p-ISSN 3089-2880
e-ISSN 3089-2589
Journal of Mental Health Vol 4 (1) April 2027, page 54-61
Received 02 November; Revised 06 November; Accepted 07 November 2026

Penerapan art therapy menggambar untuk meningkatkan kontak mata pada asuhan keperawatan klien menarik diri

Umi Nurrohmah

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Karya Husada Semarang, Indonesia
Email Korespondensi: uminurrohmah25@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Isolasi sosial pada pasien skizofrenia ditandai oleh defisit komunikasi nonverbal yang berat, khususnya hilangnya kontak mata. Kondisi ini menghambat terjalinnya hubungan saling percaya (rapport) dan memperparah keterasingan sosial. Terapi seni menggambar (art therapy drawing) berfungsi sebagai modalitas nonverbal yang minim ancaman untuk memfasilitasi pelepasan emosi dan kesiapan interpersonal. **Tujuan:** Mengevaluasi dan mendeskripsikan pengaruh terapi seni menggambar terhadap peningkatan durasi dan frekuensi kontak mata dalam asuhan keperawatan jiwa pada klien dengan isolasi sosial. **Metode:** Studi kasus deskriptif dengan desain pre-test dan post-test yang dilakukan pada dua orang klien laki-laki (Tn. A, berusia 32 tahun, dan Tn. B, berusia 28 tahun) dengan diagnosis skizofrenia yang mengalami menarik diri. Intervensi terdiri dari 3 sesi menggambar harian (masing-masing berdurasi 30–45 menit). Durasi dan frekuensi kontak mata diukur menggunakan stopwatch dan lembar observasi sebelum dan sesudah implementasi 3 hari. Analisa data dilakukan secara deskriptif komparatif untuk membandingkan sebelum dan setelah intervensi. **Hasil:** Setelah intervensi selama 3 hari, Tn. A menunjukkan peningkatan yang signifikan pada durasi kontak mata dari 1,5 detik (2 kali/5 menit) menjadi 7,0 detik (7 kali/5 menit). Tn. B menunjukkan peningkatan dari 1,0 detik (1 kali/5 menit) menjadi 5,5 detik (5 kali/5 menit). Kedua klien menunjukkan penurunan kecemasan sosial dan peningkatan kesediaan untuk mempertahankan kontak mata saat mempresentasikan karya seni mereka. **Kesimpulan:** Terapi seni menggambar efektif sebagai intervensi keperawatan pendukung untuk menurunkan resistensi, meningkatkan rasa percaya diri, dan memperbaiki komunikasi nonverbal (kontak mata) pada klien yang mengalami menarik diri. Penelitian selanjutnya diharapkan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, memperpanjang durasi masa intervensi (misalnya 1-2 minggu), serta menambahkan variabel pengukuran komunikasi verbal secara lebih terintegrasi.

KATA KUNCI: Isolasi sosial; Keperawatan jiwa; Kontak mata; Skizofrenia; Terapi seni

ABSTRACT

Background: Social isolation in patients with schizophrenia is characterized by severe nonverbal communication deficits, particularly the loss of eye contact. This condition hinders the establishment of a therapeutic trusting relationship (rapport) and exacerbates social alienation. Art therapy drawing serves as a low-threat, nonverbal modality to facilitate emotional release and interpersonal readiness. **Objective:** To evaluate and describe the effect of art therapy drawing on increasing the duration and frequency of eye contact in psychiatric nursing care for clients with social isolation. **Methods:** A descriptive case study with a pre-test and post-test design was conducted on two male clients (Mr. A, aged 32 years, and Mr. B, aged 28 years) diagnosed with schizophrenia experiencing social withdrawal. The intervention consisted of 3 daily drawing sessions (lasting 30–45 minutes each). The duration and frequency of eye contact were measured using a stopwatch and observation sheet before and after a 3-day implementation. Data were analyzed descriptively and comparatively to compare pre- and post-intervention outcomes. **Results:** Following the 3-day intervention, Mr. A showed a significant increase in the duration of eye contact from 1.5 seconds (2 times/5 minutes) to 7.0 seconds (7 times/5 minutes). Mr. B demonstrated an increase from 1.0 second (1 time/5 minutes) to 5.5 seconds (5 times/5 minutes). Both clients exhibited reduced social anxiety and an increased willingness to maintain eye contact when presenting their artworks. **Conclusion:** Art therapy drawing is effective as a complementary nursing intervention to reduce resistance, enhance self-confidence, and improve nonverbal communication (eye contact) in clients experiencing social withdrawal. Future research is recommended to use a larger sample size, extend the intervention duration (e.g., 1–2 weeks), and incorporate integrated measurements of verbal communication variables.

