

---

## Edukasi Kesehatan Mental Anak Binaan di LPKA Kelas I Tangerang melalui *Art Therapy*

---

Ulul Hidayah<sup>1\*</sup>, Suci Rahmawati Prima<sup>2</sup>, Rosiana Nurwa Indah<sup>3</sup>, Naufal Shidqi Laras<sup>4</sup>, Nur Atika<sup>5</sup>

Universitas Terbuka

[ulul-hidayah@campus.ut.ac.id](mailto:ulul-hidayah@campus.ut.ac.id)<sup>\*</sup>

### ABSTRACT

*Poor adolescent mental health can lead to juvenile delinquency, leading to legal action, and ultimately to detention in a Special Child Development Institution (LPKA). Children in LPKA experience complex and dynamic emotional states. Therefore, this Community Service (PKKM) activity aims to educate these children on maintaining their mental health. This service activity includes a mental health seminar and an emotional management workshop through art therapy, led by a professional psychologist. The seminar provided participants with material on the definition of emotion, the various types of emotions, and how to manage them. The results of this PkM activity indicate a change in the children's understanding of mental health and a feeling of well-being after participating in the seminar. In the art therapy workshop, participants were guided to release their emotions by drawing freehand lines, connecting lines, and adding touches of colour. This drawing therapy process not only calms the mind but also helps them identify and manage hidden emotions and develop healthy coping mechanisms to face challenges. Reflection results showed that the children felt happier and calmer after participating in the art therapy workshop.*

**Keywords:** Art Therapy, Foster Child, LPKA Class 1 Tangerang, Mental Health.

### ABSTRAK

Kesehatan mental remaja yang tidak baik dapat mendorong kenakalan remaja yang melanggar hukum hingga harus berada dalam Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA). Anak binaan dalam LPKA memiliki kondisi emosional yang kompleks dan dinamis. Sehingga, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada anak binaan tentang menjaga kesehatan mental. Kegiatan pengabdian ini berupa seminar kesehatan mental dan workshop pengelolaan emosi melalui *art therapy* dengan narasumber profesional seorang psikolog. Kegiatan seminar anak binaan mendapatkan materi tentang definisi emosi, ragam emosi, serta cara mengelola emosi. Hasil dari kegiatan PkM ini menunjukkan bahwa terjadi perubahan pemahaman kesehatan mental pada anak binaan dan perasaan yang lebih baik setelah mengikuti kegiatan seminar. Pada kegiatan workshop *art therapy*, peserta dipandu untuk dapat merilis emosi dengan menggambar garis bebas, menghubungkan garis, hingga memberikan sentuhan warna. Proses terapi menggambar ini tidak hanya menenangkan pikiran, tetapi juga membantu mereka mengidentifikasi dan mengelola emosi tersembunyi, serta mengembangkan mekanisme coping yang sehat untuk menghadapi tantangan. Hasil refleksi menunjukkan anak binaan merasa senang dan lebih tenang setelah mengikuti kegiatan workshop *art therapy*.

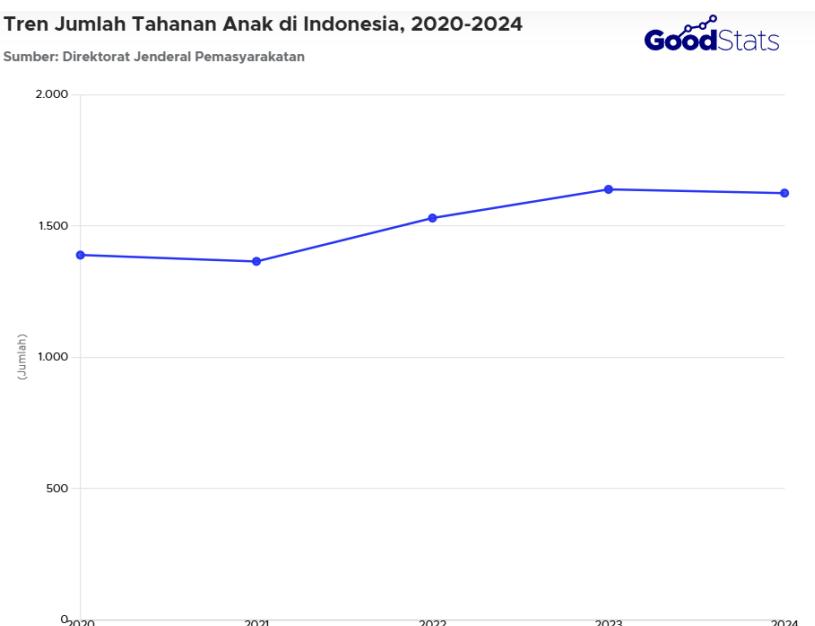
**Kata Kunci:** Anak Binaan, *Art Teraphy*, Kesehatan mental, LPKA Kelas 1 Tangerang.

