

OPTIMALISASI KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS ANAK MELALUI PEMBELAJARAN SENI RUPA DAN SENI PERTUNJUKAN DI RUANG PUBLIK

Cahyo Wahyu Darmawan¹, Helna
Fitriana²

¹ Pendidikan Seni Tari Drama Musik,
Universitas Negeri Palangka Raya

² Rumah Sakit Bahayangkara TK III Palangka
Raya

¹ cahyo.w.darmawan@fkip.upr.ac.id

² helnafitriana98@gmail.com*

Article history

Received : January, 2025

Revised : March, 2025

Accepted : April, 2025

Abstraksi

Program pengabdian yang mengeksplorasi optimalisasi kesejahteraan psikologis anak melalui pembelajaran seni rupa dan seni pertunjukan di ruang publik, dengan fokus pada kegiatan di Car Free Day (CFD) Yos Sudarso, Palangka Raya. Kesejahteraan psikologis adalah aspek krusial dalam perkembangan anak yang memengaruhi keterampilan emosional, kognitif, dan sosial mereka. Seni rupa dan seni pertunjukan, khususnya yang dilakukan di ruang publik, menjadi sarana untuk mengekspresikan diri, meningkatkan kreativitas, interaksi sosial, serta apresiasi budaya. Program pengabdian ini menggunakan metode partisipatif dengan pendekatan kolaboratif antara tim pengabdian, komunitas seni lokal, dan masyarakat. Tahapan pelaksanaan meliputi: (1) Identifikasi kebutuhan melalui diskusi dengan komunitas seni dan pengelola CFD, (2) Perencanaan program berbasis seni yang melibatkan lokakarya seni rupa dan seni pertunjukan, (3) Pelaksanaan kegiatan interaktif seperti menggambar, melukis, dan pementasan kolaboratif di ruang publik, dan (4) Evaluasi dampak melalui pengumpulan umpan balik dari anak-anak, orang tua, dan komunitas lokal. Hasil program menunjukkan bahwa keterlibatan anak-anak dalam aktivitas seni seperti menggambar, melukis, dan pementasan interaktif di CFD Yos Sudarso secara signifikan meningkatkan rasa percaya diri, kreativitas, kemampuan komunikasi, dan kerja sama sosial mereka. Ruang publik terbukti sebagai platform edukasi non-formal yang inklusif, mendukung interaksi lintas komunitas, dan pembelajaran kreatif. Pengabdian ini menyoroti pentingnya integrasi program seni rupa dan seni pertunjukan dalam acara publik untuk menciptakan lingkungan yang kondusif bagi perkembangan psikologis anak. Rekomendasi meliputi penyelenggaraan lokakarya seni tematik secara rutin, pementasan kolaboratif yang melibatkan berbagai komunitas, dan pengembangan pengalaman interaktif berbasis seni yang lebih beragam guna mendorong partisipasi masyarakat. Program ini diharapkan dapat memperkaya pengalaman anak-anak sekaligus memperkuat hubungan sosial dalam komunitas.

Kata Kunci: *Kesejahteraan psikologis; pendidikan seni rupa; seni pertunjukan; ruang publik; ekspresi kreatif*

Abstract

A community service program that explores the optimization of children's psychological well-being through learning fine arts and performing arts in public spaces, with a focus on activities at Car Free Day (CFD) Yos Sudarso, Palangka Raya. Psychological well-being is a crucial aspect in children's development that affects their emotional, cognitive, and social skills. Fine arts and performing arts, especially those performed in public spaces, are a means of self-expression, increasing creativity, social interaction, and cultural appreciation. This community service program uses a participatory method with a collaborative approach between the community service team, local arts community, and the community. The implementation stages include: (1) Identifying needs through discussions with the arts community and

CFD managers, (2) Planning arts-based programs involving fine arts and performing arts workshops, (3) Implementing interactive activities such as drawing, painting, and collaborative performances in public spaces, and (4) Impact evaluation through collecting feedback from children, parents, and the local community. The results of the program show that children's involvement in arts activities such as drawing, painting, and interactive performances at CFD Yos Sudarso significantly increases their self-confidence, creativity, communication skills, and social cooperation. Public spaces have proven to be inclusive non-formal educational platforms, supporting cross-community interactions and creative learning. This service highlights the importance of integrating visual and performing arts programs into public events to create an environment conducive to children's psychological development. Recommendations include organizing regular thematic art workshops, collaborative performances involving various communities, and developing more diverse interactive arts-based experiences to encourage community participation. This program is expected to enrich children's experiences while strengthening social relationships within the community.