p-ISSN 3089-2880
e-ISSN 3089-2589
Journal of Mental Health Vol 4 (1) April 2027, page 54-61
Received 02 November; Revised 06 November; Accepted 07 November 2026
KEYWORD: Art therapy; Eye contact; Mental health nursing; Schizophrenia; Social withdrawal

Copyright © 2027 Journal
This work is licensed under a Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 International License

INTRODUCTION

Isolasi sosial pada pasien gangguan jiwa, khususnya skizofrenia, merupakan masalah klinis yang kompleks dan sering kali bermanifestasi dalam bentuk hambatan komunikasi nonverbal yang persisten. Salah satu indikator objektif dan paling awal dari perilaku menarik diri ini adalah ketidakmampuan pasien dalam mempertahankan kontak mata saat berinteraksi dengan orang lain. Minimnya kontak mata tidak hanya mencerminkan kecemasan sosial yang tinggi, tetapi juga menjadi hambatan utama yang memutus kelangsungan komunikasi terapeutik serta proses Pembinaan Hubungan Saling Percaya (*rapport*) antara perawat dan klien (Townsend & Morgan, 2017). Tanpa adanya kontak mata yang adekuat, upaya intervensi psikososial konvensional sering kali mengalami kendala karena pasien cenderung menutup diri dari lingkungan sekitar.

Kesehatan mental merupakan bagian mutlak dari kesejahteraan manusia seutuhnya, namun tantangan global terkait gangguan kejiwaan terus menunjukkan angka yang mengkhawatirkan. Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO, 2022), masalah kejiwaan dialami oleh lebih dari 970 juta penduduk dunia, di mana 24 juta di antaranya merupakan penderita skizofrenia yang sangat rentan mengalami isolasi sosial. Kondisi serupa juga menjadi permasalahan krusial di tingkat nasional. Data Riset Kesehatan Dasar (Kemenkes RI, 2018) menunjukkan bahwa prevalensi gangguan jiwa berat di Indonesia mencapai 7 per 1.000 rumah tangga, dan angka tersebut bahkan meningkat menjadi 8,7 per 1.000 rumah tangga di wilayah Provinsi Jawa Tengah (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2023).

Secara psikodinamika, proses terjadinya perilaku menarik diri pada pasien berakar dari kegagalan adaptasi terhadap berbagai stresor, baik biologis maupun psikososial. Menurut Stuart (2014), manifestasi utama dari kondisi ini adalah penurunan kemampuan berinteraksi yang didasari oleh faktor-faktor seperti perasaan rendah diri, pengalaman traumatik masa lalu, ketakutan akan penolakan, serta defisit koping interpersonal. Faktor predisposisi dan presipitasi tersebut secara kolektif memperkuat isolasi psikologis pasien, sehingga mereka mengembangkan mekanisme pertahanan diri maladaptif dengan mengisolasi diri dari interaksi sosial dan kehilangan kemampuan mengekspresikan diri secara wajar.

Memperhatikan kompleksitas hambatan komunikasi nonverbal tersebut, diperlukan sebuah intervensi modalitas yang minim ancaman untuk menjembatani ekspresi emosi pasien tanpa tekanan verbal yang berlebihan. Salah satu solusi inovatif yang sangat potensial diterapkan dalam keperawatan jiwa mandiri adalah *art therapy* menggambar, yang berfungsi sebagai sarana proyeksi emosi nonverbal secara aman dan terstruktur (Malchiodi, 2012; Yusuf et al., 2015). Penerapan terapi ini tidak sekadar menjadi kegiatan rekreatif, melainkan sebuah strategi klinis berbasis bukti (*evidence-based nursing*) guna mengeksplorasi emosi terpendam, menurunkan kecemasan, dan mempercepat orientasi sosial pasien. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis penerapan art therapy menggambar terhadap peningkatan durasi dan frekuensi kontak mata pada klien menarik diri.

