

(Pkm Vr Art Therapy: Pendampingan Pengendalian Emosi Siswa Tunagrahita Ringan Berbasis Virtual Reality di SDLB/C Akw Kumara II Surabaya)

Wahono^{1*}, Agus Budiman², Adelin Aprilia Sari³, Safril Umar Ashiddiqi⁴

^{1,2,3,4} Universitas Muhammadiyah Surabaya

E-mail: wahono@um-surabaya.ac.id

*Corresponding Author



<https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.1914>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 04 July 2025

Revised: 10 July 2025

Accepted: 23 July 2025

Kata Kunci

Tunagrahita ringan, Emosi, Art therapy, Virtual reality, Pembelajaran inklusif

Keywords

Mild intellectual disability, Emotion, art therapy, Virtual reality, Inclusive learning



ABSTRACT

Perkembangan emosional siswa tunagrahita ringan merupakan aspek krusial dalam menunjang keberhasilan proses belajar dan interaksi sosial. Namun, keterbatasan dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi masih menjadi tantangan utama, sebagaimana ditemukan di SDLB/C AKW Kumara II Surabaya. Proses pembelajaran di sekolah ini masih terbatas secara media dan metode, serta belum tersedianya modul pembelajaran yang aksesibel sesuai kebutuhan siswa berkebutuhan khusus. Melalui pendekatan Virtual Reality Art Therapy, kegiatan ini bertujuan untuk mendampingi siswa dalam pengelolaan emosi melalui media seni yang lebih interaktif dan menyenangkan. VR Art Therapy menggabungkan keunggulan terapi seni dengan teknologi virtual untuk menciptakan pengalaman belajar yang imersif, memungkinkan siswa mengekspresikan emosi secara non-verbal dengan lebih bebas. Program ini difokuskan pada mata pelajaran seni budaya dan melibatkan guru sebagai fasilitator dalam sesi pendampingan. Hasil awal menunjukkan bahwa pendekatan ini mampu meningkatkan kesadaran emosi siswa dan mengurangi perilaku impulsif. Inovasi ini diharapkan menjadi model pembelajaran alternatif yang inklusif, serta mendorong kolaborasi antara pendidikan, psikologi, dan teknologi dalam penanganan anak berkebutuhan khusus.

The emotional development of students with mild intellectual disabilities is a crucial aspect in supporting the success of learning processes and social interactions. However, limitations in recognizing, understanding, and managing emotions remain a significant challenge, as observed at SDLB/C AKW Kumara II Surabaya. The learning process at this school is still limited in terms of media and methods, and there is a lack of accessible learning modules tailored to the needs of students with special needs. Through the approach of Virtual Reality Art Therapy, this program aims to assist students in emotional regulation using a more interactive and enjoyable art-based medium. VR Art Therapy combines the benefits of art therapy with virtual technology to create an immersive learning experience, enabling students to express their emotions non-verbally in a freer manner. This program focuses on the subject of cultural arts and involves teachers as facilitators during the mentoring sessions. Preliminary results indicate that this approach can enhance students' emotional awareness and reduce impulsive behavior. This innovation is expected to serve as an inclusive alternative learning model and foster collaboration between the fields of education, psychology, and technology in addressing the needs of children with disabilities.



access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

How to Cite: Wahono, et al (2025). (Pkm Vr Art Therapy: Pendampingan Pengendalian Emosi Siswa Tunagrahita Ringan Berbasis Virtual Reality Di Sdlb/C Akw Kumara Ii Surabaya),4(1), 2009-2013
<https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.1914>

PENDAHULUAN

Perkembangan emosional anak berkebutuhan khusus, khususnya siswa tunagrahita ringan, merupakan aspek yang sangat penting dalam menunjang keberhasilan proses belajar dan interaksi sosial di lingkungan sekolah. Tunagrahita yaitu kondisi seseorang dengan kemampuan kognitif dibawah rata-rata serta kesulitan beradaptasi dengan masa tumbuh kembangnya (Zuhira & Hayudinna 2021). Anak dengan tunagrahita ringan seringkali mengalami hambatan dalam memahami, mengenali, dan mengelola emosi mereka. Hal ini dapat berujung pada perilaku impulsif, ledakan emosi, serta kesulitan dalam berkomunikasi dengan guru maupun teman sebaya.

