

## TERAPI WARNA PADA RUANG BERMAIN ANAK AUTIS

Selvi Laka<sup>1</sup>, Yono Putra<sup>2</sup>, Cornelia Hildegardis<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Nusa Nipa, Maumere

<sup>2</sup> Dosen Program Studi Sipil, Fakultas Teknik, Universitas Nusa Nipa, Maumere

<sup>3</sup> Dosen Program Studi Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Nusa Nipa, Maumere

Jln. Kesehatan No.03 Maumere, Nusa Tenggara Timur

Email : childegardis4@gmail.com

**Abstrak:** Salah satu metode terapi pada anak autis yaitu terapi warna, karena dengan warna dapat menimbulkan efek secara psikologis pada anak. Ruang bermain merupakan ruang yang paling efektif untuk dilakukannya terapi, karena pada ruang bermain anak lebih merasa leluasa untuk berekspresi tanpa menyadari bahwa sedang diterapi. Kepekaan anak autis terhadap warna, diharapkan dapat diwujudkan dalam ruang bermain dengan menggunakan pencahayaan buatan sehingga dapat “memancing” kepekaan anak, tanpa harus mengganti bentuk maupun warna ruang.

**Kata kunci:** terapi warna, ruang bermain, anak autis, perilaku anak autis.

**Abstract:** One of the therapy methods on autistic children is color therapy, because the colours can cause psychological effects on children. Play room is the most effective room to be held a therapy, because in the play room children feel free to express themselves without realizing that they are being treated. Sensitivity to the colours of autistic child is expected to realized in the play room with the use of artificial lighting so that it can “provoke” a child sensitivity, without having to change the shape or colour of the room.

**Keywords:** colour therapy, play room, autistic child, behaviour of an autistic child

### Pendahuluan

Autis merupakan salah satu kelainan mental yang dialami sejak masa anak-anak. Pada umumnya para penyandang autis selalu dikucilkan dari lingkungannya, namun pada masa sekarang hak para penyandang autis sudah banyak dihargai. Sekolah dan pusat terapi untuk mendidik mereka sudah banyak didirikan. Karakteristik yang unik dari kelainan para penyandang autis ini menyebabkan adanya perlakuan khusus dalam hal interiornya. Penelitian ini meninjau salah satu terapi yang digunakan untuk anak autis, yaitu terapi warna pada ruang bermain yang harus didesain khusus sesuai dengan perilaku anak autis.

Menurut Melly (1998) Keberhasilan terapi dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu:

- Berat ringannya gejala atau berat ringannya kelainan otak.
- Usia, diagnosis dini sangat penting oleh karena semakin muda umur anak saat

dimulainya terapi semakin besar kemungkinan untuk berhasil.

- Kecerdasan, makin cerdas anak tersebut makin baik prognosisnya
- Bicara dan bahasa, 20% penyandang autis tidak mampu berbicara seumur hidup, sedangkan sisanya mempunyai kemampuan bicara dengan kefasihan yang berbeda-beda. Mereka dengan kemampuan bicara yang baik mempunyai prognosis yang lebih baik.
- Terapi yang intensif dan terpadu.

Prognosa untuk penyandang autis tidak selalu buruk. Prognosa yang cukup baik terdapat bagi anak autis yang mampu bicara sebelum usia 5 tahun dan memiliki tingkat intelegensi rata-rata. Mereka dapat bersekolah di sekolah normal pada saat remaja dapat melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi. Memang jumlahnya tidak banyak hanya sekitar 10%, namun hal ini menimbulkan harapan bagi penyandang autis (Yusuf, 2003).

Dalam kurun waktu 10 tahun terakhir ini masalah autisme meningkat pesat di seluruh dunia termasuk di Indonesia, padahal metode deteksi dan terapi yang ada belum memadai. Tahun 2005 biro sensus Amerika mendata ada 475.000<sup>1</sup> penyandang autisme di Indonesia.