### PENDAHULUAN

Kesehatan mental adalah kondisi kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial seseorang yang memengaruhi cara kita berpikir, merasa, dan bertindak dalam menghadapi hidup (Pramudita et al., 2024; Rahman et al., 2024). Dengan kondisi mental yang sehat seorang individu yang mampu mengatasi stres, mengambil keputusan yang bijak dalam hidup, dan dapat

berinteraksi secara efektif dengan individu lainnya atau dalam kelompok (Herbowo, 2024). Kesehatan mental mencakup aspek-aspek seperti emosi, kognitif, dan perilaku. Kondisi kesehatan mental sangat penting untuk dijaga karena dapat mempengaruhi kualitas hidup, hubungan sosial, dan kemampuan untuk berfungsi secara efektif dalam kehidupan sehari-hari (Laksmi & Jayanti, 2023; Suwijk & A'yun, 2022).

Kesehatan mental bagi remaja menjadi suatu hal yang penting dan mendapatkan perhatian khusus (M. S. Ningrum et al., 2022; Ruimassa, 2023). Hal ini dikarenakan, masa remaja adalah masa transisi yang signifikan dalam kehidupan. Remaja menghadapi banyak perubahan fisik, emosi, dan sosial yang dapat mempengaruhi kesehatan mental mereka (Laela et al., 2025; Rahmawaty & Silalahiv, 2022). Masa remaja adalah masa transisi dimana mereka harus beradaptasi dengan perubahan fisik, masa membangun kepercayaan dan identitas diri, serta peningkatan tanggung jawab sosial (S. Hamidah & Rizal, 2022; Maharani, 2024; Ramadhan et al., 2025). Kesehatan mental remaja yang tidak baik akan meningkatkan risiko kenakalan remaja. Kenakalan remaja dapat berupa tindakan yang melanggar hukum, mengganggu ketertiban umum, atau merugikan diri sendiri dan orang lain. Penyimpangan tersebut meliputi tawuran antar kelompok remaja, penyalahgunaan NAPZA, perilaku seksual yang berisiko, kriminalitas dan vandalisme (Ronanda et al., 2024). Hal tersebut menjadi cara untuk mengatasi perasaan negatif mereka. Gangguan kesehatan mental remaja ditunjukkan dengan perilaku kenakalan sebagai cara untuk mengatasi perasaan negatif mereka. Kenakalan tersebut dapat mengantarkan remaja masuk dalam Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA).



**Gambar 1.** Tren Jumlah Tahanan Anak di Indonesia tahun 2020-2024  
Sumber: <https://data.goodstats.id/>

Dalam kurun waktu lima tahun dari 2020 hingga 2024, jumlah tahanan anak di Indonesia menunjukkan tren data yang fluktuatif. Pada tahun 2024 terdapat 1.639 anak binaan pemasyarakatan yang terdiri dari 1.617 anak laki-laki dan 22 anak perempuan. Angka tersebut relatif lebih tinggi jika dibandingkan dengan tahun 2020 sebanyak 1.365 anak binaan dengan 1.348 laki-laki dan 17 perempuan. Berdasarkan data Direktorat Jendral Pemasyarakatan setidaknya terdapat 33 LPKA yang tersebar di seluruh Indonesia.

Anak binaan di LPKA memiliki kondisi emosional yang kompleks dan dinamis, seperti trauma, kecemasan, stres, bahkan hingga depresi. Adanya masalah keluarga dapat menjadi pendorong seorang anak melakukan tindakan pidana dan penyimpangan sosial. Kurangnya dukungan sosial dari keluarga dan masyarakat menimbulkan kecemasan yang berlebih pada anak binaan. Tidak adanya harapan dan tujuan hidup yang jelas dapat memicu depresi pada anak binaan dan gangguan kesehatan mental. Tidak adanya keterampilan hidup membuat anak menjadi kehilangan kepercayaan diri dalam hidup dimasyarakat. Sehingga hal ini membutuhkan pendekatan yang holistik dan terintegrasi dalam mengurai permasalahan yang dihadapinya (Simanjuntak, 2024).

