

Potensi Art Gallery Sebagai Wisata Edukasi Dan Sarana Therapy Mental Disorder

Dena Putri Wardani ^{1, @}, Hana Murtiningsih ^{2, @}, Pretty Zinta Sinurat ^{3, @}, Salsabila Hidayat ^{4, @}, Syahda Siti Syahiffah ^{5, @}, Rama Wijaya Abdul Rozak ^{6, @}, Erry Sukriah ^{7, @}

^{1,2,3,4,5,6,7} Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Universitas Pendidikan Indonesia

ARTICLE INFO

Keywords:
Art Therapy,
Art Gallery,
Edutourism,
Tourism,
Mental Disorder.

ABSTRACT

Indonesia has many cases of mental disorders, but only a few people choose to consult to a psychologist. By looking at the many art gallery in Bandung, researchers want to see the potential of art gallery in dealing with mental disorders and see their potential as educational tourism that play a role in increasing the knowledge repertoire of visitors. The method used in this study uses a quantitative approach, with data collection through questionnaires and observation. It was found that some visitors to art gallery have symptoms of mental disorders and use art gallery as a means to express themselves, as well as a means of therapy in dealing with symptoms of mental disorders without having to visit a psychologist. Art gallery are proven to be able to provide serenity to visitors and become a means to channel the emotions of visitors when visiting art galleries. The ability to express oneself can make individuals calmer so that they can reduce symptoms of depression. The role of art gallery as educational tourism is proven to provide knowledge about art to visitors, besides that art gallery also provide opportunities for visitors to express and create their works of art.



This is an open access article under the CC BY-SA License

@ denaapw@upi.edu
@ hanamurtin@upi.edu
@ prettyzintasnrt@upi.edu
@ salbila.hidayat@upi.edu
@ syahdass@upi.edu
@ ramawijaya@upi.edu
@ ery_sukria@upi.edu

1. Pendahuluan

Art gallery dapat disebut sebagai tempat wisata edukasi, karena didalamnya terdapat fasilitas exhibition guide yang dapat memandu wisatawan untuk berkeliling sekaligus memberikan pengetahuan tentang cara untuk menghargai, mengapresiasi, serta penjelasan tentang arti dan filosofi dari karya seni yang sedang dipamerkan secara baik dan benar. Selain memberikan pengetahuan, art gallery juga menyediakan workshop yang dapat digunakan sebagai media penyaluran untuk menumbuhkan kreatifitas, motorik, serta emosi seseorang.

Seiring dengan berjalannya waktu muncul peran baru art gallery sebagai sarana terapi bagi pengidap mental disorder. Berdasarkan hasil riset yang dilakukan oleh Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey mengindikasikan sekitar 46.8 % dari sampel yang telah diuji mengidap mental disorder (Wahdi, et al., 2022). Menurut Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2018 lebih dari 19 juta penduduk Indonesia berusia 15 tahun ke atas mengalami gangguan mental emosional dan lebih dari 12 juta penduduk Indonesia dengan usia yang sama mengalami depresi. Dari data tersebut menunjukkan bahwa tingkat gangguan kesehatan mental pada remaja di Indonesia masih tinggi. Data yang diberikan oleh Riset Kesehatan Dasar menunjukkan hanya 9% penderita depresi dari 12 juta yang menjalani pengobatan medis ((Risksedas), 2018). Hal itu terjadi karena adanya beberapa faktor seperti biaya, fasilitas jumlah tenaga professional, dan stereotipe masyarakat terhadap kunjungan ke psikolog atau psikiater.

Art therapy sudah mulai digunakan sebagai sarana terapi bagi penyandang mental disorder. Berdasarkan hasil penelitian (Permatasari, Marat, & Suparman, 2017) (Saputra, Kartasmita, & Subroto, 2018) art therapy dapat menjadi sarana untuk mengurangi tingkat depresi pada lansia dan narapidana serta mengurangi kecemasan pada penderita kanker (Hasanat, 2010). Pada beberapa penelitian lain art therapy dapat menjadi media untuk menyalurkan emosi anak agar dapat mengontrol emosinya dan menghindari ledakan emosi yang tidak terkendali (tantrum) (Fauziyyah, Ifdil, & Putri, 2020). Menurut (Malchiodi, 2013) terapi ini dilakukan dengan cara menggambar, mewarnai, melukis dan melakukan kegiatan yang berhubungan dengan seni rupa.

Berdasarkan permasalahan tersebut perlu dijelaskan peran art gallery sebagai sarana untuk mengatasi mental disorder (Haniatussa'adah, 2022) (Putri, Fillianto, & Iriyanto, 2021). Hal ini menjadi tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dan potensi art gallery dalam mengurangi intensitas penderita mental disorder. Penelitian terdahulu masih jarang dan sedikit yang berfokus pada implementasi art therapy melalui art gallery serta potensi art gallery sebagai wisata edukasi, tetapi lebih berfokus membahas keefektifan art therapy sebagai cara meningkatkan mental health yang positif serta peran salah satu art gallery yang ada di Bandung, Selasar Sunaryo, sebagai wisata edukasi dalam mendukung pengembangan seni dan budaya yang berkelanjutan (Heenan & Deirdre, 2007) (Qalby, Khadijah, & Nugeraha, 2019).

