SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN *ART THERAPY* (MELUKIS SKETSA) TERHADAP TINGKAT STRES PADA SISWA KELAS VI MI ISLAMIYAH REJOMULYO KOTA MADIUN

Oleh :

AIS ABDANUL JANNAH
NIM : 202202100

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
TAHUN 2026

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN *ART THERAPY* (MELUKIS SKETSA) TERHADAP TINGKAT STRES PADA SISWA KELAS VI MI ISLAMIYAH REJOMULYO KOTA MADIUN

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh :

AIS ABDANUL JANNAH
NIM : 202202100

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
TAHUN 2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi oleh :

Nama : Ais Abdanul Jannah

NIM : 202202100

Program Studi : Keperawatan

Judul : PENGARUH PEMBERIAN *ART THERAPY* (MELUKIS SKETSA) TERHADAP TINGKAT STRES PADA SISWA KELAS VI MI ISLAMIYAH REJOMULYO KOTA MADIUN

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada tanggal 10 Februari 2026

Oleh :

Pembimbing I	Pembimbing II
(Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes)	(Priyoto, S.Kep., Ns., M.Kes)
NUPTK. 7860759660230162	NUPTK. 0357760661130283

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan

(Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep)

NUPTK. 9923767668237032

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh :
Nama : Ais Abdanul Jannah
NIM : 202202100
Program Studi : Keperawatan
Judul : PENGARUH PEMBERIAN *ART THERAPY* (MELUKIS SKETSA) TERHADAP TINGKAT STRES PADA SISWA KELAS VI MI ISLAMIYAH REJOMULYO KOTA MADIUN

Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan telah memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) Pada Tanggal : 12 Februari 2026

Dewan Penguji

Ketua : (Aris Hartono., S.Kep., Ns., M.Kes) NUPTK. 4748756657130142 : .....

Penguji I : (Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes) NUPTK. 7860759660230162 : .....

Penguji II : (Priyoto, S.Kep., Ns., M.Kes) NUPTK. 0357760661130283 : .....

Mengesahkan
STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun
Ketua

Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes
NUPTK. 7860759660230162

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ais Abdanul Jannah

NIM : 202202100

Program Studi : Keperawatan

Judul : PENGARUH PEMBERIAN *ART THERAPY* (MELUKIS SKETSA) TERHADAP TINGKAT STRES PADA SISWA KELAS VI MI ISLAMIYAH REJOMULYO KOTA MADIUN

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) di suatu perguruan tinggi dan Lembaga Pendidikan lainya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan, baik yang sudah mampu belum/tidak dipublikasikan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Madiun, 3 Januari 2026



Ais Abdanul Jannah

NIM. 202202100

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama	: Ais Abdanul Jannah
Tempat dan Tanggal Lahir	: Madiun, 14 Februari 2004
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Alamat	: Jl. Kusumasari No.1B RT.14 RW.05 Kel. Rejomulyo, Kec. Kartoharjo Kota Madiun Jawa Timur
Email	: aisabdnl@gmail.com
Riwayat Pendidikan	:
1. Tahun 2008-2010	: TK Aisyiyah Bustanul Athfal 7
2. Tahun 2010-2016	: MIN Manisrejo Kota Madiun
3. Tahun 2016-2019	: MTsN Kota Madiun
4. Tahun 2019-2022	: MAN 1 Kota Madiun
5. Tahun 2022-sekarang	: STIKES Bhakti Husada Mulia Kota Madiun

MOTTO

"Apabila manusia ditimpa ke-susahan, dia berdoa kepada Kami dalam keadaan berbaring, duduk, atau berdiri. Namun, setelah Kami hilangkan kesusahan itu darinya, dia kembali (ke jalan yang sesat) seolah-olah dia tidak pernah berdoa kepada Kami untuk (menghilangkan) ke-susahan yang telah menimpanya. Demikianlah, dijadikan terasa indah bagi orang-orang yang melampaui batas itu apa yang selalu mereka kerjakan."
-(Q.S Yunus:12)-

"Jangan kecilkan Tuhanmu dengan minta yang kecil kecil"
-Ais Abdanul-

"Tiga cara hidup tenang yaitu sabar, ikhlas, dan bersyukur. Tidak harus melakukan semua paling tidak, bisa salah satu diantaranya. Tapi apa guna berharap tenang dikehidupan yang fana?"
-Ais Abdanul-