Anak binaan selalu menghadapi rasa takut dan cemas atas penolakan masyarakat; ketakutan melakukan kesalahan yang sama; ketidakmampuan untuk bertahan hidup dan ketidakmampuan mencari pekerjaan yang layak. Sehingga, menjaga kesehatan mental anak binaan di LPKA menjadi suatu kebutuhan utama dalam proses pembinaan dan rehabilitasi (Sukadana, 2023). Pendampingan diberikan sebagai bentuk dukungan sosial serta menangani perasaan kecemasan dan trauma yang dialami anak binaan. Salah satu media yang efektif dalam pendampingan kesehatan mental pada remaja adalah melalui *Art Therapy* (D. P. Ningrum et al., 2024). *Art Therapy* merupakan salah satu bentuk terapi yang menggunakan seni sebagai media untuk mengungkapkan dan mengolah emosi, pikiran, dan pengalaman (Aiyuda, 2019). Jenis seni yang dapat dijadikan sebagai alat terapi meliputi seni lukis, seni rupa, seni musik, seni tari, seni drama, seni fotografi, serta seni kriya/kerajinan tangan (Suhara et al., 2025). *Art Therapy* dapat membantu individu untuk mengungkapkan emosi dan pikiran yang tersembunyi, mengolah trauma dan pengalaman yang menyakitkan, meningkatkan kreativitas dan imajinasi, meningkatkan kesadaran diri dan memahami diri sendiri (W. Hamidah & Falah, 2023).

LPKA Tanggerang merupakan lembaga pembinaan kelas I yang dibangun sejak tahun 1925 pada masa Hindia Belanda dengan kapasitas maksimal 220 anak (Adipradipo et al., 2019). LPKA

Kelas I Tanggerang membina 145 anak dengan usia 14 hingga 18 tahun. Anak-anak binaan di LPKA Kelas 1 Tangerang membutuhkan edukasi tentang kesehatan mental untuk menjaga dan mengelola emosi. Kesehatan mental yang dimiliki anak binaan akan membentuk kepribadian baik dalam mendukung proses dan pasca rehabilitasi. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan wawasan tentang kesehatan mental remaja bagi anak binaan di LPKA Kelas 1 Tangerang. Program tersebut diharapkan dapat membantu anak-anak binaan dalam pengelolaan emosi diri, sehingga mendukung terbentuknya karakter yang positif.

## METODE PELAKSANAAN

Dalam pelaksanaan PKM ini berupa seminar dan workshop Art Therapy sebagai bentuk pendampingan kesehatan mental anak binaan pemasyarakatan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas I Tangerang. Peserta yang akan dilibatkan adalah para anak binaan yang ada di LPKA Kelas 1 Tanggerang dengan total 125 anak. Adapun uraian tahapan kegiatan adalah sebagai berikut:

1. Seminar Kesehatan mental: Tim PKM melakukan sosialisasi dengan *Forum Group Discussion* (FGD) terkait pelaksanaan PKM dengan mitra, yaitu Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas I Tangerang. Kegiatan tersebut berbentuk seminar yang menjelaskan tentang pentingnya menjaga kesehatan mental, permasalahan kesehatan mental, cara menyembuhkan dan merawat kesehatan mental. Pada kegiatan tersebut anak binaan pemasyarakatan akan belajar cara mengelola emosi stres, kecemasan dan depresi; membangun keseimbangan dan kekuatan mental; serta strategi menghadapi tekanan sosial.
2. Pelatihan *Art Teraphy (Neurographic Art)*: kegiatan melukis ini dapat meningkatkan kreatifitas dan imajinasi anak binaan sehingga mereka dapat mengekspresikan emosinya dalam coretan-coretan abstrak yang bernilai seni. Kegiatan ini merupakan workshop yang melatih anak-anak binaan untuk dapat menjadikan gambar sebagai ruang untuk release stress.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### **Seminar Kesehatan Mental untuk Anak Binaan di LPKA Kelas 1 Tangerang**

Kegiatan pendampingan kesehatan mental anak binaan di LPKA Kelas I Tangerang diawali dengan kegiatan seminar. Seminar merupakan kegiatan pembelajaran yang melibatkan pertukaran pengetahuan dan pengalaman yang berharga, sehingga dapat terjadi penyampaian aspirasi dan ide inovatif, penyebaran informasi penting, peningkatan kompetensi peserta, serta pertukaran pikiran mengenai isu tertentu (Savalas et al., 2022). Kegiatan tersebut bertujuan untuk memahami pentingnya menjaga kesehatan mental, cara mengelola stres, kecemasan dan depresi, membangun keseimbangan dan kekuatan mental serta strategi menghadapi tekanan sosial. Kegiatan PKM ini melibatkan anggota tim yang terdiri dari dosen dan mahasiswa serta narasumber dari psikolog (Gambar 2).



**Gambar 2.** Tim Fasilitator kegiatan PkM dan Peserta Sosialisasi Kesehatan Mental

Pada kegiatan sosialisasi kesehatan mental remaja di LPKA Kelas I Tangerang berisikan materi tentang pengertian emosi, bentuk-bentuk emosi, dan manajemen emosi (Gambar 3). Berbagai materi ini penting diberikan karena anak-anak yang di LPKA merupakan anak yang sedang berhadapan dengan hukum sehingga mereka perlu mengelola emosi yang dimiliki. Kemampuan pengelolaan emosi yang baik akan memberikan dampak positif yaitu menjadi pribadi yang mudah beradaptasi dengan segala situasi, bahagia, empati, bertanggung jawab dan memiliki fokus yang optimal (Amanullah, 2022).