Keywords: *Psychological well-being; visual arts education; performing arts; public space; creative expression.*

© 2022 Some rights reserved

PENDAHULUAN

Analisis Situasi

Anak-anak pada masa kini menghadapi tantangan yang kompleks, baik dari segi sosial, emosional, maupun lingkungan. Kesejahteraan psikologis mereka seringkali terpengaruh oleh tekanan akademis, keterbatasan akses terhadap aktivitas kreatif, serta kurangnya ruang terbuka yang mendukung ekspresi diri. Kondisi ini dapat menghambat perkembangan emosi, kreativitas, dan keterampilan sosial anak secara keseluruhan.

Seni rupa dan seni pertunjukan menjadi media yang penting untuk mendukung pengembangan anak secara holistik. Melalui aktivitas seni, anak-anak dapat mengekspresikan emosi mereka, mengasah imajinasi, serta memperkuat kemampuan berkomunikasi dan bekerja sama dengan orang lain. Aktivitas seni juga dapat membantu mengurangi tekanan psikologis yang dihadapi anak dalam kehidupan sehari-hari.

Ruang publik, seperti Car Free Day (CFD) Yos Sudarso di Palangka Raya, menawarkan lingkungan inklusif untuk menjangkau anak-anak dengan pendekatan yang kreatif dan integratif. Melalui ruang terbuka ini, anak-anak dapat terlibat dalam aktivitas seni yang menyenangkan dan

mendidik, sehingga memberikan dampak positif pada kesejahteraan psikologis mereka serta mendorong interaksi sosial yang sehat dalam komunitas.

Permasalahan Mitra

Mitra komunitas sering menghadapi berbagai tantangan, seperti keterbatasan sumber daya untuk menyediakan fasilitas seni yang memadai. Keterbatasan ini menghambat pelaksanaan kegiatan seni yang berkualitas dan berkelanjutan, sehingga anak-anak kehilangan kesempatan untuk mengembangkan kreativitas dan keterampilan mereka melalui aktivitas seni.

Selain itu, kurangnya pelibatan orang tua dan masyarakat dalam kegiatan kreatif anak-anak serta minimnya pemahaman tentang pentingnya seni dalam mendukung kesehatan psikologis anak juga menjadi kendala utama. Hal ini menyebabkan kurang optimalnya potensi ruang publik sebagai wadah untuk pembelajaran seni yang berkelanjutan dan inklusif, sehingga upaya mendukung perkembangan psikologis anak melalui seni menjadi terbatas.

Solusi yang Ditawarkan

Solusi yang diusulkan adalah mengintegrasikan pembelajaran seni rupa dan seni pertunjukan dalam kegiatan komunitas di ruang publik, seperti di CFD Yos Sudarso. Program ini dirancang untuk melibatkan anak-anak melalui lokakarya seni rupa, pementasan seni pertunjukan, dan aktivitas interaktif lainnya. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan rasa percaya diri, kreativitas, serta keterampilan sosial anak-anak secara efektif.

Selain itu, program ini melibatkan kolaborasi antara seniman lokal, komunitas seni, dan institusi pendidikan untuk memastikan keberlanjutan dan dampak yang signifikan. Dengan adanya kerja sama ini, diharapkan kegiatan seni di ruang publik tidak hanya menjadi sarana hiburan, tetapi juga media pembelajaran yang inklusif dan berkelanjutan bagi anak-anak serta komunitas secara keseluruhan.

Tinjauan Pustaka

Kita melihat bahwa generasi anak-anak dan remaja ini menghadapi lebih banyak tantangan dan situasi daripada yang lazim terjadi bahkan satu dekade lalu. Sangat penting bagi kita untuk mengenali dan mengatasi masalah ini sejak dini, untuk menumbuhkan kepedulian dan kesejahteraan. Pada masa

kanak-kanak perkembangan koneksi, pertumbuhan otak, dan mielinisasi berlanjut di masa kanak-kanak.

Perkembangan bahasa dan keterampilan spasial terjadi selama fase ini (Subramanyam, dkk, 2024). Kesejahteraan psikologis merupakan proses pengembangan dalam rentang hidup anak, melalui pengembangan kesehatan mental dan pertumbuhan pribadi. Perkembangan ini mendorong kesehatan dan kebahagiaan yang baik, serta berkontribusi pada pencapaian akademis anak (Adu, Mpuangan, 2022).