"Nikmat Tuhan tidak lain tidak bukan yaitu sebuah kehidupan"
-Ais Abdanul-

"Pengalaman jatuh bangun adalah guru terbaik"
-Ais Abdanul-

"Everything will be fine, no need to worry"
-Pepatah Jawa Kuno-

DAFTAR ISI

Sampul Depan 1
Sampul Dalam ii
LEMBAR PERSETUJUAN iii
LEMBAR PENGESAHAN iv
HALAMAN PERNYATAAN v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP vi
MOTTO vii
DAFTAR ISI viii
DAFTAR TABEL x
DAFTAR GAMBAR xi
DAFTAR LAMPIRAN xii
DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH xiii
KATA PENGANTAR xiv
PERSEMBAHAN xvi
ABSTRAK xviii
ABSTRACT xix
BAB 1 PENDAHULUAN xix
1.1 Latar Belakang ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.2 Rumusan Masalah ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.3 Tujuan Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.3.1 Tujuan Umum ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.3.2 Tujuan Khusus ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.4 Manfaat Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.4.1 Manfaat Teoritis ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.4.2 Manfaat Praktis ..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.1 Konsep Art Therapy ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.1.1 Sejarah *Art Therapy* ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.1.2 Definisi *Art Therapy* ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2 Konsep Melukis ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.1 Definisi Melukis ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.2 Manfaat Melukis ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.3 Teknik Melukis ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.4 Alat dan Bahan Melukis ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.3 Konsep Stres ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.3.1 Definisi Stres ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.3.2 Jenis dan Klasifikasi Stres ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.3.3 Tahapan Stres ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.3.4 Tingkat Stres ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.3.5 Sumber dan Faktor penyebab Stres . **Error! Bookmark not defined.**
2.3.6 Tanda dan Gejala Stres ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.3.7 Dampak Stres ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.3.8 Alat Ukur Stres ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.3.9 Penatalaksanaan Stres ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.3.10 Mekanisme *Art Therapy* terhadap Stres ..... **Error! Bookmark not defined.**

BAB 3 KERANGKA KONSEP ..... **Error! Bookmark not defined.**
3.1 Kerangka Konseptual ..... **Error! Bookmark not defined.**
3.2 Hipotesis Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB 4 METODE PENELITIAN ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.1 Desain Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.2 Populasi dan Sampel ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.2.1 Populasi ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.2.2 Sampel ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.2.3 Teknik Sampling ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.3 Kerangka Kerja ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.4 Identifikasi Variabel ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.4.1 Variabel Independent ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.4.2 Variabel Dependent ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.5 Definisi Operasional ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.6 Instrumen Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.6.1 Kuosioner ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.6.2 Standar Prosedur Operasional ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.6.3 Lembar Observasi ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.7 Waktu dan Tempat Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.7.1 Waktu ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.7.2 Tempat ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.8 Prosedur Pengumpulan Data ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.9 Pengolahan Data ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.10 Analisa Data ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.11 Etika Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.1 Hasil ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.1.2 Penyajian Data Umum ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.1.3 Penyajian Data Khusus ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.2 Pembahasan ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.2.1 Tingkat Stres Sebelum Dilakukan Pemberian *Art Therapy* (Melukis Sketsa) ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.2.2 Tingkat Stres Sesudah Dilakukan Pemberian *Art Therapy* (Melukis Sketsa) ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.2.3 Analisis Pengaruh Pemberian *Art Therapy* (Melukis Sketsa) Terhadap Tingkat Stres Siswa Kelas VI .... **Error! Bookmark not defined.**
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN ..... **Error! Bookmark not defined.**
6.1 Kesimpulan ..... **Error! Bookmark not defined.**
6.2 Saran ..... **Error! Bookmark not defined.**
DAFTAR PUSTAKA ..... **Error! Bookmark not defined.**
LAMPIRAN – LAMPIRAN ..... **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR TABEL