Berdasarkan wawancara yang kami lakukan dengan salah satu guru menyatakan bahwa rata-rata siswa tunagrahita di SDLB/C AKW Kumara II masih lemah dalam hal proses pembelajaran. selain siswa, guru juga mengalami kesusahan dalam hal menyediakan metode dan media pembelajaran yang aksesibilitas. Dalam melaksanakan pembelajaran di SDLB/C AKW Kumara II Surabaya masih terbatas, media pembelajaran yang digunakan juga seadanya dan setara dengan anak sekolah dasar pada umumnya. Sehingga, hal ini menjadi problem bagi sekolah, bagaimanapun kemampuan siswa tunagrahita dan siswa normal sangat berbeda sehingga penanganannya juga harus berbeda (Laja, Simarmata, and Mone 2021)

Pengendalian emosi pada siswa-siswi SDLB/C AKW Kumara II Surabaya pada proses pembelajaran sudah diupayakan oleh sekolah sebagai pemenuhan proses pembelajaran di kelas. Dalam pemenuhan tersebut sekolah menggunakan perangkat seadanya, sehingga penerapannya belum maksimal. Padahal media pembelajaran khusus anak tunagrahita ringan sangat penting untuk menjadi standar siswa dalam proses pembelajara (Lubis et al. 2023). Namun, sekolah masih belum melakukan secara sistematis dan terukur, mitra juga belum memiliki modul yang aksesibilitas dalam menerapkan pembelajaran di kelas. Hal ini menjadi problematis bagi anak tunagrahita ringan. Permasalahan ini juga dihadapi oleh guru serta pihak sekolah. Pada penelitian ini peneliti fokus apada mata pelajaran seni budaya untuk dijadikan sebuah model mempelajari yang nyaman dan menyenangkan.

Salah satu pendekatan yang terbukti efektif dalam membantu anak-anak mengekspresikan dan mengelola emosinya adalah melalui Art Therapy. Menurut Anggaswari & Budisetyani (2016) Art therapy adalah salah satu bentuk psikoterapi yang memanfaatkan media seni sebagai alat utama dalam proses komunikasi. Tujuan utamanya adalah membantu individu mengembangkan diri melalui kegiatan seni yang dilakukan dalam lingkungan yang aman dan mendukung. Terapi seni memungkinkan anak mengungkapkan perasaan secara non-verbal, menggunakan media gambar, warna, dan bentuk sebagai saluran ekspresi yang aman dan menyenangkan. Namun, pendekatan konvensional dalam art therapy kadang kurang menarik bagi siswa tunagrahita yang membutuhkan stimulus visual dan interaktif yang lebih kuat (Fitriyadi dkk. 2025).

Seiring berkembangnya teknologi, hadirnya Virtual Reality (VR) membuka peluang baru dalam dunia pendidikan dan terapi. Virtual Reality dapat menjadi alternatif strategi untuk mengembangkan konsep rangsangan sensorik-motorik pada siswa tunagrahita dengan belajar sambil bermain (Setiawan et al. 2023). Penggunaan VR mampu menciptakan lingkungan belajar yang imersif dan interaktif, sehingga lebih menarik bagi siswa dengan kebutuhan khusus. Melalui pendekatan VR Art Therapy, siswa tidak hanya diajak menggambar secara bebas, tetapi juga masuk ke dunia virtual yang mampu merepresentasikan emosi melalui warna, suasana, dan aktivitas menggambar tiga dimensi. Hal ini diharapkan mampu membantu siswa lebih memahami kondisi emosinya, sekaligus mengembangkan keterampilan regulasi diri secara bertahap.

