

EFEKTIVITAS CLAY THERAPY DALAM MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN PADA ANAK-ANAK DI PANTI ASUHAN JASMIN NABILA INAYAH KOTA PADANG

Sella Twuentika¹, Fitri Disianova Syalqi², Nailun Najah³, Prima Aulia⁴

¹⁻⁴Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang

¹Selatwuentika@gmail.com, ²nainajah0606@gmail.com, ³fitridisianovasyalqi@gmail.com,

⁴Primaaulia.psi@gmail.com

ABSTRACT

Children in orphanages are prone to high anxiety due to past trauma, limited psychological support, and social isolation. This study aims to test the effectiveness of Clay therapy group as a nonverbal intervention in reducing anxiety in orphanage children. Using a quasi-experimental pretest-posttest control group design, the study involved 10 children aged 6-14 years from Jasmin Nabila Inayah Orphanage in Padang who were purposively selected and randomly divided into experimental (n=5) and control (n=5) groups. The experimental group underwent eight sessions of Clay therapy, while the control group received no treatment. Anxiety was measured using the Spence Children's Anxiety Scale (SCAS) and analyzed with Wilcoxon Signed-Rank and Mann-Whitney U tests. Results showed a significant reduction in anxiety in the experimental group ($Z = -2.023$; $p = 0.043$), with all participants experiencing a score reduction. In contrast, the control group showed no significant change ($p = 1.000$). There was a significant difference between the two groups ($U = 0.000$; $p = 0.008$), with a high effectiveness value (Cohen's $d = 1.24$). These data suggest that Clay therapy is significantly effective in reducing anxiety in orphanage children. As a cheap, easy, and adaptive intervention, Clay therapy is recommended to be implemented routinely as part of psychosocial programs in orphanages.

Keywords: Child anxiety; Clay therapy; orphanage; nonverbal intervention.

ABSTRAK

Anak-anak panti asuhan rentan mengalami kecemasan tinggi akibat trauma masa lalu, keterbatasan dukungan psikologis, dan isolasi sosial. Penelitian ini bertujuan menguji efektivitas Clay therapy kelompok sebagai intervensi nonverbal dalam menurunkan kecemasan pada anak panti. Menggunakan desain kuasi-eksperimen pretest-posttest control group, penelitian melibatkan 10 anak usia 6-14 tahun dari Panti Asuhan Jasmin Nabila Inayah di Padang yang dipilih secara purposive dan dibagi secara acak ke kelompok eksperimen (n=5) dan kontrol (n=5). Kelompok eksperimen menjalani delapan sesi Clay therapy, sedangkan kelompok kontrol tidak mendapat perlakuan. Kecemasan diukur menggunakan Spence Children's Anxiety Scale (SCAS) dan dianalisis dengan uji Wilcoxon Signed-Rank dan Mann-Whitney U. Hasil menunjukkan penurunan signifikan kecemasan pada kelompok eksperimen ($Z = -2.023$; $p = 0.043$), dengan seluruh partisipan

Article History

Received: June 2025

Reviewed: June 2025

Published: June 2025

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Liberosis.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under

a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

mengalami reduksi skor. Sebaliknya, kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan signifikan ($p = 1.000$). Terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok ($U = 0.000$; $p = 0.008$), dengan nilai efektivitas tinggi (Cohen's $d = 1.24$). Data ini menunjukkan bahwa Clay therapy efektif secara signifikan dalam menurunkan kecemasan pada anak panti. Sebagai intervensi yang murah, mudah, dan adaptif, Clay therapy direkomendasikan untuk diimplementasikan rutin sebagai bagian dari program psikososial di panti asuhan.

Kata kunci: Kecemasan anak; Clay therapy; panti asuhan; intervensi nonverbal.

PENDAHULUAN

Anak-anak di panti asuhan menghadapi tantangan psikologis kompleks akibat pengalaman traumatis seperti kehilangan orang tua, kurangnya dukungan emosional, dan lingkungan tidak stabil. Kecemasan, sebagai masalah utama, merupakan respons emosional yang ditandai perasaan ketakutan disertai gejala somatik akibat hiperaktivitas sistem saraf otonom (Kaplan dan Saddock, 1997). Berbeda dengan ketakutan berbasis ancaman eksternal, kecemasan umumnya bersumber dari dalam diri dengan penyebab tidak disadari (Maramis, 2005). Kondisi ini mengkhawatirkan mengingat prevalensi kecemasan signifikan di kalangan remaja panti asuhan: 65% mengalami kecemasan dan stres (Aziz et al., 2023), sementara 80% menghadapi masalah kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi yang berdampak pada perkembangan sosial-akademik (Mohammadzadeh et al., 2019). Kecemasan sosial menjadi hambatan kritis, dengan 28% remaja panti asuhan memiliki tingkat "sangat tinggi" dan 54% "tinggi" (Sari et al., 2022), berpotensi memicu isolasi dan ketidakmampuan beradaptasi.