Tabel 4.5 Tabel Definisi Operasional……64
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelas Siswa MI Islamiyah Rejomulyo Kota Madiun……...75
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Siswa MI Islamiyah Rejomulyo Kota Madiun……..76
Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Siswa MI Islamiyah Rejomulyo Kota Madiun……...76
Tabel 5.4 Tingkat Stres Sebelum Dilakukan Intervensi Art Therapy (Pre-Test) Pada Siswa Kelas VI MI Islamiyah……...77
Tabel 5.5 Tingkat Stres Per-Aspek Sebelum Dilakukan Intervensi *Art Therapy* (*Pre-Test*) Pada Siswa Kelas VI MI Islamiyah…….77
Tabel 5.6 Tingkat Stres Sesudah Dilakukan Intervensi *Art Therapy (Post-Test)* Pada Siswa Kelas VI MI Islamiyah…….…….78
Tabel 5.7 Tingkat Stres Per-Aspek Sesudah Dilakukan Intervensi *Art Therapy* (*Post-Test*) Pada Siswa Kelas VI MI Islamiyah……78
Tabel 5.8 Uji Normalitas Tingkat Stres Menggunakan Uji *Shapiro Wilk*…….79
Tabel 5.9 Pengaruh *Art Therapy* (Melukis Sketsa) Terhadap Tingkat Stres pada siswa kelas VI MI Islamiyah Rejomulyo Kota Madiun……..…..79

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konsep……...58
Gambar 4.1 Desain Penelitian……61
Gambar 4.3 Kerangka Kerja……..……63

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohon Pengambilan Data Awal……..…94
Lampiran 2 Data Siswa Kelas VI MI Islamiyah Rejomulyo Kota Madiun……...95
Lampiran 3 Surat Etik Penelitian……...98
Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian……99
Lampiran 5 Surat Keterangan Selesai Penelitian…….100
Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden (*Informed Consent*)…….101
Lampiran 7 Lembar Permohonan Menjadi Responden……...102
Lampiran 8 SOP Penelitian……..103
Lampiran 9 Kuosioner *Perceived Stress Scale* (PSS-10)…….……106
Lampiran 10 Lembar Observasi Penelitan……...109
Lampiran 11 Lembar Observasi Tingkat Stres Responden……..110
Lampiran 12 Lembar Tabulasi Pengukuran Tingkat Stres Pada Responden…...111
Lampiran 13 Hasil Output Uji SPSS Pengaruh Pemberian *Art Therapy*…….....
(Melukis Sketsa)……...…….112
Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian……..118
Lampiran 15 Kartu Bimbingan Skripsi……..…….122
Lampiran 16 Proses Penyusunan Skripsi…….124

DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH

DAFTAR SINGKATAN

MI	: Madrasah Ibtidaiyah
BPS	: Badan Pusat Statistik
KPAI	: Komisi Perlindungan Anak Indonesia
PSS-10	: *Perceived Stress Scale-10*
DASS	: *Depression Anxiety Stress Scale*
HAAS/col	: *Hassles Assesment Scale For Stundents In Collage*
SPO	: Standar Prosedur Operasional
PPNI	: Persatuan Perawat Nasional Indonesia
SSRI	: Selective Serotonin Reuptake Inhibitor
SNRI	: Serototnin-Neropinephrine Reuptake Inhibitor
Rikesdas	: Riset Kesehatan Dasar
WHO	: World Health Organization

DAFTAR ISTILAH

Art therapy	: Terapi berbasis seni visual untuk mengekspresikan emosi, mengelola stres, dan mendukung penyembuhan psikologis.
Perceived Stress Scale-10	: Alat ukur self-report untuk menilai persepsi stres seseorang dalam 1 bulan terakhir.
Depression Anxiety Stress Scale	: Alat ukur self-report untuk mengukur depresi, kecemasan, dan stres.
Hassles Assesment Scale For Stundents In Collage	: Skala penilaian terhadap kejadian sehari-hari yang memicu stres pada mahasiswa.
Inform consent	: Persetujuan atau penjelasan
Internal pressure	: Tekanan atau tuntutan dari dalam atau individu itu sendiri
Eksternal pressure	: Tekanan atau tuntutan dari luar atau dari lingkungan sekitar

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi yang berjudul **"**Pengaruh Pemberian *Art Therapy* (Melukis Sketsa) terhadap Tingkat Stres pada Siswa Kelas VI MI Islamiyah Rejomulyo Kota Madiun" sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan pada Program Studi S1 Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun.