2. Metode Penelitian

Dalam artikel ilmiah yang berjudul "Potensi Art Gallery sebagai Wisata Edukasi dan Sarana Terapi Mental Disorder" peneliti menggunakan metode pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode pengumpulan data melalui survey dan observasi terhadap pengunjung art gallery, kemudian menganalisis hasilnya untuk mengetahui seberapa besar faktor peran art gallery sebagai wisata edukasi dan sarana terapi mental disorder. Penelitian ini menggunakan 30 responden sebagai sampel yang memiliki kriteria yang sesuai dengan masalah pada penelitian ini.

Dalam penyusunan instrumen sebagai alat pengumpul data, variabel-variabel yang menjadi acuan utama peneliti dalam menyusun angket, terdiri atas angket tentang identitas diri, latar belakang mental health, motivasi pengunjung, potensi sebagai wisata edukasi, dan potensi sebagai sarana terapi yang ada pada art gallery di Bandung. Dari 30 responden, didapat hasil

sebanyak 15 responden berumur 19 tahun, 10 responden berumur dibawah 19 tahun, dan 5 responden berumur lebih dari 19 tahun. Terdapat 24 responden perempuan dan 6 responden laki-laki. Terdapat 16 responden asal Bandung dan 14 responden berasal dari luar Bandung. Terdapat 24 responden yang berdomilisi di Bandung dan 6 responden berdomisili di luar Bandung. Terdapat 20 responden telah mengunjungi art gallery lebih dari 2 kali dan 10 responden mengunjungi art gallery untuk pertama kalinya. Terdapat 2 responden yang mengunjungi art gallery seorang diri, dan 28 responden bersama lebih dari 2 orang.

Salah satu lokasi yang digunakan dalam penelitian ini dengan tujuan untuk mengobservasi perilaku pengunjung di art gallery, yaitu Selasar Sunaryo Art Space. Perilaku yang ditunjukkan oleh pengunjung dapat menjadi indikasi gangguan mental yang dialami oleh pengunjung itu sendiri. Sehingga perilaku tersebut dapat digunakan untuk melihat bahwa art gallery dapat menjadi potensi wisata edukasi dan sarana terapi mental disorder.

Metode penelitian yang digunakan yaitu berupa analisis deskriptif yaitu dengan mengumpulkan data, dan mengklarifikasi.

3. Hasil dan Pembahasan

Tabel 1.1 Hasil Kuesioner

		Instrumen Penelitian	Jumlah
Indikasi memiliki gangguan mental	a.	Merasakan kehilangan minat & kesenangan dalam aktivitas	18
	b.	Merasa tidak berguna dan sulit mengatasi perasaan negatif hingga mempengaruhi aktifitas	25
	c.	Mengalami perubahan mood yang drastic	28
	d.	Membenci diri sendiri dan hampa dikeramaian	24
	e.	Memiliki perasaan bersalah yang berlebihan	27
	f.	Mengunjungi psikologi	4
Potensi Edukasi	a.	Mempelajari hal baru	28
	b.	Lebih ekspresif	28
	c.	Meningkatkan kreatifitas diri	28
Potensi sarana terapi	a.	Menyalurkan emosi	29
	b.	Mengontrol emosi	25
	c.	Memberikan ketenangan	30

Berdasarkan data yang diperoleh, mengindikasikan sebagian besar responden memiliki gangguan mental. Sebagian besar perilaku-perilaku di atas memiliki ciri-ciri yang sesuai dengan data World Health Organization mengenai gejala-gejala yang dialami oleh penderita *mental disorder*, diantaranya; depresi, gangguan bipolar, gangguan kecemasan, gangguan stres pasca trauma, *skizofrenia*, gangguan makan, perilaku yang mengganggu dan gangguan disosial (WHO, 2022).

Gangguan mental ditandai dengan adanya gangguan secara signifikan secara klinis pada perasaan yang dirasakan oleh penderita. Gangguan mental ini dapat disebabkan oleh faktor internal maupun eksternal. Faktor internal berarti gangguan mental yang timbul karena adanya faktor genetik atau bawaan lahir. Sedangkan faktor eksternal berarti gangguan mental yang timbul dari interaksi dengan lingkungan. Faktor eksternal cenderung lebih berisiko dalam memengaruhi gangguan kesehatan pada mental seseorang. Faktor eksternal tersebut dapat berupa kejadian buruk, seperti kekerasan masa kanak-kanak, pelecehan, kemiskinan, tekanan dari lingkungan sekitar (Hyman, Chrisholm, Kessler, Patel, & Whiteford, 2006). Sehingga, gangguan-gangguan tersebut dapat menyebabkan ketidakstabilan emosi dan perilaku seseorang yang berakibat pada terhambatnya aktifitas yang dijalani seseorang (WHO, 2022).

