



## Karawitan sebagai Bentuk Art Therapy dalam Interaksi Sosial Siswa

Doni Santoso<sup>1\*</sup>, Guruh Sukma Hanggara<sup>1</sup>, Sri Panca Setyawati<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Guidance and Counseling Department, Fakultas of Teaching and Educational Science, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Kediri, Indonesia

\* Correspondence: [donisantoso2217@gmail.com](mailto:donisantoso2217@gmail.com)

### ABSTRACT

Penelitian ini mengeksplorasi karawitan sebagai bentuk *art therapy* dalam interaksi sosial siswa dari perspektif bimbingan dan konseling. Interaksi sosial merupakan aspek krusial dalam perkembangan remaja yang dapat difasilitasi melalui pendekatan kreatif seperti *art therapy*. Penelitian fenomenologi ini dilakukan di SMPN 8 Kediri dengan melibatkan satu pelatih dan tiga siswa kelas 8. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa karawitan sebagai bentuk *art therapy* musik efektif dalam memfasilitasi interaksi sosial melalui kerjasama, komunikasi, dan pembentukan kohesivitas kelompok. Masalah dan konflik dikelola secara konstruktif sehingga menjadi peluang pembelajaran. Karawitan membantu siswa mengembangkan keterampilan komunikasi, empati, toleransi, dan pengendalian emosi yang merupakan kompetensi penting dalam layanan bimbingan pribadi-sosial. Implikasi bagi konselor sekolah adalah pemanfaatan karawitan sebagai media konseling kelompok dan *art therapy* untuk mengatasi masalah isolasi sosial, kecemasan sosial, dan pengembangan keterampilan interpersonal siswa.

### Article Info

Submitted Aug 19, 2025

Revised Sep 30, 2025

Accepted Oct 28, 2025

### Keywords:

Karawitan; Interaksi Sosial; Art therapy; Siswa

### INTRODUCTION

Interaksi sosial merupakan aspek fundamental dalam perkembangan siswa, khususnya pada masa remaja di tingkat Sekolah Menengah Pertama. Menurut Soekanto (2013), interaksi sosial adalah hubungan sosial yang dinamis yang menyangkut hubungan antara individu dengan individu, individu dengan kelompok, maupun kelompok dengan kelompok. Dalam konteks bimbingan dan konseling, kemampuan berinteraksi sosial merupakan salah satu kompetensi yang perlu dikembangkan melalui layanan bimbingan pribadi-sosial.

Masalah interaksi sosial di kalangan siswa SMP cukup beragam, mulai dari isolasi sosial, kesulitan berkomunikasi, hingga konflik interpersonal. Penelitian Putra dan Rahman (2025) menunjukkan bahwa siswa dengan masalah interaksi sosial cenderung mengalami kesulitan akademik dan penyesuaian diri di sekolah. Oleh karena itu, konselor sekolah memerlukan pendekatan inovatif yang dapat memfasilitasi pengembangan keterampilan sosial siswa secara lebih efektif.

*Art therapy* merupakan salah satu pendekatan dalam bimbingan dan konseling yang menggunakan proses kreatif sebagai media terapi. Menurut Asyifa et al. (2021), *art therapy* efektif untuk menyelesaikan masalah pribadi-sosial, akademik, dan karier pada siswa usia sekolah. *Art therapy* mencakup berbagai teknik seperti menggambar, melukis, bermain musik, drama, dan aktivitas seni lainnya. Dalam konteks konseling, *art therapy* membantu klien mengekspresikan perasaan yang sulit diungkapkan secara verbal (Sholihah, 2017). Karawitan sebagai seni musik tradisional Jawa dapat dipandang sebagai salah satu bentuk *art therapy* musik. Menurut March sebagaimana dikutip Sholihah (2017), *art therapy* terbagi atas terapi menari, drama, bermain musik, dan seni visual. Terapi bermain musik memungkinkan individu bermain instrumen, bernyanyi, dan mendengarkan musik yang dapat membantu mengekspresikan emosi dan meningkatkan interaksi

sosial. Karawitan memiliki karakteristik unik yang mengharuskan pemain untuk bekerja sama secara harmonis, saling mendengarkan, dan menyinkronkan permainan mereka.