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

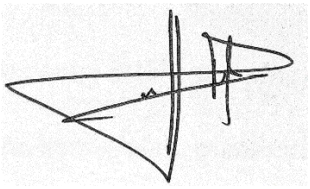
1. Bapak Andy Arifin, S.Pd Kepala Sekolah MI Islamiyah Rejomulyo Kota Madiun dan Guru MI Islamiyah Rejomulyo Kota Madiun, yang telah memberikan izin dan kesempatan untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut.
2. Ibu Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes selaku dosen pembimbing 1 dan juga ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun, yang telah bersedia meluangkan waktu ditengah kesibukan beliau untuk membimbing, memberi masukan dan juga arahan selama proses penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns, M.Kep selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun.
4. Bapak Aris Hartono., S.Kep., Ns., M.Kes selaku ketua dewan penguji yang telah memberikan banyak saran serta masukkan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Priyoto, S.Kep., Ns., M.Kes, selaku dosen pembimbing 2 dan wali kelas, yang telah dengan sabar memberikan masukan yang membangun dan arahan yang begitu teliti dan detail selama penyusunan skripsi ini.
6. Kedua Orang tua dan keluarga tercinta, atas segala doa yang dipanjatkan, dukungan finansial dan emosional, serta semangat yang tiada henti. Semoga keberhasilan ini nantinya bisa menjadi kebanggaan dan balasan kecil yang mungkin berarti atas semua kasih sayang yang telah diberi.
7. Teman-teman terdekat dan rekan seperjuangan, yang telah memberikan semangat dan kerja sama dalam proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, segala bentuk kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan di masa yang akan datang. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi nyata dalam dunia keperawatan, khususnya dalam penanganan stres pada anak usia sekolah melalui pendekatan non-farmakologis seperti *art therapy*.

Akhir kata, semoga Allah SWT senantiasa memberikan kekuatan, kesehatan, kelancaran serta petunjuk bagi kita semua dalam setiap langkah menjalani kebaikan dan kesuksesan, Aamiin ya rabbal alamin.

Madiun, 3 Januari 2026

Peneliti



Ais Abdanul Jannah

NIM : 202202100

PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan karunianya yang telah diberikan ke dalam hidup saya. Tak lupa sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW. Alhamdulillah Wasyukurillah Skripsi ini mampu saya selesaikan dengan tepat waktu dan juga saya persembahkan sebagai bukti cinta dan kasi sayang serta rasa syukur berterimakasih kepada orang orang yang amat sangat berharga bagi hidup saya. Bentuk karya yang cukup sederhana ini, penulis persembahkan kepada :

1. Bapak Muhadir kasmuni selaku ayah saya dan cinta pertama saya. Terimakasih karena selalu melindungi saya dan banyaknya hal yang sudah di usahakan dan diberikan kepada saya. Ibu Alim Musiyam wanita yang selalu memberikan semangat, dukungan dan doa doa yang diberikan tanpa kenal lelah, memberikan kasih sayang yang tak terkira jumlahnya hingga pada akhirnya saya mampu berada di tititk ini. Balasan apa pun yang saya beri tidak akan setimpal dengan apa yang telah kalian usahakan dan lakukan kepada saya terlebih cinta yang begitu besarnya kepada saya dalam menemani saya disetiap prosesnya. Semoga Allah SWT selalu memberi kesehatan, umur yang panjang dan rahmatnya kepada kalian berdua.
2. Teruntuk kakak pertama saya Arif Munaim, kakak kedua saya Achmad Fauzy, adik saya Ummu Kholifah, serta kakak ipar saya Dinana Nur Hayati dan Nisa'ul Fadhillah Robbani. Terimakasih karena selalu memberikan semangat dan dukungan sembari memberikan saran dan arahan disela kesulitan saya. Terimakasih kepada kalian yang membuat saya pada akhirnya mampu untuk

menjadi lebih kuat dan mandiri di kedepannya. Semoga Allah SWT selalu memberi kesehatan serta umur yang panjang kepada kalian.

3. Kemudian kepada saudara tak sedarah saya yang berada di grup *whatsapp* (semangat kompak anti lemes) dengan nomor nim dengan 2 angka dibelakangnya 07,11, dan 17. Terimakasih sudah hadir dikehidupan saya, yang selalu memberi semangat dan menemani disetiap proses saya. Semoga kita bisa terus bersama dan semoga Allah SWT senantiasa membrikan jalan dan kemudahan untuk kalian juga.
4. Dan untuk yang terakhir, penulis tujukan kepada dirinya sendiri Ais Abdanul Jannah. Terimakasih karena sudah mau bertahan dan berusaha sejauh ini. Terimkasih sudah mau belajar begitu banyak hal dan keluar dari zona ternyaman, hingga akhirnya mampu melawan begitu banyak rasa malas dan enggan untuk melangkah kedepan. Peluk jauh untuk anak kecil yang berada di diri penulis karena pada akhirnya dia mampu di titik yang pada awalnya tidak pernah terfikirkan untuk mengambil gelar ini. Semoga pencapaian ini selalu menjadi semangat di masa depan untuk mencoba dan mencapai banyak hal lain lagi. Semoga Allah SWT juga selalu memberikan jalan dan kemudahan penulis dimasa mendatang.