Hasil yang telah didapatkan dalam sosialisasi kesehatan mental bagi anak binaan di LPKA Kelas 1 Tangerang yakni berdasarkan hasil rekapitulasi kuesioner lembar refleksi, kegiatan seminar di LPKA Kelas I Tangerang menunjukkan dampak positif terhadap kondisi emosional anak binaan. Sebagian besar peserta mengaku merasa "lebih baik" atau memiliki dorongan untuk "lebih

memahami" materi setelah mengikuti seminar. Ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang bersifat reflektif mampu menjadi wadah bagi anak-anak untuk mulai mengenali, memahami, dan mengekspresikan kondisi emosional mereka dengan lebih terbuka. Kegiatan semacam ini penting karena mayoritas responden sebelumnya mengaku kesulitan dalam mengelola emosi, yang mencerminkan kebutuhan akan intervensi psikososial berkelanjutan di lingkungan pemasyarakatan anak.

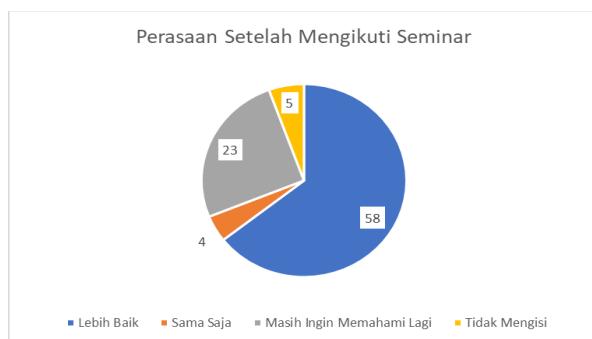


**Gambar 3.** Psikolog menyampaikan materi tentang kesehatan mental remaja

Hasil survei terhadap 90 anak binaan di LPKA Kelas I Tangerang menunjukkan bahwa 58 anak atau 64,4% anak merasa lebih baik setelah mengikuti seminar pengelolaan emosi, 23 atau 25,6% masih ingin memahami lagi, 4 anak atau 5,6% merasa sama saja, dan 5 anak atau 4,4% tidak mengisi. Ini menunjukkan bahwa seminar memiliki dampak positif awal dalam meningkatkan kesadaran emosional anak, meskipun sebagian masih memerlukan pendampingan lebih lanjut. Hal ini menunjukkan bahwa anak-anak sudah mulai mengetahui regulasi emosi mereka. Regulasi emosi adalah kemampuan individu untuk memonitor, mengevaluasi dan memodifikasi yang muncul untuk mencapai tujuan yang meliputi kemampuan mengatur perasaan, reaksi fisiologis, cara berpikir, dan respon emosi (ekspresi wajah, tingkah laku dan nada suara), sehingga dapat diekspresikan secara tepat dengan lingkungan (Nurmalita & Hidayati, 2014).

Berdasarkan Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2012, pembinaan anak harus bersifat edukatif dan memulihkan. Prinsip ini diperkuat oleh teori Kecerdasan Emosional Goleman, yang menekankan pentingnya melatih emosi. Remaja sering kali kesulitan mengendalikan emosinya karena kurangnya pemahaman terhadap perasaan dan peristiwa yang mereka alami. Hal ini membuat mereka kesulitan mengelola emosi saat menghadapi masalah (Mizan & Uce, 2025). Pengenalan kesehatan mental adalah langkah awal yang efektif untuk memberikan pemahaman dasar,

pendekatan ini perlu dilanjutkan dengan metode yang lebih mendalam, seperti konseling dan pendampingan psikososial, agar perubahan yang terjadi bisa lebih menyeluruh dan berkelanjutan. Hal ini dikarenakan remaja akan terus berkembang dan melewati berbagai fase, termasuk fase pencarian identitas diri. Lingkungan sosial memiliki peran penting dalam membentuk identitas remaja (Sinambela et al., 2025).