Interaksi sosial adalah proses komunikasi dan kontak antara individu dalam masyarakat. Soekanto (2012) membagi interaksi sosial menjadi dua bentuk utama: asosiatif dan disosiatif. Interaksi asosiatif mencakup kerjasama, akomodasi, dan asimilasi, sedangkan interaksi disosiatif meliputi persaingan, kontravensi, dan konflik. Dalam konteks bimbingan dan konseling, kemampuan berinteraksi sosial merupakan bagian dari kompetensi pribadi-sosial yang perlu dikembangkan siswa. Menurut Permendikbud tentang Bimbingan dan Konseling, layanan bimbingan pribadi-sosial bertujuan membantu siswa dalam memahami, menilai, dan mengembangkan kemampuan hubungan sosial yang sehat dan efektif dengan teman sebaya, guru, dan orang lain.

*Art therapy* adalah pendekatan konseling yang melibatkan proses kreatif sebagai media terapi. Asyifa et al. (2021) mendefinisikan *art therapy* sebagai kegiatan membuat karya seni untuk memenuhi kebutuhan psikologis dan emosional individu. Teknik *art therapy* mencakup menggambar, melukis, mewarnai, kolase, clay, dan aktivitas kreatif lainnya yang berhubungan dengan pembuatan seni. Penelitian Utami et al. (2023) menunjukkan bahwa *art therapy* efektif untuk menurunkan stres akademik pada mahasiswa. Mulyaningtyas (2023) juga menemukan bahwa konseling dengan teknik *art therapy* dapat mereduksi stres akademik. Dalam konteks masalah sosial, Putra dan Rahman (2025) menunjukkan bahwa *art therapy* efektif untuk meningkatkan interaksi sosial pada penyandang autisme melalui peningkatan kemampuan komunikasi dan pengurangan perilaku repetitif. Salah satu bentuk *art therapy* yang kurang dieksplorasi dalam konteks bimbingan dan konseling adalah music therapy melalui karawitan. Sholihah (2017) menyatakan bahwa terapi bermain musik memungkinkan individu bermain instrumen, bernyanyi, dan mendengarkan musik yang dapat diterima oleh semua orang karena tidak membutuhkan kerja otak yang berat untuk menginterpretasi alunan musik.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi untuk menggali pengalaman mendalam siswa dalam kegiatan karawitan dan bagaimana pengalaman tersebut membentuk pola interaksi sosial mereka. Penelitian dilaksanakan di SMPN 8 Kediri. Subjek penelitian terdiri dari satu Pelatih karawitan dan tiga siswa yang memainkan instrumen berbeda KD, BN, DM Teknik pengumpulan data menggunakan triangulasi: observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan metode analisis tematik untuk mengidentifikasi pola interaksi sosial yang muncul.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karawitan sebagai Art therapy Musik

Karawitan memenuhi karakteristik *art therapy* musik sebagaimana dikemukakan Sholihah (2017). Dalam kegiatan karawitan, siswa terlibat dalam bermain instrumen gamelan yang mengharuskan mereka mendengarkan, merasakan, dan merespons musik secara kolektif. Berbeda dengan terapi musik pasif, karawitan melibatkan partisipasi aktif siswa dalam menciptakan musik. Proses latihan karawitan menciptakan lingkungan terapeutik yang aman bagi siswa untuk mengekspresikan diri. Pelatih menciptakan atmosfer yang santai namun tetap terstruktur

*"kalau ngajar ya kayak gini santai tapi ya serius, pak rus gak galak juga terlalu nyantai, jadi tetap tegas saat ngajar"*. (Pelatih)

Pendekatan ini sejalan dengan prinsip *art therapy* yang menekankan pada proses kreatif dalam lingkungan yang mendukung. Karawitan mengharuskan siswa untuk bekerja sama secara intens, setiap instrumen memiliki peran spesifik yang harus diselaraskan untuk menghasilkan musik yang harmonis.

