pengaruh pemberian terapi bermain: mewarnai gambar terhadap tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi di rs rawalumbu. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 6(2), 66–73.
<https://doi.org/10.32584/jika.v6i2.2312>
- Hermawan, D., & Suerni, T. (2016). Pengaruh stimulasi persepsi; bercerita tentang pengalaman positif yang dimiliki terhadap harga diri pada pasien harga diri rendah di rsjd dr. Amino gondohutomo, *Karya Ilmiah*, Poltekkes Kemenkes Semarang.
<http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/ilmukeperawatan/article/view/528>
- Hinz, L. D. (2015). Expressive therapies continuum: Use and value demonstrated with case study. *Canadian Art Therapy Association Journal*, 28(2), pp. 43-50. <https://doi.org/10.1080/08322473.2015.1100581>
- Holbrook, R. L., & Comer, D. R. (2017). Mandalas: A Simple Project to Explore Creativity. *Sage Journals*, 2(3), 202–210.
<https://doi.org/10.1177/2379298117709782>
- Kim, E. Y., & Jang, M. H. (2019). The Mediating Effects of Self-Esteem and Resilience on the Relationship Between Internalized Stigma and Quality of Life in People with Schizophrenia. *Asian Nursing Research*, 13(4), 257–263. doi: <https://doi.org/10.1016/j.anr.2019.09.004>

- Lee, SL (2018). Why Color mandalas? A Study of Anxiety-Reducing Mechanisms. *Journal: The Chinese University of Hong Kong*, 35 (1), 35-41. <https://doi.org/10.1080/07421656.2018.1459105>
- Lebond, B. (2017). Arti dan Pengaruh Warna bagi Psikologi Manusia. Warna dapat mempengaruhi mood. *Psikologi Online*, <https://psyline.id/arti-dan-pengaruh-warna-bagi-psikologi-manusia/>
- Malchiodi, C. (2010). *Cool art therapy intervention: mandalas drawing*. United States: Psychology Today.
- Mulyawan, M., & Agustina, M. (2018). Terapi Kreasi Seni Menggambar Terhadap Kemampuan Melakukan Menggambar Bentuk pada Pasien Harga Diri Rendah. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 8(01), 380-387. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v8i01.325>
- National Institute of Mental Health. (2019). *Schizophrenia Definition Age-Of-Onset for Schizophrenia Prevalence of Schizophrenia Burden of Schizophrenia*. Bethesda, MD: Department of Health and Human Services. <https://www.nimh.nih.gov/health/statistics/schizophrenia>
- Noor, SM, Saleem, T., Azmat, J., & Arouj, K. (2017). Pewarnaan mandala sebagai intervensi terapeutik untuk pengurangan kecemasan pada mahasiswa. *Jurnal Medis Angkatan Bersenjata Pakistan*, 67 (6), 904-07. <https://pafmj.org/PAFMJ/article/view/1040>
- Rahmawati, A. N., Ramadhani, A. S., & Apriliyani, I. (2021). Studi Kasus Harga Diri Rendah Kronis Pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Notokusumo*, 9(2), 13-23. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Notokusumo. <https://jurnal.stikes-notokusumo.ac.id/index.php/jkn/article/view/117/91>
- Rahmawati, I., Hapsari, H. I., & Suryani, E. (2019). Pengaruh pemberian art therapy terhadap self esteem pada pasien anak dengan leukemia di rumah sakit. *Jurnal Ilmu Kesehatan Media Husada*, 8(1), 8-14. <https://doi.org/10.33475/jikmh.v8i1.190>
- Retno, D. (2017). 17 Pengaruh Warna Terhadap Psikologi Manusia. *Dosen Psikologi*, <https://dosenpsikologi.com/pengaruh-warna-terhadap-psikologi-manusia>
- Rochma, A., Lestari, R., & Supriati, L. (2021). Terapi Kelompok Ulasan Hidup Dapat Meningkatkan Harga Diri Lansia. *Journal: Community Medicine and Public Health of Indonesia Journal*. 2(1). 37-43. <https://doi.org/10.37148/comphijournal.v2i1.47>
- Rosenberg, M. (1965). *Rosenberg self-esteem scale (RSES)*. Acceptance and commitment therapy. Measures package. New York: Basic Books, 61(52), 18.
- Safitri, A. (2020). Studi Literatur: Asuhan Keperawatan Keluarga Penderita Skizofrenia Dengan Gangguan Konsep Diri: Harga Diri Rendah Kronis. *Doctoral dissertation: Universitas Muhammadiyah Ponorogo*. <http://eprints.umpo.ac.id/id/eprint/6103>
- Slegelis, M.H. (1987). A Study of Jung's mandala and its relationship to art psychotherapy. *Pergamons Journals*, 14, 301-311. [https://doi.org/10.1016/0197-4556\(87\)90018-9](https://doi.org/10.1016/0197-4556(87)90018-9)
- Susanto, A. (2018). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Susilaningsih, I., Syamsudin, S., & Astriyanto, R. (2016). Lama Dirawat Dengan Keadaan Harga Diri Pasien Skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 2(1), 14-21. <https://www.ejournal.akperkbn.ac.id/index.php/jkbb/article/view/21>
- Wolfe, M. (2019). The Role of Art Therapy in Self-Esteem Levels Among Female Victims of Trauma and Abuse . *Doctoral dissertation: Saint Marry of the woods, Indiana*.