

## ABSTRAK

**Ghaida Nailah Muthmainnah:** Pengaruh Teknik *Art Therapy* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Mental Toughness* Anak Tunagrahita (Penelitian pada Siswa Kelas VI SDLB BC Bina Kasih Derwati).

Anak tunagrahita sering mengalami kesulitan dalam menghadapi berbagai tantangan baik di lingkungan sekolah maupun dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kemampuan anak dalam mengendalikan emosi, mempertahankan usaha ketika menghadapi kesulitan, menerima tantangan, serta membangun kepercayaan diri. Kemampuan tersebut dikenal sebagai *mental toughness*. Rendahnya *mental toughness* dapat menghambat kemampuan anak dalam menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan dan permasalahan yang dihadapi. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan *mental toughness* adalah melalui penerapan *art therapy* yang memanfaatkan kegiatan seni sebagai media ekspresi diri dan pengembangan kemampuan psikologis individu.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh teknik *art therapy* terhadap peningkatan kemampuan *mental toughness* pada anak tunagrahita kelas VI SDLB BC Bina Kasih Derwati.

Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori *mental toughness* yang dikemukakan oleh Clough, Earle, dan Sewell (2002) yang meliputi aspek *control*, *commitment*, *challenge*, dan *confidence*. Sementara itu, teknik *art therapy* mengacu pada teori yang dikemukakan oleh Naumburg (1950) dan Kramer (1971) yang menjelaskan bahwa kegiatan seni dapat digunakan sebagai media ekspresi diri sekaligus sarana untuk mendukung perkembangan psikologis individu.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *Single Subject Research* (SSR) desain A-B-A. Subjek penelitian merupakan seorang anak tunagrahita di kelas VI SDLB BC Bina Kasih Derwati. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi menggunakan instrumen lembar observasi *mental toughness*. Analisis data dilakukan menggunakan analisis visual dalam kondisi dan analisis visual antar kondisi untuk melihat perubahan perilaku sasaran pada setiap fase penelitian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik *art therapy* memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan kemampuan *mental toughness* pada anak tunagrahita. Hal tersebut ditunjukkan oleh adanya peningkatan kemampuan *mental toughness* dari fase *baseline 1* (A1) ke fase intervensi (B) dan bertahan pada fase *baseline 2* (A2). Secara keseluruhan terjadi peningkatan sebesar 20,83%, dengan aspek *control* menunjukkan peningkatan terbesar dibandingkan aspek *mental toughness* lainnya. Dengan demikian, teknik *art therapy* dapat digunakan sebagai salah satu alternatif intervensi untuk membantu meningkatkan kemampuan *mental toughness* pada anak tunagrahita.

**Kata Kunci:** *Art Therapy*, *Mental Toughness*, Anak Tunagrahita