SDLB/C AKW Kumara II Surabaya merupakan salah satu lembaga pendidikan luar biasa yang mendidik siswa tunagrahita ringan. Berdasarkan observasi awal, masih terdapat tantangan dalam pengelolaan emosi siswa, yang berdampak pada proses belajar dan hubungan sosial di sekolah. Oleh karena itu, tim mahasiswa menawarkan inovasi VR Art Therapy sebagai bentuk pendampingan yang kreatif dan adaptif dalam pengendalian emosi siswa. Melalui program ini, diharapkan siswa dapat mengekspresikan emosinya dengan lebih sehat, mengembangkan kesadaran diri, serta menciptakan suasana kelas yang lebih positif dan suportif. Program ini juga diharapkan menjadi contoh kolaborasi antara dunia pendidikan, psikologi, dan teknologi yang bermanfaat luas bagi pendidikan inklusif di Indonesia.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan di SDLB/C AKW Kumara II Surabaya, melibatkan sejumlah 20 siswa tunagrahita ringan sebagai subjek utama. Tahapan kegiatan meliputi:

1. Tahap Persiapan
 - Pertemuan awal antara tim pengusul dan mitra guna menyamakan persepsi program yang akan dijalankan, memastikan alur kegiatan dan strategi implementasi
 - Observasi awal terhadap kondisi emosional siswa, kemudian menyusun desain *art therapy* berbasis VR dan modul untuk siswa tuna grahita ringan.
2. Tahap Implementasi
 - Sosialisasi tentang desain *Art Therapy* berbasis VR dan modul yang dibuat berdasarakan kebutuhan mitra.
 - Implementasi, plaksanaan sesi VR *Art Therapy* secara berkala
 - Pelatihan kreatif guru dalam memanfaatkan media *Art Therapy* berbasis VR
3. Tahap Mentoring dan Evaluasi
 - Melakukan kegiatan mentoring dan evaluasi desain art therapy berbasis VR dan modul mitra
 - Evaluasi perubahan perilaku dan pengenalan emosi siswa

Metode yang digunakan adalah pendekatan partisipatif dengan desain pre-post observasi perilaku dan ekspresi emosi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan VR Art Therapy yang dilaksanakan di SDLB/C AKW Kumara II Surabaya melibatkan 25 siswa tunagrahita ringan dengan rentang usia 8-12 tahun. Kegiatan ini dilaksanakan dalam 3 sesi selama tiga bulan, dengan durasi masing-masing sesi selama 90 menit. Tunagrahita ringan mempunyai istilah lain yakni moron atau debil, memiliki rentang IQ antara 69-55 mengacu pada skala Weschler (WISC). Tunagrahita ringan masih bisa belajar menulis, membaca hingga berhitung sederhana sehingga dengan pendidikan yang tepat dapat dipersiapkan untuk hidup secara mandiri (Ong et al. 2024). Art therapy adalah sebuah teknik terapi dengan menggunakan media seni. Proses kreatif dan hasil dari seni untuk mengeksplorasi perasaan, konflik emosi, meningkatkan kesadaran diri. mengontrol perilaku serta mengembangkan kemampuan sosial untuk meningkatkan orientasi realitas, mengurangi kecemasan dan meningkatkan penghargaan diri. Art therapy mampu membantu dalam mengontrol perilaku para penyandang disabilitas agar mampu berkreasi dan berekspresi dalam membuat atau menampilkan beragam jenis seni yang telah dipelajarinya (Medic Nutricia 2023). Art therapy adalah sebuah teknik terapi dengan menggunakan media seni. Proses kreatif dan hasil dari seni untuk mengeksplorasi perasaan, konflik emosi, meningkatkan kesadaran diri. mengontrol perilaku serta mengembangkan kemampuan sosial untuk meningkatkan orientasi realitas, mengurangi kecemasan dan meningkatkan penghargaan diri. Art therapy mampu membantu dalam mengontrol perilaku para penyandang disabilitas agar mampu berkreasi dan berekspresi dalam membuat atau menampilkan beragam jenis seni yang telah dipelajarinya (Soma & Karneli 2020). Pemanfaatan Art therapy selain menyenangkan bagi anak, juga membantu anak lebih terstimulasi proses perkembangannya. Dengan bantuan system virtual reality. Tentunya dalam memanfaatkan teknologi virtual reality pernah kami lakukan dengan memanfaatkan kemajuan teknologi untuk mahasiswa disabilitas di kampus umsurabaya. Evaluasi dilakukan melalui observasi langsung, catatan harian guru, serta kuesioner sederhana yang diberikan kepada guru dan pendamping.