*"Dalam karawitan harus bareng-bareng harus kompak, gak ada yang menonjol, adanya saling melengkapi jadi kebersamaan saat nabuh paling penting biar gak hancur musiknya."* (KD)

Prinsip ini mengajarkan siswa tentang interdependensi positif, di mana kesuksesan individu bergantung pada kesuksesan kelompok. Karawitan juga mengembangkan kemampuan komunikasi verbal dan nonverbal siswa.

*"Saat udah nabuh pakai isyarat angka untuk nunjuk notasinya."* (BN)

*"Kalau pas nabuh isyaratnya kayak ngangguk atau nunjuk."* (KD)

Kemampuan membaca dan memberikan isyarat nonverbal ini penting dalam interaksi sosial sehari-hari dan merupakan kompetensi yang dapat ditransfer ke konteks lain. Melalui latihan rutin dan pengalaman bersama, siswa mengembangkan ikatan sosial yang kuat. Siswa juga mengungkapkan transformasi yang dialaminya

*"Dari yang malu akhirnya lebih mudah ngajak ngobrol dulu ke teman, bisa tanya tanpa khawatir apapun, terus bisa menghargai teman, lebih bisa kerjasama di mana pun."* (DM)

Transformasi ini menunjukkan bahwa karawitan efektif dalam mengatasi masalah kecemasan sosial. Dalam kegiatan karawitan dalam penerapannya masalah yang muncul umumnya terkait pembagian instrumen. Namun, pelatih memiliki strategi penyelesaian yang mendidik.

*"Kalau ada kita yang konflik pasti ditengahi, terus akhirnya kayak didamaikan caranya kayak gak menyalahkan satu pihak jadi gak ada anggota yang merasa dirugikan."* (KD)

Pendekatan ini mengajarkan siswa tentang resolusi konflik yang konstruktif dan empatik. Pengelolaan konflik yang dilakukan pelatih sejalan dengan prinsip konseling kelompok, di mana konselor berperan sebagai fasilitator yang membantu anggota kelompok mengatasi masalah mereka sendiri tanpa bersikap menghakimi. Penggunaan humor sebagai strategi defusing tension merupakan teknik konseling yang efektif.

*"Kalau pak rus semuanya diguyoni (dibercandain) jadi kalau ada masalah ya ditengahi tapi dijadiin candaan gitu, akhirnya temen-temen ya gak sampai dendam."* (DM)

### **Implikasi bagi Bimbingan dan Konseling**

Temuan penelitian ini memiliki implikasi penting bagi praktik bimbingan dan konseling di sekolah. Pertama, karawitan dapat dimanfaatkan sebagai media konseling kelompok untuk siswa dengan masalah interaksi sosial. Asyifa et al. (2021) menyatakan bahwa *art therapy* efektif untuk menyelesaikan masalah pribadi-sosial, dan penelitian ini mengonfirmasi hal tersebut dalam konteks karawitan.

Kedua, karawitan dapat menjadi alternatif terapi bagi siswa yang kesulitan mengekspresikan perasaan secara verbal. Seperti yang dikemukakan Sholihah (2017), *art therapy* menjadi transportasi keluarnya perasaan yang sulit diungkapkan secara verbal. Siswa yang mengalami kecemasan sosial atau kesulitan komunikasi dapat terbantu melalui ekspresi musikal dalam karawitan.

Ketiga, konselor sekolah dapat berkolaborasi dengan pelatih karawitan untuk mengintegrasikan nilai-nilai konseling dalam kegiatan ekstrakurikuler. Pelatih karawitan dalam penelitian ini secara tidak langsung telah menerapkan prinsip-prinsip konseling seperti menciptakan lingkungan yang aman, tidak menghakimi, menggunakan humor untuk defusing tension, dan memfasilitasi resolusi konflik.

Keempat, karawitan dapat menjadi program preventif untuk mengembangkan keterampilan sosial siswa. Transformasi yang dialami siswa menunjukkan bahwa karawitan tidak hanya mengatasi masalah yang sudah ada, tetapi juga mengembangkan kompetensi sosial yang akan berguna sepanjang hidup mereka.