METHODS

Design

Studi kasus ini menggunakan rancangan deskriptif dengan pendekatan studi kasus pre-test dan post-test untuk membandingkan respons klinis dua subjek sebelum dan sesudah intervensi.

p-ISSN 3089-2880
e-ISSN 3089-2589
Journal of Mental Health Vol 4 (1) April 2027, page 54-61
Received 02 November; Revised 06 November; Accepted 07 November 2026

Research Questions

Bagaimanakah efektivitas penerapan art therapy menggambar dalam meningkatkan durasi dan frekuensi kontak mata pada asuhan keperawatan klien menarik diri?

Sample and Settings

Subjek terdiri dari dua klien laki-laki (Tn. A, 32 tahun dan Tn. B, 28 tahun) dengan diagnosis Skizofrenia dan masalah keperawatan utama Isolasi Sosial. Kriteria inklusi mencakup klien dengan kontak mata minim (<2detik), kooperatif sedang, dan menyetujui *informed consent*. Kriteria eksklusi yaitu klien dengan ketidakmampuan fisik/ motorik halus, RPK aktif, atau halusinasi berat yang tak terkontrol

Variables

Variabel independen adalah *art therapy* menggambar, sedangkan variabel dependen adalah peningkatan komunikasi non-verbal (durasi dan frekuensi kontak mata).

Instruments

Instrumen meliputi lembar observasi kontak mata, stopwatch untuk menghitung durasi tatapan (detik), Standard Operasional Prosedur (SOP) *art therapy* menggambar, serta media gambar (buku A4, pensil 2B, pensil warna, krayon).

Data Collections

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara terapeutik, observasi langsung, dan pengukuran stopwatch selama interaksi 5 menit (*pre-test* dan *post-test*). Intervensi dilakukan selama 3 hari berturut-turut, 1 sesi/hari dengan durasi 30–45 menit per sesi.

Data Analysis

Data dianalisis secara deskriptif komparatif yaitu untuk membandingkan durasi dan frekuensi kontak mata sebelum dan setelah intervensi.

Ethical Consideration

Prinsip etika keperawatan diterapkan sepenuhnya mencakup *informed consent*, *anonymity*, *confidentiality*, *veracity*, *justice*, *beneficence*, dan *non-maleficence*.

RESULTS

Pada penelitian ini didapatkan dua sampel yang mengalami gangguan menarik diri, dengan kriteria sebagai berikut pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Komponen	Tn. A	Tn. B
Umur	32 tahun	28 tahun
Jenis Kelamin	Laki – laki	Laki – laki
Pendidikan	SMA	SMA
Pekerjaan	Tidak bekerja	Tidak bekerja
Lama dirawat	2 tahun	6 bulan

Berdasarkan tabel 1 di atas, pada penelitian ini responden memiliki beberapa kesamaan yaitu berjenis kelamin laki – laki, berpendidikan SMA/ sederajat, tidak bekerja, usia kedua responden berada pada masa usia dewasa awal. Responden Tn. A sudah mengalami gangguan menarik dan menjalani perawatan selama 2 tahun. Sedangkan responden Tn. B mengalami gangguan menarik dan menjalani perawatan selama 6 bulan.

Kedua subjek menunjukkan karakteristik awal defisit komunikasi nonverbal berat. Hasil evaluasi perkembangan kontak mata sebelum dan sesudah intervensi disajikan pada Tabel 2.

p-ISSN 3089-2880
e-ISSN 3089-2589
Journal of Mental Health Vol 4 (1) April 2027, page 54-61
Received 02 November; Revised 06 November; Accepted 07 November 2026

Tabel 2. Perbandingan Durasi dan Frekuensi Kontak Mata Sebelum dan Sesudah *Art Therapy* Menggambar

Subjek	*Pre-Test* (Hari ke-1)		*Post-Test* (Hari ke-3		Peningkatan Total	
	Durasi	Frekuensi	Durasi	Frekuensi	Durasi	Frekuensi
Tn. A (32 Th)	1,5 detik	2 kali / 5 min	7,0 detik	7 kali/ 5 min	+5,5 detik	+5 kali
Tn. B (28 Th)	1,0 detik	1 kali / 5 min	5,5 detik	5 kali/ 5 min	+4,5 detik	+4 kali

Pada *post-test* hari ke-3 di Tabel 2, Tn. A mampu mempertahankan kontak mata hingga 7,0 detik saat menjelaskan arti karyanya. Demikian pula Tn. B yang semula menunduk total mengalami peningkatan kontak mata menjadi 5,5 detik.