Persahabatan memainkan peran penting untuk kesejahteraan anak-anak, mereka memberikan bantuan timbal balik dan mendukung kemampuan regulasi emosi anak yang sedang berkembang. Selain itu, persahabatan menawarkan anak-anak konteks yang ditandai dengan kerja sama, perilaku prososial, dan ikatan afektif yang kuat. Misalnya, anak-anak prasekolah sudah mengharapkan lebih banyak berbagi dari teman daripada bukan teman (Christner, Essler, Hazzam, & Paulus, 2021).

Pendidikan merupakan salah satu proses yang efektif untuk pengembangan individu. Dalam hal ini, seni merupakan salah satu fondasi terpenting masyarakat maju sebagai bagian dari pendidikan. Pendidikan seni merupakan hal mendasar bagi pengalaman manusia. Karena seni merupakan bagian penting dari sains dan teknologi, seni merupakan satu-satunya cara untuk membesarkan orang-orang yang dapat melihat dengan jelas, memahami realitas dengan jelas, berpikir analitis, mempertanyakan, melepaskan diri dari konvensi yang kaku, menciptakan pola-pola baru yang diarahkan pada pembangunan, dan berkontribusi secara signifikan terhadap kemajuan masyarakat (Yeniasır, Gökbulut, 2022).

Meskipun seni selalu sulit didefinisikan secara konseptual, ada sejumlah karakteristik lintas budaya yang diakui sebagai hal mendasar bagi seni. Karakteristik tersebut meliputi objek seni (fisik atau eksperiensial) yang dinilai sebagai haknya sendiri dan bukan sekadar sebagai utilitas; menyediakan pengalaman imajinatif bagi produser dan penonton; dan mengandung atau memicu respons emosional. Selain itu, produksi seni dibedakan berdasarkan kebutuhan akan hal baru, kreativitas, atau keunikan; kebutuhan akan keterampilan khusus; dan kepatuhan terhadap aturan bentuk, komposisi, atau ekspresi (Fancourt, Finn, 2019).

Kreativitas dan efikasi diri secara positif dan signifikan memoderasi hubungan antara pendidikan seni rupa dan kesejahteraan psikologis. Pendidikan seni rupa merupakan alat penting untuk mengembangkan sumber daya manusia dan berkontribusi pada pengembangan keterampilan

yang dibutuhkan negara untuk mendapatkan keuntungan dari kekayaan budaya mereka (Xuguang, Yuan, 2022).

Berbagai aspek fisik dari berbagai ruang publik ditemukan berpotensi mendorong interaksi dan kohesi sosial, yaitu aksesibilitas, penggunaan lahan campuran, keberadaan perabot jalan, dll. Selain itu, keberadaan ruang terbuka publik di lingkungan pemukiman memengaruhi persepsi orang tentang lingkungan sekitar yang pada gilirannya memelihara keterikatan tempat dan rasa komunitas mereka (Qi, Vasconcelos, 2024).

Bentuk Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis anak melalui pembelajaran seni rupa dan seni pertunjukan di ruang publik. Melalui kegiatan ini, anak-anak diberikan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan seni serta meningkatkan rasa percaya diri dan ekspresi diri mereka.

Pengajaran Mewarnai: Anak-anak diajak untuk berpartisipasi dalam kegiatan mewarnai, yang tidak hanya mengasah kreativitas mereka, tetapi juga membantu dalam perkembangan motorik halus dan pengendalian diri. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan ruang bagi anak-anak untuk mengekspresikan diri secara visual, yang berdampak positif pada kesehatan mental mereka.

Pelatihan Tampil di Depan Publik: Anak-anak diberi pelatihan untuk tampil di depan publik melalui kegiatan membaca puisi. Dengan bimbingan dari seniman lokal, mereka belajar untuk mengatasi rasa gugup, meningkatkan kemampuan berbicara di depan umum, dan membangun rasa percaya diri. Pelatihan ini juga berfungsi sebagai sarana terapi psikologis yang dapat mengurangi kecemasan sosial dan meningkatkan rasa bangga atas prestasi mereka.