Program Studi Keperawatan
Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun
2026

ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN ART THERAPY (MELUKIS SKETSA) TERHADAP TINGKAT STRES PADA SISWA KELAS VI MI ISLAMIYAH REJOMULYO KOTA MADIUN

Ais Abdanul Jannah

Stres pada siswa kelas VI sekolah dasar menjadi permasalahan yang semakin meningkat seiring dengan bertambahnya tuntutan akademik dan tekanan untuk mencapai prestasi belajar yang optimal. Apabila tidak dikelola dengan baik, stres dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mental, kestabilan emosi, serta prestasi belajar siswa. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat stres adalah *art therapy* melalui kegiatan melukis sketsa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian *art therapy* (melukis sketsa) terhadap tingkat stres pada siswa kelas VI MI Islamiyah Rejomulyo Kota Madiun.

Penelitian ini menggunakan desain *pre-experimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Populasi penelitian adalah 26 siswa kelas VI yang mengalami stres ringan dan sedang, dengan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan meliputi kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS-10), lembar observasi, serta standar prosedur operasional (SPO) *art therapy*. Intervensi dilakukan dalam dua sesi, masing-masing selama 60 menit. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, 23 responden (88,5%) berada pada kategori stres sedang dan 3 responden (11,5%) pada kategori stres ringan. Setelah intervensi, sebagian besar responden berada pada kategori stres ringan sebanyak 21 responden (80,8%) dan 3 responden (11,5%) pada kategori tidak stres. Uji *Wilcoxon* menunjukkan hasil Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,000 (< α = 0,05) atau *p-value* < α 0,05, yang berarti terdapat pengaruh signifikan.

Dapat disimpulkan bahwa *art therapy* (melukis sketsa) efektif menurunkan tingkat stres dan dapat dijadikan alternatif intervensi nonfarmakologis dalam pengelolaan stres pada anak usia sekolah.

Kata kunci: *Art Therapy*, Melukis Sketsa, Stres, Siswa Sekolah Dasar

Nursing Study Program
Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun
2026

ABSTRACT

THE EFFECT OF ART THERAPY (SKETCH PAINTING) ON STRESS LEVELS AMONG SIXTH-GRADE STUDENTS AT MI ISLAMIYAH REJOMULYO MADIUN

Ais Abdanul Jannah

Stress among sixth-grade elementary school students has become an increasingly prominent issue as academic demands and pressure to achieve optimal academic performance continue to rise. If not properly managed, stress can negatively affect students' mental health, emotional stability, and academic achievement. One non-pharmacological intervention that can be used to reduce stress levels is art therapy through sketch drawing activities. This study aims to determine the effect of art therapy (sketch drawing) on stress levels among sixth-grade students of MI Islamiyah Rejomulyo, Madiun City.

This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest–posttest approach. The research population consisted of 26 sixth-grade students experiencing mild and moderate stress, selected using a total sampling technique. The instruments used included the Perceived Stress Scale (PSS-10) questionnaire, an observation sheet, and the standard operating procedure (SOP) for art therapy. The intervention was conducted in two sessions, each lasting 60 minutes. Data were analyzed using the Wilcoxon test.

The results showed that before the intervention, 23 respondents (88.5%) were in the moderate stress category and 3 respondents (11.5%) were in the mild stress category. After the intervention, most respondents were in the mild stress category, totaling 21 respondents (80.8%), and 3 respondents (11.5%) were in the no-stress category. The Wilcoxon test showed an Asymp. Sig. (2-tailed) value of 0.000 (< α = 0.05) or p-value < 0.05, indicating a significant effect.

It can be concluded that art therapy (sketch drawing) is effective in reducing stress levels and can be used as an alternative non-pharmacological intervention in managing stress among school-age children.

Keywords*: *Art Therapy, Sketch Painting, Stress, Elementary School Children