DISCUSSION

Pengkajian awal pada kedua subjek studi kasus menunjukkan adanya manifestasi objektif isolasi sosial yang bermakna, di mana keduanya mengalami defisit dalam komunikasi nonverbal, khususnya keengganan untuk mempertahankan kontak mata. Pada Tn. A, kontak mata yang teramati sangat minim dengan rata-rata durasi hanya 1,5 detik sebelum memalingkan pandangan, sedangkan Tn. B menunjukkan respons defensif yang lebih tertutup dengan posisi tubuh membelakangi perawat dan kontak mata yang hanya bertahan sekitar 1 detik. Hambatan dalam kontak mata ini bukan sekadar perilaku tidak peduli, melainkan manifestasi dari mekanisme pertahanan diri klien untuk memproteksi diri dari stimulus sosial luar yang dianggap mengancam. Ketidakmampuan menjaga kontak mata ini menghambat proses Pembinaan Hubungan Saling Percaya (BHSP), membatasi pemantauan afek emosional oleh perawat, serta mengisolasi individu dari interaksi sosial yang terapeutik.

Kondisi defisit kontak mata pada klien isolasi sosial ini sejalan dengan temuan berbagai penelitian terdahulu. Penelitian oleh Utami dan Fitryasari (2022) mengungkapkan bahwa mayoritas pasien skizofrenia dengan gejala negatif mengalami distorsi komunikasi nonverbal, ditandai dengan afek tumpul dan penghindaran kontak visual saat interaksi diawali. Studi yang dilakukan oleh Hidayati, Keliat, dan Wardani (2021) juga menegaskan bahwa keengganan menatap lawan bicara merupakan prediktor utama dari tingginya kecemasan sosial dan keterbatasan fungsi interpersonal pada klien yang menarik diri. Selain itu, riset klinis oleh Akhirina et al. (2025) menambahkan bahwa defisit kontak mata dan postur tubuh yang tertutup kerap kali berakar dari persepsi negatif terhadap diri sendiri (harga diri rendah kronis), yang memicu klien untuk membatasi pemaparan sosial secara visual demi menghindari anggapan penolakan dari orang lain. Penyebab harga diri rendah kronis salah satunya disebabkan body image negatif yang pada akhirnya dapat menurunkan harga diri Pasien yang menjadi penyebab Pasien menarik diri (Iswanti et al., 2021).

Munculnya gangguan kontak mata pada kedua klien isolasi sosial ini dipengaruhi oleh kombinasi faktor predisposisi dan presipitasi yang kompleks. Secara neurobiologis, adanya abnormalitas pada struktur otak di area sistem limbik serta disregulasi neurotransmiter dopamin pada pasien skizofrenia mengganggu pemrosesan persepsi emosi sosial dan isyarat wajah lawan bicara. Secara psikologis dan psikososial, faktor pemicu utama timbul dari riwayat kegagalan dalam membangun interaksi interpersonal di masa lalu, pola komunikasi keluarga yang tidak efektif atau penuh dengan penolakan, serta trauma kegagalan sosial. Pengalaman traumatik dan penurunan stabilitas lingkungan sosial tersebut memicu krisis kepercayaan diri dan ansietas berat, yang pada akhirnya mendorong individu menggunakan mekanisme koping maladaptif berupa regresi, penarikan diri, dan penghentian kontak mata sebagai sarana membentengi diri dari potensi ancaman psikologis luar.