Kegiatan ini dilaksanakan di ruang publik yang mudah diakses oleh masyarakat, seperti Car Free Day atau taman kota, untuk memastikan partisipasi yang lebih luas dan menciptakan suasana yang mendukung bagi anak-anak untuk belajar dan berkembang. Selain itu, kegiatan ini juga melibatkan seniman lokal sebagai fasilitator, sehingga dapat memperkenalkan anak-anak pada dunia seni pertunjukan yang lebih dekat dengan budaya setempat.

Dengan pendekatan yang menyenangkan dan edukatif, diharapkan kegiatan ini dapat membantu anak-anak dalam mengembangkan kemampuan seni mereka serta meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka, terutama dalam hal kepercayaan diri, kreativitas, dan kemampuan berinteraksi dengan orang lain.

METODE PELAKSANAAN

Program pengabdian ini menggunakan metode partisipatif dengan pendekatan kolaboratif untuk melibatkan komunitas lokal dalam pelaksanaan kegiatan seni di ruang publik. Metode ini meliputi kerja sama dengan berbagai pihak, seperti komunitas seni, seniman lokal, dan masyarakat, untuk memastikan keberhasilan dan keberlanjutan program.

Tahapan pengabdian meliputi identifikasi kebutuhan dengan mengadakan diskusi dengan komunitas seni, seniman lokal, dan pengelola CFD untuk memahami kebutuhan dan potensi ruang publik sebagai sarana pembelajaran seni. Perencanaan program yakni merancang lokakarya seni rupa, pementasan seni pertunjukan, dan aktivitas interaktif lainnya yang melibatkan anak-anak, dengan mempertimbangkan masukan dari mitra komunitas.

Berikutnya adalah pelaksanaan kegiatan yakni melaksanakan program seni di CFD Yos Sudarso, Palangka Raya, dengan melibatkan anak-anak dan masyarakat secara langsung untuk menciptakan suasana yang inklusif dan mendukung. Terakhir, evaluasi dampak dengan cara mengumpulkan umpan balik dari partisipan, orang tua, dan komunitas untuk menilai efektivitas kegiatan seni dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis anak serta menyempurnakan program untuk pelaksanaan di masa depan.

PEMBAHASAN

Pengaruh kegiatan seni rupa dan seni pertunjukkan terhadap aspek-aspek kesejahteraan psikologis

Kesehatan mental dan kesejahteraan anak merupakan masalah kesehatan masyarakat global. Kesehatan mental dan kesejahteraan yang baik bagi anak berarti mereka dapat menjalani kehidupan yang bahagia dan sehat, dengan hubungan yang baik dan ketahanan yang lebih besar terhadap stresor. Penelitian yang muncul telah mengeksplorasi cara-cara di mana keterlibatan dalam seni memfasilitasi kesejahteraan mental. Sejumlah penelitian telah menunjukkan bahwa seni bertindak sebagai platform yang aman bagi anak-anak dan kaum muda untuk mengeksplorasi dan mengekspresikan emosi, pikiran, budaya, dan identitas mereka, dan mencapai rasa penguasaan melalui kreasi, yang pada gilirannya memfasilitasi pengembangan kepercayaan diri, harga diri, dan keterampilan pengaturan emosi (Birrell, 2024).

Mengenai peran orang dewasa dalam menanggapi rasa ingin tahu anak-anak, “generativitas” telah dikenal sebagai karakteristik yang membantu generasi berikutnya tumbuh dan mengarah pada masyarakat yang berkelanjutan. Selain itu, memiliki hubungan yang baik dengan keluarga, teman,

dan orang lain berkontribusi pada generativitas dan kebahagiaan orang (Hirose, 2024). Proses perkembangan psikologis anak mempengaruhi isi gambar anak, dan gambar anak yang dibuat pada berbagai usia akan mencerminkan pemahaman mereka terhadap informasi visual. Isi gambar menentukan kualitas gambar, yang direpresentasikan oleh komposisi, garis, warna, dan bentuk. Oleh karena itu, gambar anak mempunyai karakteristik tersendiri dalam hal ekspresi. Perkembangan seni lukis anak-anak berkaitan erat dengan perkembangan psikologis anak-anak. Kesederhanaan dan keumuman merupakan ciri yang lebih menonjol dari seni lukis anak-anak, dan perkembangan linier seni lukis anak-anak memiliki perbedaan yang jelas dalam kelompok usia yang berbeda. Gambar anak-anak memiliki karakteristik bentuk, warna, dan komposisi yang unik. Kesederhanaan bentuk umum dan warna-warna cerah serta komposisi bebas dan acak dalam seni lukis anak-anak menari. Ketika anak-anak kecil pertama kali mulai menggambar, mereka kurang ekspresif; akibatnya, gambar mereka bentuknya sederhana dan kurang detail, selain itu, objek dalam gambar mereka sebagian besar terdiri dari garis (Luo, Ibrahim, Abidin, 2022).