**Gambar 4.** Visualisasi Data Perasaan Anak Binaan Setelah Mengikuti Seminar Sosialisasi

#### **Pelatihan tentang *Art Teraphy (Neurographic Art)* untuk Anak Binaan di LPKA Kelas 1 Tangerang**

Setelah anak binaan mendapatkan materi tentang pentingnya kesehatan mental sesi selanjutnya adalah workshop *Neurographic Art*. *Neurographic Art* dapat memperbaiki kualitas hidup seorang manusia dalam proses konseling (Sholichah et al., 2024). Peserta dipandu langkah demi langkah untuk membuat karya *Neurographic Art* mereka sendiri, diawali dengan menggambar garis bebas, menghubungkan garis, hingga memberikan sentuhan warna (Gambar 6). Selama proses ini, para dosen dan mahasiswa secara aktif memberikan bimbingan personal dan dukungan emosional kepada setiap peserta. Sesi diakhiri dengan diskusi dan refleksi mengenai pengalaman mereka selama workshop, memungkinkan peserta untuk berbagi perasaan dan pemahaman baru yang mereka dapatkan.



**Gambar 6.**

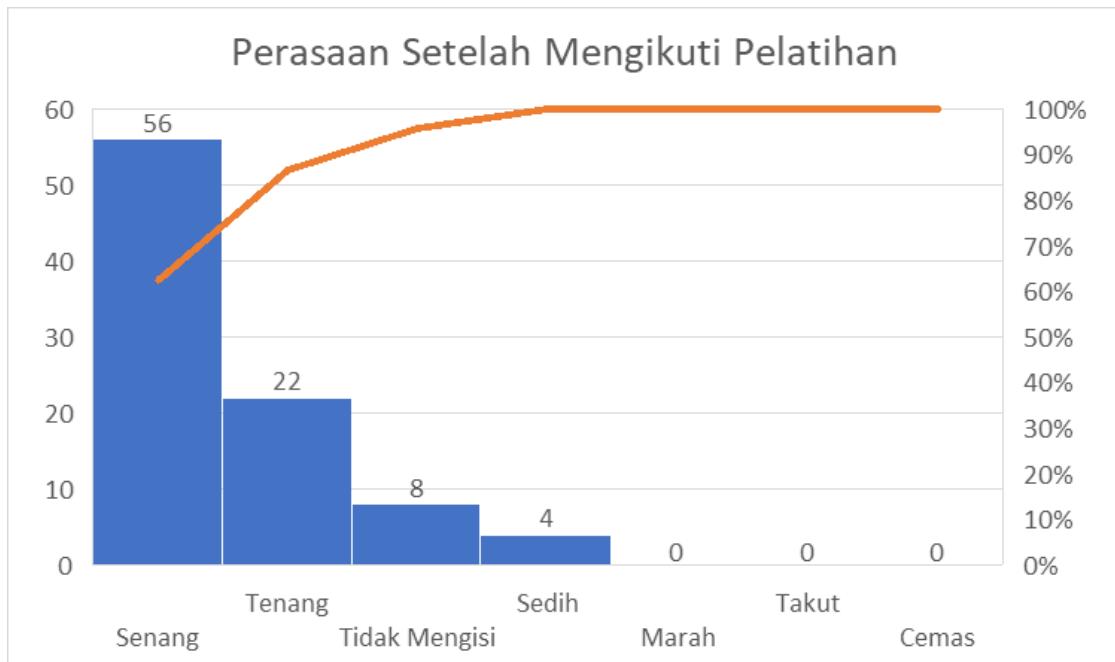
Workshop *Neurographic Art* yang dipandu oleh Psikolog dan didampingi oleh fasilitator.

Pelatihan *Neurographic Art* atau kegiatan menggambar ini dapat meningkatkan kreatifitas dan imajinasi anak binaan sehingga mereka dapat mengekspresikan emosinya dalam coretan-coretan abstrak yang bernilai seni. Dalam pelatihan ini mitra diajarkan bagaimana cara membuat pola dan tema dalam *Neurographic art* sebagai bentuk refleksi diri, mengurangi stress, kecemasan, dan menghasilkan produk yang memiliki nilai. Metode menggambar intuitif ini memadukan unsur psikologi dan seni untuk membantu anak-anak binaan melepaskan stres, memproses emosi, dan mencapai pemahaman diri melalui ekspresi kreatif non-verbal. Dalam setiap sesi, peserta diajak untuk menggambar garis-garis acak yang kemudian dibulatkan pada setiap persimpangan, menciptakan pola organik yang saling terhubung, lalu mewarnainya sesuai intuisi. Proses ini tidak hanya menenangkan pikiran, tetapi juga membantu mereka mengidentifikasi dan mengelola emosi tersembunyi, serta mengembangkan mekanisme coping yang sehat untuk menghadapi tantangan. Konsep dasar terapi seni, termasuk *Neurographic Art*, berakar pada gagasan bahwa proses kreatif dapat memfasilitasi ekspresi diri dan penyembuhan emosional (Shukla et al., 2022).

