



**PENGGUNAAN TERAPI SENI DALAM *TREATMENT* GANGGUAN MAKAN:
KAJIAN LITERATUR**

SKRIPSI

**DISUSUN OLEH:
ZAIDA MIRANTI PRIJATNA
705170279**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
2021**



PENGUNAAN TERAPI SENI DALAM *TREATMENT* GANGGUAN MAKAN:

KAJIAN LITERATUR

Skripsi Ini Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menempuh Ujian Sarjana Strata

Satu (S-1) Psikologi

DISUSUN OLEH:

ZAIDA MIRANTI PRIJATNA

705170279

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS TARUMANAGARA

JAKARTA

2021

KATA PENGANTAR

Pertama, penulis ingin mengucapkan puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan kehadiran-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Penggunaan Terapi dalam *Treatment* Gangguan Makan: Kajian Literatur”. Dengan bantuan-Nya, peneliti dapat memenuhi tugas akhir skripsi sebagai syarat untuk menempuh Ujian Sarjana Strata Satu (S1) Psikologi dengan kesehatan jasmani dan rohani yang baik.

Kedua, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada keluarga khususnya orang tua penulis, yang senantiasa mendukung dan membantu jalannya proses penulisan skripsi. Tanpa dukungan mereka, penulis tidak akan dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar.

Ketiga, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada Bapak Monty dan Ibu Linda selaku pembimbing pertama dan kedua yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan saran untuk membantu dan membimbing penulis dalam penulisan skripsi ini di tengah kesibukan mereka. Penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada para dosen Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara atas kontribusinya dalam penulisan skripsi ini serta untuk semua ilmunya selama penulis masih berada di bangku kuliah.

Terakhir, penulis ingin mengucapkan terima kasih semua para teman penulis yang ikut menjalani perkuliahan dengan penulis dari semester 1 hingga penulis dapat menyelesaikan kuliah. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada sahabat penulis, yang senantiasa menemani dan membantu proses pengerjaan skripsi dari awal sampai selesai. Terima kasih juga kepada semua pihak yang telah ikut membantu dan berkontribusi dalam pembuatan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih dipenuhi keterbatasan dan jauh dari sempurna, oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati dan tangan terbuka penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Seluruh penulisan skripsi ini sepenuhnya menjadi tanggungjawab penulis.

Jakarta, 30 Juni 2021

Zaida Miranti Prijatna

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR FIGUR	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
ABSTRAK	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Pertanyaan Penelitian	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Manfaat Teoritis	9
1.4.2 Manfaat Praktis	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
2.1 Terapi Seni.....	10
2.1.1 Gambaran Terapi Seni	10
2.1.2 Definisi Terapi Seni	12
2.1.3 Dimensi Terapi Seni	13
2.1.3.1 Terapi Seni Psikoanalisis	13
2.1.3.2 Terapi Seni Ekspresif	17
2.1.4 Jenis Terapi Seni	20
2.2 Gangguan Makan.....	21
2.2.1 Gambaran Gangguan Makan	21
2.2.2 Definisi Gangguan Makan	23
2.2.3 Dimensi Gangguan Makan	24
2.2.3.1 <i>Anorexia Nervosa</i> (AN).....	24
2.2.3.2 <i>Bulimia Nervosa</i> (BN)	25
2.2.3.3 <i>Binge Eating Disorder</i> (BED)	25
2.2.4 Faktor Penyebab Gangguan Makan	26
2.2.4.1 Faktor Biologis	26