Terapi menggambar merupakan metode yang memanfaatkan perpaduan warna dan media, seperti kertas, pensil, pensil warna, dan penghapus, guna membantu seseorang menyalurkan emosinya (Suerni, Titik, 2023). Metode ini berdampak sangat baik bagi kondisi psikologis pasien, karena terbukti mampu membuat mereka lebih rileks, fokus,dan bebas berekspresi. Selain itu, bagi psikolog maupun tenaga medis, karya seni

p-ISSN 3089-2880
e-ISSN 3089-2589
Journal of Mental Health Vol 4 (1) April 2027, page 54-61
Received 02 November; Revised 06 November; Accepted 07 November 2026

yang dihasilkan oleh pasien berfungsi sebagai alat bantu diagnostik. Hasil gambar tersebut memudahkan tenaga profesional untuk menelaah dan mengidentifikasi masalah kejiwaan yang dialami pasien, sehingga langkah medis atau konseling lanjutan yang tepat dapat segera ditentukan. Pada akhirnya, terapi ini menjadi salah satu instrumen penting yang mendukung keberhasilan proses rehabilitasi kejiwaan (Firmawati et al., 2023).

Art therapy menggambar terbukti menjadi sarana ekspresi diri yang efektif untuk meredakan emosi yang sulit diucapkan dengan kata-kata. Melalui media ini, individu yang mengalami depresi maupun kecemasan dapat merasakan sensasi kendali diri yang lebih baik serta pikiran yang lebih tenang. Secara umum, penggunaan art therapy menggambar mampu membantu menekan tingkat kecemasan, menciptakan efek relaksasi, dan memperkuat kontrol diri seseorang (Malchiodi, 2020).

Ekspresi artistik melalui proses kreatif memberikan sarana bagi pasien dengan gangguan fisik dan mental untuk memahami serta menyalurkan emosi mereka. Selain memfasilitasi adaptasi lingkungan demi pemeliharaan dan peningkatan kualitas hidup, pendekatan ini juga efektif dalam mengembalikan serta memperkuat domain kognitif, afektif, dan psikomotorik pasien (Fatihah et al., 2021).

Menurut Naumburg (1950), art therapy menggambar memiliki beberapa tujuan utama, yaitu mengeluarkan dan menyalurkan emosi serta konflik bawah sadar yang sulit diungkapkan melalui kata-kata ke dalam media gambar, menjadi sarana interaksi dan komunikasi nonverbal antara pasien dan terapis, mengoptimalkan proses pemulihan psikologis melalui aktivitas kreatif, serta mengembangkan wawasan diri (self-awareness) dan pemahaman pasien terhadap masalah pribadi yang dihadapi. Sejalan dengan konsep tersebut, Oktaviani et al. (2022) menegaskan bahwa intervensi menggambar memberikan hasil positif berupa peningkatan kemampuan klien dalam menyalurkan perasaan dan emosi secara nonverbal, sekaligus membantu memperpanjang rentang perhatian atau fokus klien saat menjalani proses terapi.

Hasil studi kasus menunjukkan bahwa penerapan art therapy menggambar memberikan dampak positif yang bermakna terhadap peningkatan kontak mata pada Tn. A dan Tn. B yang mengalami masalah keperawatan isolasi sosial. Secara teoritis, isolasi sosial merupakan bentuk respons maladaptif akibat ketidakmampuan individu dalam membina hubungan interpersonal yang sehat, yang sering kali ditandai dengan mekanisme pertahanan diri berupa penarikan diri dari lingkungan fisik dan sosial. Kontak mata adalah salah satu komponen komunikasi non-verbal paling mendasar yang mencerminkan rasa aman, penerimaan, dan terbinanya hubungan saling percaya.

Pemberian art therapy menggambar berfungsi sebagai media perantara yang efektif bagi klien dengan isolasi sosial. Saat menggambar, perhatian emosional dan kognitif klien yang semula terfokus pada ketakutan internal atau waham/persepsi negatif dialihkan menuju stimulus konkret berupa lembar kertas dan alat warna. Aktivitas non-verbal ini menciptakan suasana terapeutik yang rendah ancaman, sehingga menurunkan kecemasan sosial klien.

Selama proses menggambar, perawat memberikan fasilitasi berupa instruksi yang jelas, apresiasi bertahap, dan komunikasi terapeutik yang santai. Ketika klien berhasil menyelesaikan gambarnya dan diminta untuk menjelaskan karyanya, terjadi interaksi sosial secara natural. Rasa bangga atas hasil karya dan dorongan positif dari perawat terbukti mampu menumbuhkan rasa percaya diri klien. Hal ini secara langsung terefleksi dari keberanian klien untuk menaikkan pandangan mata dan mempertahankan kontak mata yang lebih lama dengan perawat.