1. Tingkat Antusiasme dan Partisipasi Siswa

Penelitian yang dilakukan Sari E. (Sari and Kaltsum 2023) menyebutkan bahwa anak tunagrahita memiliki kemampuan yang rendah untuk menjaga konsentrasi sehingga kesulitan memusatkan perhatiannya saat kegiatan belajar.

Sebelum intervensi, observasi menunjukkan bahwa siswa cenderung pasif, cepat kehilangan fokus, serta menunjukkan perilaku impulsif saat menghadapi tugas menggambar. Namun, setelah sesi pertama dan kedua, terjadi peningkatan antusiasme yang ditunjukkan oleh:

1. 80% siswa menunjukkan ketertarikan menggunakan perangkat VR.
2. 70% siswa menyelesaikan tugas menggambar hingga akhir sesi tanpa interupsi.
3. 60% siswa mulai mencoba menjelaskan karya mereka secara verbal (misalnya, "ini warna sedih").

2. Perubahan Emosi dan Perilaku

Data observasi sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan penurunan signifikan dalam perilaku impulsif:

1. Sebelum program, rata-rata ledakan emosi (menangis, berteriak, melempar benda) tercatat 3–4 kali per minggu per siswa.
2. Setelah sesi keempat, angka tersebut menurun menjadi 1–2 kali per minggu.
3. Siswa juga menunjukkan peningkatan kemampuan mengenali emosi dengan menyebutkan perasaan seperti “marah”, “senang”, atau “takut”.

3. Penilaian Guru

Melalui wawancara dan kuesioner, guru menyampaikan bahwa pendekatan VR Art Therapy membantu:

1. Meningkatkan keterlibatan siswa di kelas seni budaya (dari 40% menjadi 80%).
2. Membantu guru mengidentifikasi emosi siswa melalui warna dan bentuk yang dipilih dalam sesi menggambar.
3. Mengurangi kebutuhan intervensi langsung guru saat terjadi ledakan emosi.

4. Dokumentasi Karya Siswa

Selama program, siswa menghasilkan total 58 karya digital melalui aplikasi seni dalam VR. Beberapa karya menunjukkan pola warna yang mencerminkan emosi dasar seperti:

1. Warna merah dominan saat siswa menceritakan pengalaman marah.
2. Warna biru dan hitam saat menggambarkan perasaan sedih.
3. Warna cerah seperti kuning dan hijau saat menggambarkan kegembiraan.

5. Kendala

1. Beberapa tantangan yang dihadapi dalam pelaksanaan program ini antara lain:
2. Adaptasi terhadap perangkat VR: Diperlukan waktu sekitar 10–15 menit per siswa untuk membiasakan diri.
3. Jumlah perangkat terbatas: 2 unit VR digunakan secara bergantian untuk 10 siswa.
4. Kesiapan guru: Masih diperlukan pelatihan lanjutan agar guru dapat menjalankan program secara mandiri.

Secara keseluruhan, hasil program ini menunjukkan bahwa VR Art Therapy memberikan dampak positif dalam pengelolaan emosi siswa tunagrahita ringan. Kegiatan ini tidak hanya memperkaya metode pembelajaran seni budaya,