Kesehatan mental bukan hanya tidak adanya gangguan atau disabilitas kesehatan mental, yang melibatkan kesejahteraan sosial, psikologis, dan fisik, untuk memungkinkan individu berfungsi secara optimal dengan mengatasi stres dalam hidup mereka, bekerja secara produktif, dan berkontribusi pada masyarakat. Upaya untuk mempromosikan kesehatan mental harus fokus pada cara-cara untuk mendorong fungsi yang berkembang sepanjang rentang hidup dan dalam semua konteks (Arriaga, 2024).

Ekspresi kreatif berpotensi untuk meningkatkan kesejahteraan kognitif, emosional, fisik, dan sosial individu dari segala usia. Terdapat hubungan dinamis antara ekspresi kreatif dan kesehatan mental dan berfungsi sebagai kerangka teoritis untuk menjelaskan pengaruh dan proses yang terlibat dalam hubungan ini. Proses kognitif ini meningkatkan ketahanan, kemampuan beradaptasi, dan keterampilan mengatasi individu, sehingga meningkatkan hasil kesehatan mental yang positif. Selain itu, dukungan dan koneksi sosial merupakan faktor penting dalam hubungan kreativitas-kesehatan mental, karena upaya kreatif sering kali melibatkan interaksi sosial dan keterlibatan komunitas. Aktivitas kreatif kolaboratif menumbuhkan rasa tujuan, kepuasan, dan integrasi sosial yang penting untuk kesejahteraan (Berluche, 2024).

Anak yang memiliki kesejahteraan sosial emosional adalah anak yang bahagia, percaya diri, mandiri, mampu menjaga hubungan dengan orang lain, dan mengatur emosi. Kemampuan mengatur emosi pada usia 2 tahun berhubungan dengan keberhasilan akademis dan produktivitas pada usia 5

tahun. Kesejahteraan sosial dan emosional mudah terlihat pada anak-anak dengan gaya keterikatan aman yang berkembang melalui interaksi interpersonal awal (Rumble, Jindal, Ross, 2024).

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Lavric, M., & Soponaru, C. (2023) menjelaskan hubungan antara seni, khususnya terapi seni, dan perkembangan emosional, sosial, serta kognitif anak, dengan fokus pada anak-anak dengan kebutuhan pendidikan khusus yang memiliki defisiensi neuro-psiko-motorik. Terapi seni terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan pada anak-anak dengan kebutuhan khusus. Melalui seni, anak-anak dapat mengekspresikan emosi yang sulit diungkapkan dengan kata-kata, yang membantu mereka memproses perasaan cemas dan stres. Program terapi seni yang terstruktur memungkinkan mereka untuk mengekspresikan diri dengan cara yang lebih mendalam, mengurangi gejala kecemasan, serta meningkatkan kesejahteraan emosional. Penelitian menunjukkan penurunan signifikan tingkat kecemasan pada anak-anak yang berpartisipasi dalam program terapi seni dibandingkan dengan kelompok yang tidak mengikuti terapi. Seni membantu meningkatkan perilaku prososial dan empati pada anak. Terlibat dalam kegiatan seni, terutama dalam lingkungan kelompok, memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk bekerja sama, berkomunikasi, dan memahami perspektif orang lain.

Efektivitas ruang publik sebagai tempat pembelajaran non-formal

Lukisan anak-anak dapat membangkitkan kebahagiaan publik melalui sarana visual dan membawa inspirasi kreatif yang tak terbatas bagi para seniman. Dalam proses peningkatan kualitas hidup secara bertahap, warga negara memiliki persyaratan yang lebih tinggi untuk lingkungan perkotaan dan ruang budaya publik, yang akibatnya mendorong perkembangan seni publik perkotaan. Oleh karena itu, karena era digital saat ini, penelitian ini merasa perlu untuk mempelajari dan mengeksplorasi perkembangan dan metode kreatif seni publik perkotaan. Studi yang dilakukan oleh Luo, Na, Rahinah Ibrahim, dan Sazrinee Zainal Abidin (2022) menjelaskan bahwa dengan menerapkan fitur visual dan pemikiran lukisan anak-anak pada seni publik, seniman dapat merancang karya seni berkualitas tinggi yang sesuai untuk kota, yang dapat meningkatkan kebahagiaan orang di ruang publik.