Kendala pelatihan *Neurographic Art* muncul ketika anak binaan menunjukkan resistensi karena merasa tidak berbakat dalam menggambar atau enggan mengekspresikan diri secara terbuka. Hal tersebut menjadi tantangan umum dalam terapi seni, di mana peserta mungkin merasa tidak nyaman dengan ekspresi emosi non-verbal (Gazit et al., 2021). Selain itu, keterbatasan sumber daya seperti bahan seni yang memadai dan ruang yang kondusif sering menjadi hambatan. Tantangan lain adalah kebutuhan akan fasilitator yang terampil, yang tidak hanya menguasai teknik *Neurographic Art* tetapi juga memiliki kepekaan psikologis untuk mendampingi anak-anak dengan latar belakang trauma (Malhotra et al., 2024). Kurangnya kontinuitas dan evaluasi jangka panjang juga mempersulit pengukuran dampak positif program secara objektif, dan terkadang *Neurographic Art* hanya dipandang sebagai aktivitas menggambar biasa tanpa memahami potensi terapeutiknya. Kendala-kendala tersebut dapat diminimalisir dengan menerapkan pendekatan awal yang inklusif dan non-intimidatif melalui perkenalan yang menarik, demonstrasi proses, dan penciptaan lingkungan yang aman dapat membantu mengurangi resistensi awal. Membangun hubungan terapeutik yang kuat antara fasilitator dan peserta sangat krusial dalam terapi seni (Rosa, 2023). Selain itu, diperlukan peningkatan kapasitas fasilitator melalui pelatihan khusus, supervisi rutin, dan kolaborasi multidisiplin akan memastikan pendampingan yang berkualitas. Fasilitator yang terlatih dalam psikologi perkembangan anak dan trauma akan lebih efektif dalam mendukung peserta. Pengembangan program yang berkelanjutan dan sistem evaluasi yang komprehensif diperlukan untuk mengukur efektivitas dan memastikan kontinuitas. Evaluasi berbasis bukti sangat penting untuk menunjukkan manfaat intervensi terapi seni (Sari, 2025).

Hasil yang telah didapatkan dalam pelatihan *Neurographic Art* bagi anak binaan di LPKA Kelas 1 Tangerang yakni berdasarkan hasil rekapitulasi kuesioner lembar refleksi, kegiatan pelatihan neurographic art di LPKA Kelas I Tangerang menunjukkan dampak sangat baik terhadap kondisi emosional anak binaan (Gambar 7). Hasil survei menunjukkan bahwa dari 90 anak binaan di LPKA Kelas I Tangerang yang mengikuti terapi *Neurographic Art*, mayoritas atau 56 anak (62,2%) merasa senang, 22 anak (24,4%) merasa tenang, 8 anak (8,9%) tidak mengisi, 4 anak (4,4%) merasa sedih, sementara tidak ada yang merasa marah, takut, atau cemas. Temuan ini mencerminkan dampak positif art therapy dalam menciptakan perasaan nyaman dan menurunkan emosi negatif, sejalan dengan UU No. 11 Tahun 2012 tentang Sistem Peradilan Pidana Anak (SPPA) yang menekankan pembinaan edukatif dan pemulihan psikologis. *Neurographic Art* dapat membantu menenangkan sistem saraf dan mengatasi stres melalui jalur non-verbal, aktivitas seni

yang repetitif dan reflektif dapat mengaktifkan sistem saraf parasimpatis, menciptakan rasa aman dan tenang (Haeyen, 2024). Dengan demikian, program ini efektif sebagai sarana pemulihan emosional bagi anak binaan dalam proses reintegrasi sosial.



**Gambar 7.** Visualisasi Data Perasaan Anak Binaan Setelah Mengikuti Pelatihan *Neurographic Art*

## SIMPULAN

Program edukasi kesehatan mental melalui *Art Therapy* di LPKA Kelas I Tangerang telah berhasil memberikan dampak positif yang signifikan bagi anak binaan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 64,4% dari 90 peserta merasa lebih baik setelah mengikuti seminar pengelolaan emosi, sementara 62,2% peserta merasa senang dan 24,4% merasa tenang setelah mengikuti pelatihan *Neurographic Art*. Temuan ini mengindikasikan bahwa pendekatan holistik yang menggabungkan edukasi kesehatan mental dengan terapi seni mampu meningkatkan kesadaran emosional dan memberikan mekanisme coping yang sehat bagi anak-anak yang mengalami trauma dan gangguan psikososial. Program ini sejalan dengan UU No. 11 Tahun 2012 tentang Sistem Peradilan Pidana Anak yang menekankan pembinaan bersifat edukatif dan pemulihan psikologis. Meskipun menghadapi beberapa kendala seperti resistensi awal peserta, keterbatasan sumber daya, dan kebutuhan fasilitator yang terampil, program ini membuktikan bahwa *Art Therapy* merupakan media yang efektif untuk membantu anak binaan mengekspresikan emosi, mengurangi stres, dan memproses pengalaman traumatis melalui ekspresi kreatif non-verbal. Keberhasilan