SIMPULAN

Program *VR Art Therapy* terbukti memberikan dampak positif dalam membantu pengendalian emosi siswa tunagrahita ringan di SDLB/C AKW Kumara II Surabaya. Melalui pendekatan ini, siswa dapat mengekspresikan emosinya secara non-verbal dengan lebih bebas dan menyenangkan. Hasil observasi menunjukkan peningkatan partisipasi siswa, pengenalan terhadap emosi dasar, serta penurunan perilaku impulsif dalam proses pembelajaran. Pendekatan berbasis teknologi ini juga memperkaya metode pembelajaran di kelas seni budaya dan memberikan alternatif media yang lebih sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan siswa berkebutuhan khusus. Selain itu, keterlibatan guru sebagai fasilitator menunjukkan bahwa kolaborasi antara teknologi, seni, dan pendidikan dapat menciptakan lingkungan belajar yang inklusif dan suportif. Meskipun terdapat beberapa kendala seperti keterbatasan perangkat dan kebutuhan pelatihan guru, secara umum program ini berhasil mencapai tujuannya dan memiliki potensi untuk direplikasi di lembaga pendidikan serupa.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Terimakasih kepada Majelis Pendidikan Tinggi Penelitian & Pengembangan PP Muhammadiyah
2. Lembaga Riset, Inovasi dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surabaya
3. SDLB/C AKW Kumara II Surabaya

DAFTAR PUSTAKA

Anggaswari, A.A. Ayu Wulan Dwi, and I Gusti Ayu Putu Wulan Budisetyani. 2016. “Gambaran Kebutuhan Psikologis Pada Anak Dengan Gangguan Emosi Dan Perilaku.” *Jurnal Psikologi Udayana* 3(1): 86–94.

- Fitriyadi, Slamet, Insan Suwanto, Abd Basith, Dewi Mariana, and Kamaruddin Kamaruddin. 2025. "Pelatihan Art Therapy Untuk Anak Slow Learners Di SLB C." *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan* 5(2): 10–10. doi:10.17977/UM065.V5.I2.2025.10.
- Laja, Yosepha Patricia Wua, Justin Eduardo Simarmata, and Ferdinandus Mone. 2021. "PROSES BERPIKIR SISWA TUNAGRAHITA RINGAN DALAM MEMAHAMI KONSEP GEOMETRI BERDASARKAN TEORI JEAN PIAGET." *AKSIOMA: Jurnal Program Studi Pendidikan Matematika* 10(4): 2417. doi:10.24127/AJPM.V10I4.4180.
- Lubis, Rahmi, Nellinda Syafitri, Risky Nurlita Maylinda, Nurin Nadhira Alyani, Riski Anda, Novi Zulfiyanti, and Ozi Zulfani Surbakti. 2023. "Pendekatan Behavioristik Untuk Anak Disabilitas Intelektual Sedang." *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 7(2): 1626–38. doi:10.31004/OBSESI.V7I2.4161.
- "Medic Nutricia: Jurnal Ilmu Kesehatan | Paperity." 2023. <https://paperity.org/journal/412119/medic-nutricia-jurnal-ilmu-kesehatan> (June 30, 2025).
- Ong, Aldi Maulana, Khaidah Try, Apnisyah Sitorus, and Siti Ardiyanti. 2024. "Pola Pendidikan Inklusif (Studi Anak Retardasi Mental)." 10(4): 1833–41.
- Sari, Dina Mulia Permata, and Honest Umami Kaltsum. 2023. "Analisis Kesulitan Belajar Matematika Anak Tunagrahita Kelas 4 Di SD Negeri." *JMPM: Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika* 8(1): 57–69. doi:10.26594/jmpm. v8i1.3622.
- Setiawan, Rudi, Nova Resfita, Putri Kholida, Raditia Fath Kharomatudzaky, Sekar Ambarsari Sujatmiko Putri, Sepiah Dwi Cahyani, Erdyvania Apritrycia, et al. 2023. "Edukasi Penggunaan Media Pembelajaran Alternatif Untuk Eksplorasi Sensorik Dan Motorik ABK." *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 7(6): 1618–28. doi:10.31849/dinamisia. v7i6.11512.
- Soma, Yona Mita, and Yeni Karneli. 2020. "Penerapan Teknik Art Therapy Untuk Mengurangi Kecemasan Sosial Terhadap Korban Cyberbullying." *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling* 5(2): 67–71. doi:10.23916/08774011.
- Zuhira, Ifati, and Hafizah Ghany Hayudinna. 2021. "Strategi Pembelajaran Dalam Mengembangkan Keterampilan Membaca Dan Menulis Bagi Anak Tunagrahita." *Indonesian Journal of Islamic Elementary Education* 1: 45–58.