Ruang publik efektif sebagai tempat pembelajaran non-formal karena menyediakan akses yang lebih luas dan fleksibel bagi masyarakat untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan. Ruang-ruang ini memungkinkan partisipasi masyarakat dalam berbagai kegiatan edukatif, termasuk pelatihan keterampilan, diskusi, dan kegiatan komunitas. Penggunaan ruang publik juga memperkuat

aspek sosial dan keterhubungan antarindividu, yang penting dalam proses pembelajaran. Selain itu, ruang publik menawarkan suasana belajar yang lebih terbuka dan tidak kaku, yang dapat mendorong motivasi serta keterlibatan peserta untuk terus belajar dan beradaptasi dengan tantangan global (Melania, Kadir, Respati, Gupta, 2024).

Car Free Day (CFD) Yos Sudarso mendukung partisipasi anak-anak dalam kegiatan seni rupa dengan menyediakan ruang terbuka dan bebas kendaraan yang aman serta nyaman bagi mereka untuk berekspresi. Di CFD ini, berbagai komunitas seni sering kali menyelenggarakan workshop atau pameran seni yang melibatkan anak-anak secara langsung. Mereka diajak untuk menggambar, melukis, atau membuat kerajinan tangan dalam suasana yang santai dan penuh semangat. Selain itu, kegiatan seni di ruang publik seperti ini memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk belajar teknik-teknik seni secara langsung dari seniman lokal, yang tidak hanya meningkatkan keterampilan artistik mereka, tetapi juga memperkaya pengalaman kreatif mereka.

Partisipasi anak-anak dalam seni rupa di CFD Yos Sudarso juga memperkuat interaksi sosial dan kepercayaan diri. Melalui kegiatan seni di tempat terbuka, anak-anak dapat berinteraksi dengan teman-teman baru, berbagi ide, dan menunjukkan hasil karya mereka kepada publik. Hal ini membantu mereka belajar untuk lebih terbuka dalam berkomunikasi serta meningkatkan apresiasi mereka terhadap seni dan budaya lokal. Dengan dukungan masyarakat dan seniman yang terlibat, CFD Yos Sudarso menjadi wadah yang positif untuk mengembangkan bakat dan minat seni rupa anak-anak sambil membangun lingkungan yang mendukung kreativitas mereka sejak dini.



Gambar 1. Anak melukis dengan mencontoh

Dalam seni, terdapat beberapa unsur yang sangat berpengaruh, antara lain ekspresi kreatif, kolaborasi, dan pengalaman sensorik. Masing-masing memiliki peran penting, namun manfaat yang paling signifikan dapat bergantung pada konteks dan tujuan pembelajaran atau pengalaman seni itu sendiri.

Ekspresi Kreatif: Ini mungkin unsur yang paling penting dalam seni, karena seni pada dasarnya adalah bentuk komunikasi pribadi dan unik dari pembuatnya. Ekspresi kreatif memberikan kebebasan bagi individu untuk mengeksplorasi ide, emosi, dan pengalaman pribadi mereka dalam bentuk visual atau artistik. Hal ini membantu meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan inovasi, serta berkontribusi pada perkembangan pribadi, termasuk rasa percaya diri dan pemecahan masalah.

Kolaborasi: Dalam proyek-proyek seni yang melibatkan banyak pihak, kolaborasi memainkan peran kunci. Kolaborasi memungkinkan pertukaran ide, membangun komunikasi yang lebih baik, dan belajar dari perspektif orang lain. Dalam konteks seni publik atau komunitas, kolaborasi juga dapat membangun rasa kebersamaan dan solidaritas, serta memperkuat dinamika kelompok yang positif.

Pengalaman Sensorik: Seni memberikan manfaat besar melalui pengalaman sensorik, seperti penglihatan, sentuhan, dan kadang-kadang pendengaran. Pengalaman ini memperkaya keterhubungan individu dengan dunia di sekitar mereka. Terlibat dalam seni rupa, misalnya melalui lukisan atau patung, memberikan stimulasi sensorik yang mendalam, yang dapat meningkatkan kemampuan persepsi, kepekaan estetika, dan bahkan kesejahteraan emosional.