Berdasarkan penelitian, dari 30 responden hanya empat responden yang memilih berkonsultasi dengan psikolog. Padahal sebagian besar dari responden memiliki gejala *mental disorder* yang sesuai dengan kriteria yang dikeluarkan oleh World Health Organization. Kriteria tersebut diantaranya; kehilangan minat dan kesenangan dalam aktifitas, merasa tidak berguna dan sulit mengatasi perasaan negatif, mengalami perubahan *mood* yang drastis, membenci diri sendiri, dan memiliki perasaan bersalah yang berlebihan. Dari hasil data tersebut menunjukkan bahwa penderita cenderung memilih untuk tidak berkonsultasi dengan psikolog karena adanya beberapa faktor seperti biaya, fasilitas jumlah tenaga profesional, dan stereotipe masyarakat terhadap kunjungan ke psikolog atau psikiater ((Risksedas), 2018). Dengan adanya beberapa faktor penyebab rendahnya tingkat konsultasi kepada psikolog tersebut dapat menjadikan *art gallery* sebagai alternatif dalam penyembuhan *mental disorder* melalui terapi yang dapat disebut dengan *art therapy*. Hal ini dikarenakan biaya untuk mengunjungi *art gallery* tidak sebesar biaya konsultasi dengan psikolog. Bahkan, beberapa *art gallery* di Bandung tidak memungut biaya untuk tiket masuk. Selain itu, stereotipe masyarakat terhadap *art gallery* cenderung positif dan tidak sering dikaitkan dengan *mental disorder*. Sehingga penderita tidak dibebankan dengan stereotipe buruk dari masyarakat mengenai *mental disorder*.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, *art gallery* berpotensi menjadi sarana terapi mental health dan juga berpotensi menjadi wisata edukasi. Pengunjung dapat memanfaatkan *art gallery* sebagai sarana terapi untuk mengurangi gejala mental disorder tanpa harus mengunjungi psikolog. *Art gallery* terbukti dapat memberikan ketenangan kepada pengunjung dan menjadi sarana untuk menyalurkan emosi pengunjung saat mengunjungi *art gallery*. Kemampuan dalam mengekspresikan diri dapat membuat individu menjadi lebih tenang sehingga dapat mengurangi gejala depresi. Peran *art gallery* sebagai wisata edukasi terbukti memberikan pengetahuan mengenai seni kepada pengunjung, selain itu *art gallery* juga memberikan kesempatan kepada pengunjung untuk mengekspresikan dan menciptakan karya seninya sendiri.

Kemampuan dalam mengekspresikan diri dapat membuat individu menjadi lebih tenang, sehingga dapat mengurangi gejala depresi.

Daftar Pustaka :

Article :

- Fauziyyah, S. A., Ifdil, I., & Putri, Y. E. (2020). Art Therapy Sebagai Penyaluran Emosi Anak. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 109-111.
- Haniatussa'adah, H. (2022). Melukis Sebagai Terapi Diri Mental Illness. *texture, art & culture journal*, 39.
- Putri, D. R., Fillianto, A. D., & Iriyanto, J. B. (2021). Implementasi Art Theraphy Untuk Meningkatkan Coping Stress Terkait Permasalahan Perkembangan Di Usia Remaja. *Jurnal Talenta Psikologi*, 42-43.
- Qalby, S. A., Khadijah, U. L., & Nugeraha, A. (2019). Peran Selasar Sunaryo Art Space Sebagai Daya Tarik Wisata Edukasi di Kota Bandung. *Journal of Sustainable Tourism Research*, 14-15.
- Saputra, A., Kartasasmita, S., & Subroto, U. (2018). PENERAPAN ART THERAPY UNTUK MENGURANGI GEJALA DEPRESI PADA NARAPIDANA. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 186-187.

Book :

- (Risikesdas), R. K. (2018). Hasil Utama RISKESDAS 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Hasanat, N. U. (2010). KAJIAN TEORITIS PENGARUH ART THERAPY DALAM MENGURANGI KECEMASAN PADA PENDERITA. BULETIN PSIKOLOGI, 31-33.
- Heenan, & Deirdre. (2007). Art as therapy: an effective way of promoting positive mental health? *Disability & Society*, 179-191.
- Hyman, S., Chrisholm, Kessler, R., Patel, V., & Whiteford, H. (2006). Mental Disorders. In S. Hyman, Chrisholm, R. Kessler, V. Patel, & H. Whiteford, *Disease Control Priorities Related to Mental, Neurological, Developmental and Substance Abuse Disorders* (p. 1). Geneva: World Health Organization.
- Malchiodi, C. (2013, April 2). Defining Art Therapy in the 21st Century. *Psychology Today*, p. 1.
- Permatasari, A. E., Marat, S., & Suparman, M. Y. (2017). Penerapan Art Therapy untuk Menurunkan Depresi pada Lansia di Panti Werdha X. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni*, 184-186.
- Wahdi, A. E., Setyawan, A., Putri, Y. A., Wilopo, S. A., Erskine, H. E., Wallis, K., . . . Ramaiya, A. (2022). National Survey Report. Sleman: Center of Reproductive Health.
- WHO. (2022, June 8). Mental Disorders. World Health Organization, p. 1.