### **KESIMPULAN**

Karawitan terbukti efektif sebagai bentuk *art therapy* musik dalam meningkatkan interaksi sosial siswa. Interaksi sosial yang terbentuk meliputi kerjasama, komunikasi verbal dan nonverbal, serta pembentukan kohesivitas kelompok. Masalah yang terjadi dalam penerapannya juga dapat dikelola secara konstruktif sehingga menjadi peluang pembelajaran bagi siswa. Dari perspektif bimbingan dan konseling, karawitan memiliki potensi besar sebagai media konseling kelompok, alternatif terapi untuk masalah pribadi-sosial, dan program preventif pengembangan keterampilan sosial. Konselor dapat melakukan penerapan dengan menerapkan beberapa hal yaitu: (1) Mengintegrasikan karawitan dalam program layanan bimbingan pribadi-sosial; (2) Berkolaborasi dengan pelatih karawitan untuk mengoptimalkan nilai-nilai terapeutik; (3) Menggunakan karawitan sebagai media konseling kelompok untuk siswa dengan masalah isolasi sosial dan kecemasan sosial; (4) Mengembangkan modul *art therapy* berbasis karawitan yang dapat diaplikasikan oleh konselor sekolah.

Penelitian lebih lanjut disarankan untuk mengeksplorasi efektivitas karawitan sebagai intervensi konseling dengan desain eksperimental, serta membandingkan efektivitas karawitan dengan bentuk *art therapy* lainnya dalam mengatasi masalah interaksi sosial siswa

## DAFTAR PUSTAKA

- Achilov, D., & Shaykhutdinov, R. (2018). Creative thinking and collective mobilisation in the Muslim world. *Religion, State and Society*, 46(4), 328-350. <https://doi.org/10.1080/09637494.2018.1484612>
- Antonietti, A., & Cesa-Bianchi, M. (2003). *Creatività nella vita e nella scuola*. Mondadori.
- Antonietti, A., Colombo, B., & Pizzingrilli, P. (2011). The WCR model of creativity: From concept to application. *The Open Education Journal*, 4, 80-89.
- Birgili, B. (2015). Creative and Critical Thinking Skills in Problem-based Learning Environments. *Journal of Gifted Education and Creativity*, 2(2), 71-71. <https://doi.org/10.18200/jgedc.2015214253>
- Cropley, A. (2009). *Creativity in education and learning - a guide for teachers and educators*. Routledge Falmer.
- Gardner, H. (2007). *Five Minds For the Future (Lima Jenis Pikiran yang Penting di Masa Depan)*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Gea, A. A. (2014). Sumber Daya Manusia Dalam Lingkungan Bisnis Global Kompetitif. *Humaniora*, 5(1), 52-61.
- Giorgetti, M., Pizzingrilli, P., & Antonietti, A. (2009). Creative problem solving. A new instrument to assess children's idea generation, Unusual Ulm, association and cognitive restructuring. *Proceeding of the Conference Excellence in Education "Leading Minds-Creating the Future."*
- Heyne, D., Sauter, F. M., Ollendick, T. H., Van Widenfelt, B. M., & Westenberg, P. M. (2013). Developmentally Sensitive Cognitive Behavioral Therapy for Adolescent School Refusal: Rationale and Case Illustration. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 17(2), 191-215. <https://doi.org/10.1007/s10567-013-0160-0>
- Hidayah, N. (2015). *Mengasah Keterampilan Berpikir Kritis dan Kreatif*. Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling: Revolusi Mental Dalam Bimbingan Dan Konseling.
- Kemdikbud. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Pertama (SMP)*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Kidd, J. M. (2006). *Understanding Career Counseling: Theory, Research and Practice*. University of London.
- Kurniawan, N. A., Hidayah, N., Akbar, S., Ramli, M., & Hanafi, H. (2024). Sustainable Village Planning Through Vocational Students' Career Decision Skills. In A. Hidayat, C. T. Handoko, S. Khoiriyah, A. Arif, & H. Saptaningtyas (Eds.), *Proceedings of the International Conference on Multidisciplinary Studies (ICoMSi 2023)* (Vol. 829, pp. 489-496). Atlantis Press SARL. [https://doi.org/10.2991/978-2-38476-228-6\\_40](https://doi.org/10.2991/978-2-38476-228-6_40)
- Kurniawan, N. A., Hidayah, N., Akbar, S., Ramli, M., Ngussa, B. M., Fitriyah, F. K., & Hanafi, H. (2024). Exploring Postponing Career Decisions of Indonesian Vocational Students from Biopsychosocial Dimension: A Path Analysis. *South Eastern European Journal of Public Health*, 375-385. <https://doi.org/10.70135/seejph.vi.863>
- Lindo, N. A., & Ceballos, P. (2020). Child and Adolescent Career Construction: An Expressive Arts Group Intervention. *Journal of Creativity in Mental Health*, 15(3), 364-377. <https://doi.org/10.1080/15401383.2019.1685923>
- Pizzingrilli, P., Valentia, C., Ceriolia, L., & Antonietti, A. (2015). Creative Thinking Skills From 6 To 17 Years As Assessed Through The WCR Test. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 191(2015), 584-590.
- Runco, M. A. (2008). Creativity and education. *New Horizons in Education*, 56, 96-104.
- Runco, M. A., Abdulla, A. M., Paek, S. H., Al-Jasim, F. A., & Alsuwaidi, H. N. (2016). Which Test of Divergent Thinking Is Best? *Creativity. Theories - Research - Applications*, 3(1), 4-18. <https://doi.org/10.1515/ctra-2016-0001>
- Saputra, R., Kurniawan, N. A., & Hanafi, H. (2023). Dimensi Keterampilan Keputusan Karir Disabilitas: Sistematis Literature. *PROCEEDINGS INTERNATIONAL CONFERENCE OF ISSUES IN MULTICULTURAL COUNSELING*.
- Skinner, E. A., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2016). *The development of coping: Stress, neurophysiology, social relationships, and resilience during childhood and adolescence*. Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-41740-0>