Dalam kegiatan seni di CFD Yos Sudarso, ekspresi kreatif memberikan manfaat paling signifikan. Ini karena CFD menyediakan ruang terbuka di mana anak-anak dan peserta lain dapat mengekspresikan ide, perasaan, dan imajinasi mereka dengan bebas melalui berbagai medium seni. Lingkungan yang terbuka dan bebas dari tekanan akademik memungkinkan mereka untuk lebih fokus pada kreativitas, mengasah keterampilan artistik, dan mengembangkan rasa percaya diri.



Gambar 2. Beberapa karya lukisan anak-anak

Selain itu, meskipun kolaborasi dan pengalaman sensorik juga hadir dalam kegiatan seni di CFD Yos Sudarso, ekspresi kreatif seringkali menjadi inti dari kegiatan ini. Kegiatan seperti menggambar dan mewarnai bersama memberikan peluang bagi individu untuk berkontribusi secara pribadi dalam proyek kolaboratif, sementara tetap mengutamakan kebebasan berekspresi.

Pengalaman ini memperkaya proses belajar seni dan mendorong anak-anak serta masyarakat umum untuk berkreasi tanpa batasan, membuat ekspresi kreatif menjadi aspek yang paling berdampak dalam konteks seni di CFD. Terapi seni dengan orang dewasa yang menderita gangguan kepribadian ditemukan dapat meningkatkan fungsi emosional dan sosial mereka, serta mengurangi kecemasan dan depresi pada orang dewasa, saat menerapkan terapi interpersonal dinamis berbasis seni. Studi lain berfokus pada bagaimana pengembangan berbagai teknik terapi seni berpotensi meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan. Misalnya, teknik menggambar bersama terbukti membantu orang dewasa dalam mempelajari lebih lanjut tentang representasi internal mereka tentang kedekatan dan keintiman. Gambar keluarga yang dapat mendengar yang memiliki anak tunarungu atau sulit mendengar ditemukan dapat membantu dalam memahami dinamika keluarga dengan lebih baik (Karkou, 2022).



Gambar 3. Penampilan puisi anak-anak di CFD

Pelaksanaan CFD Yos Sudarso menyoroti bagaimana kegiatan seni rupa di ruang publik memberikan kebebasan ekspresi bagi anak-anak, sehingga meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka. Ini selaras dengan temuan Luo et al. (2022), yang menunjukkan bahwa seni anak-anak yang diaplikasikan dalam bentuk seni publik 3D di ruang kota dapat meningkatkan kebahagiaan masyarakat secara keseluruhan. Hal ini menunjukkan bahwa seni yang terlibat dengan masyarakat, khususnya karya anak-anak, berperan dalam membangkitkan emosi positif dan kesejahteraan. Namun, perbedaan utama muncul dalam pendekatan emosional dan pendidikan. Studi Guo (2024) meneliti keterlibatan seni di kalangan mahasiswa di China, yang lebih berfokus pada pengembangan self-efficacy dan emotional intelligence (EI) melalui pendidikan seni formal. Seni di sini berperan dalam membangun modal psikologis positif dan mengurangi stres, terutama dalam konteks akademis, yang sedikit berbeda dari konteks ruang publik terbuka di CFD.

KESIMPULAN

Program pengabdian ini menunjukkan bahwa pembelajaran seni rupa dan seni pertunjukan di ruang publik, khususnya di CFD Yos Sudarso, Palangka Raya, memiliki potensi besar dalam mendukung kesejahteraan psikologis anak-anak. Aktivitas seni yang dilakukan dalam program ini menciptakan ruang inklusif bagi anak-anak untuk mengekspresikan diri, meningkatkan rasa percaya diri, mengasah kreativitas, serta memperkuat keterampilan sosial mereka. Seni pertunjukan, seperti drama interaktif, juga memberikan pengalaman kolaboratif yang membantu memperkuat kemampuan komunikasi dan kerja sama anak-anak.

Ruang publik, seperti CFD, telah terbukti menjadi platform edukasi non-formal yang inklusif dan mudah diakses. Melalui program pengabdian ini, anak-anak dapat terlibat langsung dalam aktivitas seni yang dirancang untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka. Selain itu, komunitas lokal turut mendapatkan manfaat melalui interaksi lintas kelompok sosial yang terjadi selama kegiatan berlangsung.