program ini dapat menjadi model pembinaan kesehatan mental di lembaga pemasyarakatan anak lainnya, dengan catatan perlunya kontinuitas program, evaluasi jangka panjang, dan peningkatan kapasitas fasilitator. Implementasi *Art Therapy* sebagai bagian integral dari sistem pembinaan di LPKA berpotensi mendukung proses reintegrasi sosial anak binaan dan mengurangi risiko residivisme melalui pembentukan karakter positif dan penguatan kesehatan mental.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada Basis Informasi Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi yang telah memberikan dukungan dana kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM). Terima kasih penulis sampaikan kepada Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas I Tangerang yang telah menjadi mitra kegiatan PkM.

## REFERENSI

- Adipradipo, E., Windayani, T., & Adipradana, N. (2019). Pelaksanaan Pemenuhan Hak Narapidana Anak di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas Ia Tangerang. *Jurnal Perkotaan*, 11(1), 83–100. <https://doi.org/10.25170/perkotaan.v11i1.703>
- Aiyuda, N. (2019). Art Therapy. *Nathiqiyah - Jurnal Psikologi Islam*, 2(1), 148–167.
- Amanullah, A. S. (2022). Mekanisme Pengendalian Emosi dalam Bimbingan dan Konseling. *Conseils : Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 02(01), 1–13. <https://doi.org/10.55352/bki.v2i1.112>
- Gazit, I., Snir, S., Regev, D., & Bat Or, M. (2021). Relationships Between the Therapeutic Alliance and Reactions to Artistic Experience With Art Materials in an Art Therapy Simulation. *Frontiers in Psychology*, 12, 560957. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.560957>
- Haeyen, S. (2024). A theoretical exploration of polyvagal theory in creative arts and psychomotor therapies for emotion regulation in stress and trauma. *Frontiers in Psychology*, 15, 1382007. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1382007>
- Hamidah, S., & Rizal, M. S. (2022). Edukasi Kesehatan Reproduksi dan Perkembangan Remaja di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Kecamatan Gresik Kabupaten Gresik Jawa Timur. *Journal of Community Engagement in Health*, 5(2), 237–248. <https://doi.org/10.30994/jceh.v5i2.384>
- Hamidah, W., & Falah, A. M. (2023). Analisis Indikator Keberhasilan Proses Terapi Seni Sebagai Alternatif Metode Penyembuhan Kesehatan Mental. *ATRAT: Jurnal Seni Rupa*, 11(2), 194–204. <https://doi.org/10.26742/atrat.v11i2.3187>
- Herbowo, H. D. (2024). *Kesehatan Mental dalam Genggaman: Strategi Manajemen Emosi untuk Menghadapi Stres di Era Ketidakpastian*. 2, 113–133.
- Laela, A. N., Asrori, D., Muslih, M., Izzulhaq, M. I., Lail, A., Ansory, C., Al-Arif, T. A., & Fathoni, T. (2025). *Bimbingan Konseling dalam Menyikapi Perubahan Fisik dan Emosi Remaja*. 5(2), 331–340.
- Laksmi, I. G. A. P. S., & Jayanti, D. M. A. D. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kesehatan Mental pada Remaja. *Jurnal ILKES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 14(1), 11–19.
- Maharani, A. (2024). *Bimbingan dalam Menangani Perubahan Emosional selama Masa Pubertas*. 2(2).