Anak autisme adalah anak yang dalam proses perkembangannya mengalami penyimpangan (fisik, mental, intelektual, sosial, atau emosional). Dalam masalah pendidikan, anak-anak berkebutuhan khusus ini mempunyai hak yang sama untuk memperoleh pendidikan, meskipun pendekatannya berbeda dengan anak-anak normal lainnya (Baker et al., 2004)

Autisme merupakan kumpulan gejala gangguan perilaku yang bervariasi pada setiap anak. Gangguan perilaku dapat berupa kurangnya interaksi sosial, penghindaran kontak mata, kesulitan dalam mengembangkan bahasa dan pengulangan tingkah laku. Handojo and Dr (2003), menjelaskan bahwa anak autisme termasuk anak yang mengalami hambatan dalam perkembangan perilakunya, antara lain perilaku wicara dan okupasi mereka tidak berkembang seperti anak normal. Padahal kedua jenis perilaku ini penting untuk komunikasi dan sosialisasi.

**Tabel 1.** Pengaruh Karakter Anak Autisme terhadap Kriteria Fisik Ruang Terapi

Karakter Anak Autisme	Aktivitas Terapi	Kriteria Fisik Ruang Terapi
- Tidak ada kontak mata	Melatih anak berperilaku baik agar bisa diterima masyarakat,	- Memusatkan perhatian
- Gangguan komunikasi	mengurangi perilaku yang tidak wajar.	- Pembatasan gerak
- Senang menyendiri	Mengikuti instruksi terapis seperti kontak mata, konsentrasi	- Tidak beracun, Non toksik
- Sering tidak terduga memukul teman	(menggunakan metode ABA/Lovass)	- Kedap suara
- Menggigit benda		- Pencahayaannya lembut
- Memukul benda		- Kedap suara
- Peka terhadap suara		- Aman, lembut, nyaman
- Peka terhadap cahaya		

<sup>1</sup> Kompas 2005, meningkatnya jumlah anak autisme

“Jumlah anak autisme yang semakin meningkat, tetapi metode terapi dan fasilitas masih minim”

## Perilaku Anak Autisme Terhadap Ruang

Berdasarkan riset yang dilakukan para ahli, Matthews (1994) menyimpulkan di dalam tesisnya berjudul *Stimulus Overselectivity, Stimulus Generalization, and Visual Context in Adults with Autism*, bahwa anak-anak autisme dapat di stimulasi dengan bentuk (33%), kemudian warna (26%), cahaya (12%), lokasi (16%), dan sisanya faktor lainnya.

### -Bentuk Ruang

Bentuk yang paling sesuai untuk anak pada umumnya adalah bentuk sederhana dan jelas, seperti bentuk geometris kubus, balok, bola, dsb. Bentuk sederhana ini akan membantu proses belajar mengajar melalui pengenalan bentuk secara nyata, karena anak autisme tidak dapat membayangkan sesuatu yang abstrak. Bentuk yang rumit dapat membuat anak autisme distraksi sehingga pemusatan perhatian akan terpecah (Sari, 2006)

Bentuk ruang yang dapat menstimulus anak autisme adalah bentuk kotak yang paling dapat diterima kemudian bentuk segitiga dan oval. Anak autisme akan bereaksi jika melihat sudut-sudut tajam. Serta jika mereka melihat bentuk yang tidak teratur maka mereka merasa gelisah.

### -Besaran Ruang

Pembagian ruangan menjadi sangat penting karena ada ruang untuk terapi okupasi yang didesain khusus tanpa jendela supaya konsentrasi anak tidak terganggu. Ukurannya sekitar 3 x 3 meter dan jumlahnya sembilan. Ruang ini hanya untuk satu terapis dengan satu anak. Di sini, anak diajari membedakan gambar serta belajar berbicara dan berkonsentrasi.

Kapasitas satu ruang besar ini maksimal hanya untuk empat anak. Dinding ruang terapi itu memakai bantal pelindung setinggi satu meter. Tujuannya untuk melindungi anak yang suka membenturkan kepala dan agar ruangan menjadi kedap suara. Di dalam ruang terapi tidak ada sudut kolom atau dinding yang tajam.

Material lantai ada yang memakai kayu atau bantalan supaya anak yang terjatuh tidak terluka (TempoOnline, 09 Mei 2011).