Berdasarkan pelaksanaan program ini, direkomendasikan untuk terus mengembangkan kegiatan seni yang lebih interaktif dan partisipatif. Langkah lanjutan yang dapat dilakukan meliputi penciptaan instalasi seni publik yang melibatkan anak-anak dan masyarakat dalam proses kreatifnya. Dukungan dari komunitas seni, institusi pendidikan, dan pemerintah lokal sangat diperlukan untuk menjamin keberlanjutan program ini, sehingga dapat memberikan dampak yang lebih luas bagi kesejahteraan anak-anak dan komunitas secara keseluruhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adu, G. A., & Mpuangan, K. N. (2022). Developing Psychological Well-Being Among School Children Through Conceptualization Approach. *European Journal of Education and Pedagogy*, 3(4), 123–127. <https://doi.org/10.24018/ejedu.2022.3.4.374>
- Christner, N., Essler, S., Hazzam, A., & Paulus, M. (2021). Children's psychological well-being and problem behavior during the COVID-19 pandemic: An online study during the lockdown period in Germany. *PloS one*, 16(6), e0253473. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0253473>
- Ducel Jean-Berluche. (2024) Creative expression and mental health. *Journal of Creativity*. Volume 34, Issue 2. <https://doi.org/10.1016/j.jyoc.2024.100083>. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2713374524000098>

- Fancourt, D., & Finn, S. (2019). What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being?: A scoping review. WHO Regional Office for Europe.
- Guo, Y. (2024). Potentials of Arts Education Initiatives for Promoting Emotional Wellbeing of Chinese University Students. *Frontiers in Psychology*, 15:1349370.
- Hirose J. (2024). How do question-answer exchanges among generations matter for children's happiness?. *PloS one*, 19(6), e0303523. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0303523>
- Jin Xuguang , Ye Yuan. Impact of fine arts education on psychological wellbeing of higher education students through moderating role of creativity and self-efficacy. *Frontiers in Psychology*. 13. 2022. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2022.957578>.
- Karkou, V., Sajnani, N., Orkibi, H., Groarke, J. M., Czamanski-Cohen, J., Panero, M. E., Drake, J., Jola, C., & Baker, F. A. (2022). Editorial: The Psychological and Physiological Benefits of the Arts. *Frontiers in psychology*, 13, 840089. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.840089>
- Lavric, M., & Soponaru, C. (2023). Terapi Seni dan Perkembangan Sosial Emosional pada Siswa Berkebutuhan Pendidikan Khusus: Pengaruhnya terhadap Kecemasan, Empati, dan Perilaku Prososial. *Revista Românească pentru Educație Multidimensională*, 15 <https://doi.org/10/R/15.1/714>
- Luo, N., Ibrahim, R., & Abidin, S. Z. (2022). Transformation of Children's Paintings into Public Art to Improve Public Spaces and Enhance People's Happiness. *International journal of environmental research and public health*, 19(24), 16780. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416780>
- Patrícia Arriaga, Magda P. Simões, Sibila Marques, Raquel Freitas, Helena D. Pinto, Maria Paula Prior, Sílvia Candeias, Margarida Rodrigues. (2024). From art to insight: The role of a creative arts therapies group workshop on college students' well-being, self-awareness, and loneliness. *The Arts in Psychotherapy*. Volume 90. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2024.102188>. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S019745562400073X>
- Qi, J., Mazumdar, S. & Vasconcelos, A.C. Understanding the Relationship between Urban Public Space and Social Cohesion: A Systematic Review. *Int. Journal of Com. WB* 7, 155–212 (2024). <https://doi.org/10.1007/s42413-024-00204-5>
- Rumble, HF, Jindal-Snape, D., & Ross, J. (2024). Partisipasi dalam seni visual dan kesejahteraan sosial emosional anak usia dini: tinjauan cakupan. *Education 3-13* , 1–16. <https://doi.org/10.1080/03004279.2024.2304790>

Subramanyam, A. A., Somaiya, M., & De Sousa, A. (2024). Mental health and well-being in children and adolescents. *Indian journal of psychiatry*, 66(Suppl 2), S304–S319. https://doi.org/10.4103/indianjpsychiatry.indianjpsychiatry_624_23