- Malhotra, B., Jones, L. C., Spooner, H., Levy, C., Kaimal, G., & Williamson, J. B. (2024). A conceptual framework for a neurophysiological basis of art therapy for PTSD. *Frontiers in Human Neuroscience*, 18, 1351757. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2024.1351757>
- Mizan, M., & Uce, L. (2025). Pengelolaan Emosi Negatif dalam Konteks Pendidikan Remaja. *Educational Studies and Research Journal*, 2(1), 37–47. <https://doi.org/10.60036/ah05w331>
- Ningrum, D. P., Putra, A., & Arrianie, L. (2024). Penguatan Komunikasi Untuk Orang Dewasa dengan Gangguan Jiwa di Yayasan Efata Yogyakarta. *Jurnal Abdi Insani*, 11(1), 640–648. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v11i1.1405>
- Ningrum, M. S., Khusniyati, A., & Ni'mah, M. I. (2022). Meningkatkan Kepedulian Terhadap Gangguan Kesehatan mental pada Remaja. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 1174–1178. <https://doi.org/10.31004/cdj.v3i2.5642>
- Nurmalita, R., & Hidayati, F. (2014). Hubungan antara regulasi emosi dengan kompetensi interpersonal pada remaja panti asuhan. *Jurnal EMPATI*, 3(4), 512–520. <https://doi.org/10.14710/empati.2014.7613>
- Pramudita, T., Kholidah, R., & Sancaya, S. A. (2024). Dampak Bullying Terhadap Kesehatan Mental Siswa. *Implementasi Bimbingan dan Konseling Berbasis Kearifan Lokal (Local Wisdom) dalam Penanganan "Tiga Dosa Besar" Pendidikan*, 349–355.
- Rahman, M. A., Norhikmah, & Sarah. (2024). Agama dan Psikologi (Dampak Spiritual Terhadap Kesehatan Mental). *Al-Furqan : Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 3(6), 2661–2669.
- Rahmawaty, F., & Silalahiv, R. P. (2022). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesehatan mental pada Remaja*. 8(3).
- Ramadhan, G., Nurjanna, U., & Rahayu, N. A. (2025). *Dinamika Psikososial dalam Perkembangan Remaja: Studi Kasus Pada Pengaruh Teman Sebaya*. 3(1).
- Ronanda, D. Z., Sari, D. N., Tanjung, E. D. A., Wati, H., Istikhomah, J., Sabrina, L., Defmawita, P., Parhana, P. N., & Nur, R. (2024). Studi Literatur Analisis terhadap Perilaku Menyimpang di Kalangan Remaja. *Jurnal Nirta : Studi Inovasi*, 3(2), 11–19.
- Rosa, C. L. T. (2023). Strengthening the Therapeutic Bond through Therapist Art Making with Clients. *Journal of Creativity in Mental Health*, 18(1), 41–59. <https://doi.org/10.1080/15401383.2021.1930620>
- Ruimassa, A. A. (2023). Memahami Psikologi Perkembangan Remaja sebagai Upaya Merencanakan Pelayanan Pastoral yang Peka Kesehatan Mental Remaja. *DUNAMIS: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani*, 7(2), 769–784. <https://doi.org/10.30648/dun.v7i2.845>
- Sari, H. R. (2025). Terapi Seni sebagai Media Intervensi Psikologis untuk Penyintas Trauma. *Literacy Notes*, 1(1), 1–9.
- Savalas, L. R. T., Hadisaputra, S., Anwar, Y. A. S., Junaidi, E., Sofia, B. F. D., Supriadi, S., 'Ardhuha, J., & Ningsih, B. N. S. (2022). Pelatihan Penyelenggaraan Seminar Internasional Untuk Alumni Program Studi Pendidikan Kimia Universitas Mataram. *Jurnal Pengabdian Inovasi Masyarakat Indonesia*, 1(2). <https://doi.org/10.29303/jpimi.v1i2.1487>
- Sholichah, N. I., Dewi, W. N. A., & Ahdiansyah, M. H. (2024). Meningkatkan Quality of Life Mahasiswa Universitas Ivet Melalui Konseling Krisis dengan Teknik Neurigraphic Art. *Emphaty Cons: Journal of Guidance and Counseling*, 6(1), 23–33.
- Shukla, A., Choudhari, S. G., Gaidhane, A. M., & Quazi Syed, Z. (2022). Role of Art Therapy in the Promotion of Mental Health: A Critical Review. *Cureus*, 14(8), e28026. <https://doi.org/10.7759/cureus.28026>
- Simanjuntak, M. N. P. (2024). Strategi Pemberdayaan Anak dan Kebijakan Pembinaan untuk Mengurangi Residivisme di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas I Medan. *Social Worker Indonesia*, 1(1), 21–31.

- Sinambela, A. P., Soesanto, E., & Hartanto, D. (2025). Pengaruh Interaksi Sosial di Lingkungan terhadap Pembentukan Identitas Diri Pada Remaja. *Studi Administrasi Publik dan ilmu Komunikasi*, 2(1), 122–132. <https://doi.org/10.62383/studi.v2i1.117>
- Suhara, G. C., Damai Syaputra, Y., Furqonuddin, A., & Monalisa, M. (2025). Art Therapy: Penggunaan Media Seni Sebagai Upaya Mengatasi stress Warga Binaan. *Connection: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 1–10. <https://doi.org/10.32505/connection.v5i1.10368>
- Sukadana, D. A. P. (2023). Pentingnya Kesehatan mental Anak di Lembaga Pembinaan Khusus (LPKA) Kelas II Kabupaten Karangasem. *Community Development Journal*, 4(2), 4829–4835. <https://doi.org/10.31004/cdj.v4i2.15980>
- Suwijik, S. P., & A'yun, Q. (2022). Pengaruh Kesehatan Mental dalam Upaya Memperbaiki dan Mengoptimalkan Kualitas Hidup Perempuan. *Journal of Feminism and Gender Studies*, 2(2), 109. <https://doi.org/10.19184/jfgs.v2i2.30731>