2.2.4.2 Faktor Sosio-Kultural	28
2.2.4.3 Faktor Psikologis	29
2.3 Kerangka Berpikir.....	32
BAB III METODE PENELITIAN.....	34
3.1 <i>Eligibility Studies</i>	34
3.2 Kriteria Pencarian <i>Database</i> Penelitian	35
3.3 <i>Quality Assessment</i>	35
3.4 <i>Screening Studies</i>	36
BAB IV ANALISIS.....	40
4.1 Tabel Ringkasan	40
4.2 Hasil Penelitian	58
4.2.1 Faktor Terapeutik	59
4.2.1.1 Ekspresi	59
4.2.1.2 Katarsis	61
4.2.1.3 Proyeksi	62
4.2.2 Konflik dalam Gambar	62
4.2.2.1 Kontrol.....	63
4.2.2.2 <i>Body Image</i>	64
4.2.2.3 Isolasi.....	64
4.2.2.4 <i>Self-esteem</i>	65
4.2.2.5 <i>Split Self-image</i>	66
BAB V SIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN	69
5.1 Simpulan.....	69
5.2 Diskusi	70
5.3 Saran	72
5.3.1 Saran Teoritis.....	72
5.3.2 Saran Praktis.....	73
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR PUSTAKA.....	P-1
LAMPIRAN.....	L-1

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Tabel Ringkasan Literatur	40
---	----

DAFTAR FIGUR

Figur 1 Skema Proses Seleksi Referensi dengan PRISMA.....	39
Figur 2 Skema Hasil Penelitian	68

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Artikel 1—13 L-1

ABSTRAK

Zaida Miranti Prijatna (705170279)

Penggunaan Terapi Seni dalam *Treatment* Gangguan Makan: Kajian Literatur; Dr. Monty P. Satiadarma, MS/AT, MCP/MFCC, Psikolog & Linda Wati, M.Psi., Psikolog. Program Studi S-1 Psikologi, Universitas Tarumanagara, (i-ix, 73 halaman, P1-P7, L-1)

Salah satu karakteristik individu dengan gangguan makan adalah ketidakmampuannya dalam mengekspresikan diri secara verbal. Maka, terapi seni merupakan terapi yang efektif untuk individu dengan gangguan ini karena mekanisme inti dari terapi seni, yaitu kemampuan untuk melewati batasan komunikasi verbal dan memicu respon psikologis dan emosional melalui ekspresi seni. Dibandingkan dengan bentuk terapi lainnya, terdapat sedikit penelitian yang berfokus pada terapi seni dalam *treatment* gangguan makan. Literatur yang ada menunjukkan adanya kualitas terapeutik dari proses terapi seni yang kemungkinan dapat berguna dalam bidang gangguan makan. Penelitian ini membahas kegunaan terapi seni dalam *treatment* gangguan makan dengan tujuan: (1) mengevaluasi efektivitas terapi seni dalam *treatment* gangguan makan; (2) menjabarkan beberapa faktor terapeutik yang muncul berdasarkan literatur tentang terapi seni dan gangguan makan—ekspresi, katarsis, dan proyeksi; dan (3) melihat penggunaan terapi seni sebagai alat untuk mengidentifikasi konflik dalam klien dengan gangguan makan—kontrol, *body image*, isolasi, *self-esteem*, dan *split self-image*. Artikel dalam penelitian ini diambil dari *database* APA PsycNet, CORE, Google Scholar, ResearchGate, ScienceDirect, dan Wiley Online Library. Proses seleksi artikel diadaptasi dari PRISMA 2009 dan penemuan dianalisa dengan menggunakan metode kajian literatur. Artikel yang dikaji berfokus pada penggunaan terapi seni dalam *treatment* untuk *anorexia nervosa*, *bulimia nervosa*, dan *binge-eating disorder*—pada individu berusia 11-60 tahun yang bermayoritas perempuan. Hasil kajian literatur mengindikasikan bahwa penggunaan terapi seni dalam *treatment* gangguan makan terbukti efektif dan terdapat beberapa faktor terapeutik yang terlihat. Tema konflik tertentu dapat teridentifikasi melalui hasil karya seni klien dengan gangguan makan.

Kata kunci: terapi seni; gangguan makan; anorexia nervosa; bulimia nervosa; binge-eating disorder