### Perilaku Anak Autis Terhadap Warna

Selain bentuk ternyata warna juga dapat menstimulus anak autis. Kriteria konsep warna interior yang sesuai dengan karakter anak autis adalah warna-warna yang dapat meningkatkan konsentrasi, menimbulkan suasana ruang aman, lembut, dan nyaman.

Memenuhi kriteria kebutuhan anak akan rasa aman dalam ruang memerlukan suasana ruang yang tidak menakutkan dan menegangkan, dalam arti warna-warna yang digunakan secara psikologis tidak menakutkan, menekan, seperti penggunaan warna hitam. Sedangkan aman dalam warna adalah warna tidak menyilaukan sehingga tidak menyebabkan mata cepat lelah. Warna menyilaukan berkaitan dengan intensitas, sehingga warna-warna yang dibutuhkan adalah warna pastel dengan intensitas tidak penuh (Sari, 2006).

Kebutuhan berikutnya adalah rasa nyaman dan hangat dalam ruang, suasana tersebut dapat diciptakan dengan menghadirkan komposisi warna-warna hangat dengan intensitas rendah.

### Perilaku Anak Autis Terhadap Cahaya

Dalam hal pencahayaan, anak autis peka terhadap cahaya sehingga dalam mendesain ruang dibutuhkan pencahayaan yang tidak langsung, agar mereka merasa lebih nyaman, bila mereka nyaman maka keberhasilan kegiatan terapi akan lebih maksimal.

### TERAPI PADA RUANG BERMAIN

Terapi bermain merupakan usaha penyembuhan untuk mencapai perkembangan fisik, intelektual, emosional dan sosial anak secara optimal. Tujuan terapi bermain adalah untuk mengalihkan anak dari kebosanan saat berada di ruang terapi namun selain bermain anak juga mengalami proses pembelajaran.

Ruang bermain merupakan ruang multifungsi karena pada ruangan ini dapat dilakukan terapi misalnya, terapi fisik serta

terapi psikologi dengan penerapan terapi warna pada ruang bermain, untuk itu anak autis memerlukan ruang gerak cukup serta penerapan warna yang baik pada ruang bermain.

Karakteristik anak pada saat menjalankan terapi bermain adalah:

- Anak autis beradaptasi dengan lingkungan (mereka memerlukan suasana akrab).
- Anak autis merasa nyaman bermain (perlu suasana yang aktif)
- Anak autis melakukan aktivitas fisik (memerlukan ruang gerak yang cukup)
- Anak autis hipersensori (tidak adanya sudut lancip pada perabot)

Dalam area bermain anak dapat menjalankan beberapa macam terapi, berupa terapi sensori integritas, okupasi, motorik. Tetapi dalam ruang bermain secara tidak langsung dapat dilakukan terapi warna.

### TERAPI WARNA

#### Karakter Warna

Para peneliti telah menemukan bahwa anak autis mengalami perubahan pada area komponen mata karena ketidakseimbangan kimia atau kekurangan saraf. Dari Anak autis yang diuji, 85% melihat warna dengan lebih besar intensitas dari anak-anak neurotypical. Terutama pada warna merah. Sebagian kecil dari anak-anak (10%) melihat warna dan kurang bereaksi dan 5% melihat warna tanpa bereaksi. Anak-anak yang tidak bereaksi karena pada umumnya menganggap segala sesuatu sebagai abu-abu (Paron-Wildes, 2005)

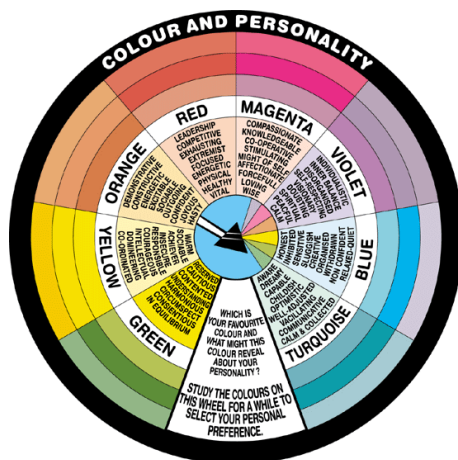
#### .Warna gradasi/komposisi

Tabel 2. warna ruang terhadap psikologis anak

Warna	Efek Psikologis
Merah	Menggembirakan
Biru	Menenangkan(anak hiperaktif sebaiknya memilih biru sehingga emosinya dapat terkontrol)
Kuning	Ceria, menambah