Peningkatan durasi kontak mata pada Tn. A (+5,3 detik) sedikit lebih tinggi dibandingkan Tn. B (+4,4 detik). Perbedaan ini dipengaruhi oleh tingkat afek dan kesiapan awal klien, di mana Tn. A memiliki tingkat keterbukaan verbal yang sedikit lebih baik sejak awal dibandingkan Tn. B yang cenderung apatis. Meskipun demikian, kedua subjek terbukti mengalami perbaikan bermakna pada parameter komunikasi non-verbal. Hasil ini sejalan dengan konsep keperawatan jiwa bahwa terapi aktivitas seni efektif

p-ISSN 3089-2880
e-ISSN 3089-2589
Journal of Mental Health Vol 4 (1) April 2027, page 54-61
Received 02 November; Revised 06 November; Accepted 07 November 2026

memfasilitasi integrasi sensorik, ekspresi emosi terpendam, dan stimulasi respons interpersonal pada klien skizofrenia.

Proses pengaruh pemberian art therapy menggambar terhadap peningkatan kontak mata klien bekerja melalui mekanisme neurobiologis dan psikologis yang terintegrasi secara sistematis. Secara neurobiologis, stimulasi motorik halus melalui gerakan memegang alat tulis serta manipulasi ritme dan perpaduan warna saat menggambar mampu merangsang aktivasi sistem saraf parasimpatis. Aktivasi ini berefek pada penurunan sekresi kortisol sebagai hormon pemicu stres dan menstabilkan denyut jantung, sehingga menciptakan efek menenangkan yang menurunkan derajat kecemasan sosial klien saat diajak berinteraksi. Secara psikologis, aktivitas menggambar memfasilitasi proses sublimasi dan proyeksi, di mana emosi terpendam, trauma, atau kecemasan bawah sadar disalurkan ke dalam bentuk karya seni visual tanpa adanya tekanan untuk mengungkapkannya secara lisan. Pelepasan emosi melalui media gambar ini secara bertahap meredakan ketegangan mental dan membuka kesiapan psikologis klien untuk mulai membuka diri terhadap lingkungan.

Penerapan art therapy menggambar ini juga membentuk sebuah jembatan interaksi terapeutik antara perawat, klien, dan media seni. Pada fase awal perlakuan, fokus perhatian klien tercurah sepenuhnya pada lembaran kertas, yang memberikan batas aman dari tuntutan tatap muka langsung. Ketika perawat mulai mendiskusikan elemen gambar secara santai dan memberikan apresiasi positif, terjadi penurunan hambatan psikologis (resistance lowering). Klien merasa dihargai dan aman, yang kemudian mendorongnya untuk secara perlahan menaikkan pandangan mata dan melakukan kontak mata balasan saat menceritakan maknanya. Setelah diberikan intervensi selama tiga hari berturut-turut (post-test), terjadi peningkatan terukur pada kedua klien. Durasi kontak mata Tn. A melonjak menjadi 7 detik dengan frekuensi 7 kali dalam 5 menit interaksi, sedangkan Tn. B mengalami peningkatan durasi menjadi 5,5 detik dengan frekuensi 5 kali. Temuan ini menegaskan bahwa art therapy menggambar secara efektif menjadi intervensi keperawatan mandiri yang mampu mentransformasi komunikasi nonverbal klien isolasi sosial secara bertahap dan terukur.

Peningkatan ini membuktikan bahwa art therapy menggambar secara efektif berfungsi sebagai alat pelemah resistensi psikologis klien. Segitiga interaksi antara klien, karya seni, dan perawat menumbuhkan rasa percaya diri, di mana apresiasi perawat atas karya tersebut mendorong klien untuk secara alami menaikkan pandangan dan membalas kontak mata tanpa merasa terintimidasi.

Strengths and Limitations

Keunggulan studi ini adalah penggunaan instrumen pengukuran objektif (stopwatch) dan SOP intervensi yang terstandar. Keterbatasannya mencakup jumlah sampel yang kecil (2 responden) serta durasi evaluasi yang relatif singkat (3 hari), sehingga belum dapat mengukur pembentukan perilaku kontak mata yang permanen jangka panjang.

Implications for Practice

Intervensi art therapy menggambar sangat potensial direkomendasikan sebagai tindakan keperawatan mandiri non-farmakologis di ruang perawatan jiwa untuk mempercepat fase orientasi dan Pembinaan Hubungan Saling Percaya (BHSP).