- Sternberg, R. J. (2012). Assessment of Creativity: An Investment-Based Approach. *Creativity Research Journal*, 24(1), 3-12.
- Tan, A. G., & Majid, D. (2011). Teachers' perceptions of creativity and happiness: A perspective from Singapore. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 15, 173-180.
- Tapscott, D. (2008). *Grown Up Digital: How The Next Generation is Changing Your World*. McGraw Hill.
- Zubaidah, S., Fuad, N. M., Mahanal, S., & Suarsini, E. (2017). Improving creative thinking skills of students through Differentiated Science Inquiry integrated with mind map. *Journal of Turkish Science Education*, 14(4), 77-91. <https://doi.org/10.12973/tused.10214a>
- Asyifa, I.N., Surur, N., & Susilo, A.T. (2021). Studi kepustakaan penerapan *art therapy* dalam bimbingan dan konseling. *Jurnal Psikoedukasi dan Konseling*, 5(2), 54-66. <https://dx.doi.org/10.20961/jpk.v5i2.52091>
- Mulyaningtyas. (2023). A systematic literature review (SLR): Penerapan konseling teknik *art therapy* untuk mereduksi stress akademik mahasiswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Pandohop*, 3(1), 34-39. <https://doi.org/10.37304/pandohop.v3i1.7930>
- Putra, F.H., & Rahman, I. (2025). Pendekatan *art therapy* untuk perilaku interaksi sosial bagi penyandang autisme di *art therapy center* Widyatama, Bandung, Jawa Barat. *Mandub: Jurnal Politik, Sosial, Hukum dan Humaniora*, 3(1), 125-132. <https://doi.org/10.59059/mandub.v3i1.2165>
- Sholihah, I.N. (2017). Kajian teoritis penggunaan *art therapy* dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di SMK. *Proceedings International Conference*, 173-182.
- Soekanto, S. (2013). *Sosiologi suatu pengantar (Edisi Revisi)*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Utami, W., Nurmala, M., & Prabowo, A. (2023). Pengaruh *art therapy* untuk menurunkan stres akademik pada mahasiswa. *Guidance: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 20(01), 113-122. <https://doi.org/10.34005/guidance.v20i01.2765>