	konsentrasi anak
Abu-abu	Menarik dan dapat menetralkan suasana hati
Hijau	Menambah konsentrasi dan perenungan
Merah muda	Menambah konsentrasi dan semangat

Sumber: Building bulletin :Designing for Pupils with Special Educational Needs: Special Schools (1992)



Gambar 1. Colour and Personality  
Sumber

[:http://www.cpfirst.org/colorthrapy.html](http://www.cpfirst.org/colorthrapy.html)

Warna-warna yang dipergunakan, sebaiknya warna-warna pastel cenderung monochromatic untuk ruang terapinya. Monochromatic adalah menggunakan warna dengan satu warna yang sama, hanya memainkan gradasinya. Selain itu, warna yang sejenis seperti biru, ungu, hijau (sistem triangle), khususnya untuk ruangan one-on-one (Devi, 2010).

### TERAPI WARNA DENGAN MENGGUNAKAN CAHAYA

#### Wall Washer

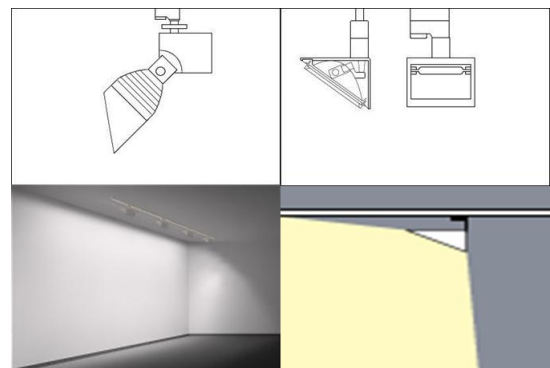
Wall washer adalah teknik pencahayaan yang sesuai dengan namanya, dibuat sedemikian rupa sehingga cahaya yang dibiaskan terkesan menyapu dinding. Wallwasher memiliki karakteristik yang lebar dan dapat mendistribusikan cahaya secara asimetris



Gambar 2. Lampu Wall washer

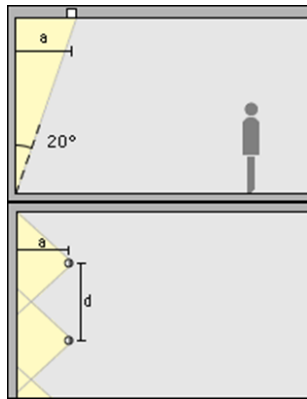
Kriteria untuk wallwasher :

- Pilihan lampu menentukan warna cahaya, kecerdasan, hidup fungsional, intensitas cahaya
- Keseragaman: reflektor dioptimalkan bahkan untuk penerangan daerah
- Gradiasi warna lembut
- Rasio output cahaya meningkat dengan teknologi reflektor yang dioptimalkan.



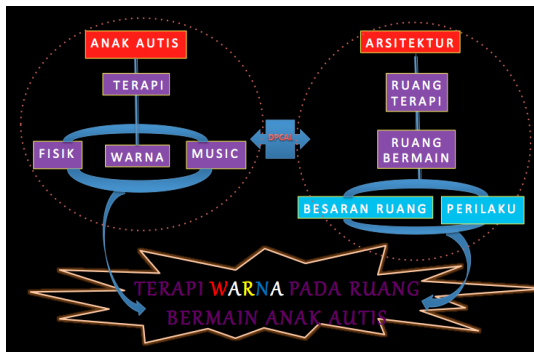
Gambar 3. Posisi Lampu Wall washer pada dinding