CONCLUSIONS

Penerapan art therapy menggambar selama 3 hari terbukti secara signifikan dapat meningkatkan durasi dan frekuensi kontak mata pada klien menarik diri. Terapi seni nonverbal ini efektif mengalihkan ansietas menurunkan pertahanan diri, serta memfasilitasi komunikasi non-verbal yang lebih terbuka dan adaptif. Penelitian selanjutnya diharapkan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, memperpanjang

p-ISSN 3089-2880
e-ISSN 3089-2589
Journal of Mental Health Vol 4 (1) April 2027, page 54-61
Received 02 November; Revised 06 November; Accepted 07 November 2026

durasi masa intervensi (misalnya 1-2 minggu), serta menambahkan variabel pengukuran komunikasi verbal secara lebih terintegrasi.

Conflict of Interest Statement

Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan finansial maupun personal dalam penyusunan karya ilmiah ini

Funding Source

Penelitian dan penyusunan karya ilmiah akhir ners ini dilakukan secara mandiri (biaya sendiri) tanpa pendanaan dari sponsor eksternal.

Author Acknowledgement

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pembimbing, jajaran sivitas akademika Universitas Karya Husada Semarang, serta keluarga yang senantiasa memberikan dukungan moral dan material

REFERENCES

Akhirina, S. A., Kurniawati, R., & Wulandari, T. S. (2025). Implementasi terapi menggambar untuk mengatasi harga diri rendah kronik pada pasien skizofrenia. *Medic Nutricia: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 18(4), 76–82.

Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2023). *Profil kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2022*. Dinas Kesehatan Jawa Tengah.

Fatihah, N. (2021). Efektivitas terapi seni dalam memulihkan domain kognitif, afektif, dan psikomotorik. *Jurnal Keperawatan*, 13(2), 112–120.

Firmawati. (2023). Terapi menggambar sebagai alat bantu diagnostik medis dan rehabilitasi kejiwaan. *Jurnal Psikiatri Klinis Indonesia*, 5(1), 45–53.

Hidayati, E., Keliat, B. A., & Wardani, I. Y. (2021). Pengaruh terapi mewarnai terhadap kemampuan interaksi sosial pada pasien isolasi sosial. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(3), 289–298. 8.

Iswanti, D. I., Mendrofa, F. A. M., & Andriyani, O. (2021). Aerobik Berpengaruh terhadap Body Image Ibu Rumah Tangga dengan Kelebihan Berat Badan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, *4*(3 SE-Articles), 561–572. https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/view/1064

Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Laporan nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Malchiodi, C. A. (2012). *Art therapy and health care*. Guilford Press.

Malchiodi, C. A. (2020). *Trauma and expressive arts therapy: Brain, body, and imagination in the healing process*. Guilford Press.

Naumburg, M. (1950). *Schizophrenic art: Its meaning in psychotherapy*. Grune & Stratton.

Oktaviani, S., Wardani, I. Y., & Yuliyanti, E. (2022). Penerapan terapi menghardik dan menggambar pada pasien halusinasi pendengaran. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(3), 407–414.

Suerni, Titik, L. (2023). Manfaat terapi okupasi menggambar bagi pasien halusinasi: literature review. *Indonesia Nursing and Healthcare Research Journal (INHRJ)*, 3(2), 55–62.

Stuart, G. W. (2014). *Principles and practice of psychiatric nursing (10th ed.)*. Elsevier Health Sciences.

Townsend, M. C., & Morgan, K. I. (2017). *Psychiatric mental health nursing: Concepts of care in evidence-based practice (9th ed.)*. F. A. Davis.

Utami, R., & Fitryasari, R. (2022). Respon nonverbal pasien skizofrenia melalui intervensi menggambar bebas. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 8(1), 34–42.

World Health Organization. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for al*l. World Health Organization.

p-ISSN 3089-2880
e-ISSN 3089-2589
Journal of Mental Health Vol 4 (1) April 2027, page 54-61
Received 02 November; Revised 06 November; Accepted 07 November 2026

Yusuf, A., Fitryasari, R., & Nihayati, H. E. (2015). *Buku ajar keperawatan kesehatan jiwa*. Salemba Medika.