Jarak dari dinding untuk wallwasher tidak kurang dari sepertiga dari tinggi dinding. Hal ini terkait dengan sudut paling sedikit 20°. Rasio optimal dinding offset untuk jarak lumener untuk menghindari pencahayaan merata adalah 1:1. Independen dari tinggi ruangan aktual dan offset dari dinding, perlengkapan lampu tiltable harus selaras pada bagian bawah dinding



Gambar 4. Pemasangan Lampu Wall washer pada dinding

## SISTEMATIKA PENELITIAN



## KESIMPULAN (kriteria desain untuk ruang bermain anak autis)

### 1. Ruang

- Bentuk Ruang  
Anak autis lebih dapat beradaptasi dengan bentuk-bentuk geometri. Bentuk ruang yang dapat menstimulus anak autisme adalah bentuk kotak yang paling dapat diterima kemudian oval. Anak autis akan bereaksi jika melihat sudut-sudut tajam. Serta jika mereka melihat bentuk yang tidak teratur maka mereka merasa gelisah.
- Besaran Ruang  
Anak autis tidak bisa berada di ruang yang terlalu besar, karena ruang itu akan membuat anak autis kehilangan konsentrasi. Sehingga desain ruang di buat dengan ukuran 3x3 dengan jumlah maksimal 4 anak dalam 1 ruang.
- Material Dinding

Anak autis memiliki tingkat keseimbangan yang kurang, sehingga dinding ruang bermain dibuat seaman mungkin, agar saat anak terjatuh dinding tidak membahayakan anak. Oleh karena itu, dinding diberi bantalan 1 meter.

### - Buka Ruangan

Anak autis memiliki tingkat sensitifitas yang tinggi, sehingga gangguan sedikitpun dapat memecahkan konsentrasinya, sehingga ruang bermain dengan penerapan terapi didesain khusus tanpa jendela supaya konsentrasi anak tidak terganggu.

### 2. Warna

#### - Warna bercorak

Pemakaian berbagai macam warna dapat membuat anak autis kehilangan konsentrasi. Sehingga desain dinding menggunakan warna dasar polos dan dibantu dengan permainan pencahayaan.

#### - Warna dengan permainan gradasi

Warna-warna yang dipergunakan, sebaiknya warna-warna pastel cenderung monochromatic.

Monochromatic adalah menggunakan warna dengan satu warna yang sama, hanya memainkan gradasinya. Selain itu, warna yang sejenis seperti biru, ungu, hijau (sistem triangle), khususnya untuk ruangan one-on-one.

### 3. Lampu

#### - Wall Washer

Wall washer adalah teknik pencahayaan yang sesuai dengan namanya, dibuat sedemikian rupa sehingga cahaya yang dibiaskan terkesan menyapu dinding. Wallwasher memiliki karakteristik yang lebar dan dapat mendistribusikan cahaya secara asimetris



Gambar 5. Penggunaan Lampu wall washer pada dinding

#### DAFTAR PUSTAKA

- 77, B. B. 1992. *Designing for Pupils with Special Educational Needs: Special Schools*.
- BAKER, B. L., BRIGHTMAN, A. J., BLACHER, J. B., HEIFETZ, L. J., HINSHAW, S. R. & MURPHY, D. M. 2004. *Steps to independence: Teaching everyday skills to children with special needs*, ERIC.
- DEVI, M. U. 2010. *Pusat pendidikan dan terapi autis Batu Malang: Tema environmental behavior*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- HANDOJO, Y. & DR, D. 2003. *Autisma*. Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer.
- MATTHEWS, B. E. 1994. *Stimulus overselectivity, stimulus generalization, and visual context in adults with autism*. Flinders University of S. Aust.
- MELLY, B. 1998. Makalah Simposium. Pentingnya Diagnosis Dini dan Penatalaksanaan Terpadu Pada Autisme. Surabaya.
- PARON-WILDES, A. 2005. Sensory stimulation and autistic children. *Implications*, 6, 1-5.
- SARI, S. M. 2006. Konsep Desain Partisipasi Dalam Desain Interior Ruang Terapi Perilaku Anak Autis. *Dimensi Interior*, 4, 90-96.
- YUSUF, E. A. 2003. *Autisme: Masa Kanak*.