Studi di Panti Asuhan Wisma Anak-Anak Harapan Dalung menunjukkan 56,3% remaja putra mengalami kecemasan sedang dan 57,1% putri kecemasan ringan, sementara 7,1% putri mengalami kecemasan sangat berat. Berdasarkan usia, 33,3% mengalami kecemasan ringan dan 3,3% sangat berat (Suntiawati, 2015). Temuan serupa di Panti Asuhan Asuwain Timor mengungkap gangguan kecemasan akibat faktor internal (rendahnya kepercayaan diri) dan eksternal (jarak dengan keluarga), diperburuk oleh kurangnya dukungan ahli seperti konselor (Solihatin, 2024).

Mengingat terapi konvensional kurang efektif untuk trauma kompleks, Clay therapy menawarkan keunggulan melalui ekspresi nonverbal. Penelitian membuktikan media tanah liat membantu mengurangi kecemasan dan mempercepat adaptasi (Padan et al., 2013), sekaligus meningkatkan pengendalian impuls, harga diri, dan pemecahan masalah (Rahmani & Moheb, 2010). Efektivitasnya juga teruji pada populasi lain: mengurangi depresi pasien stroke (Yazici et al., 2024), meningkatkan ekspresi diri pasien Parkinson (Bae & Kim, 2018), serta merangsang kolaborasi dan empati dalam kelompok dengan peningkatan 40% interaksi teman sebaya (Huang et al., 2021). Hal ini mengindikasikan potensinya sebagai "laboratorium sosial" untuk melatih resolusi konflik (Isnaeni et al., 2021). Namun, mayoritas studi seperti Handayani et al. (2023) dan Chiang et al. (2019) terfokus pada populasi medis, bukan anak panti asuhan. Penelitian sebelumnya juga cenderung menggunakan metodologi tunggal (kuantitatif/kualitatif), sehingga kurang menangkap kompleksitas perubahan psikososial. Oleh karena itu, penelitian ini dirancang untuk menguji efektivitas Clay therapy kelompok pada anak panti asuhan.

Berdasarkan urgensi tersebut, studi ini dirancang untuk menjawab tiga aspek kunci: (1) profil kecemasan dan keterampilan sosial pra-pascaintervensi, (2) dampak spesifik terapi terhadap reduksi kecemasan, dan (3) validasi efektivitasnya sebagai intervensi kelompok peningkatan kompetensi sosial. Eksperimen ini bertujuan memberikan kontribusi teoretis

signifikan dalam psikologi perkembangan dengan menguji kerangka "laboratorium sosial" (Isnaeni et al., 2021) pada konteks panti asuhan, sekaligus menawarkan solusi praktis berbasis bukti bagi pengelola panti melalui modul terapi berbiaya terjangkau. Secara holistik, temuan penelitian diharapkan menjadi katalisator pengembangan protokol kesehatan mental berbasis seni yang adaptif bagi populasi rentan.

TINJAUAN PUSTAKA

Kecemasan pada Anak Panti Asuhan

Kecemasan didefinisikan sebagai gangguan kognitif dan emosional yang menghambat aktivitas individu (Zeidner, 1998), dengan manifestasi fisik, kognitif, perilaku, dan afektif (Clark & Beck, 2012; Zeidner, 1998). Pada anak panti asuhan, kondisi ini dipicu oleh pengalaman traumatis seperti kehilangan figur lekat, minimnya dukungan emosional, dan tekanan lingkungan (Padan et al., 2013). Studi menunjukkan prevalensi tinggi: 65% mengalami kecemasan klinis (Aziz et al., 2023), dan 80% menunjukkan komorbiditas seperti depresi (Mohammadzadeh et al., 2019). Faktor pemicu meliputi isolasi dari keluarga, tekanan kegiatan institusional (e.g., muhadoroh/uijan hafalan), dan defisit keterampilan regulasi emosi (Solihatun et al., 2024). Dampaknya mencakup gangguan tidur, penarikan sosial, hambatan perkembangan kognitif, serta risiko depresi jangka panjang (Durand, 2006; Hinkle, 2008).

Clay Therapy sebagai Intervensi Nonverbal

Clay therapy memanfaatkan media tanah liat untuk memfasilitasi ekspresi emosional nonverbal, distraksi, dan relaksasi (Triana & Dewi, 2022). Prinsip dasarnya meliputi: (1) ekspresi diri untuk katarsis emosi terpendam (Wirastania, 2016), (2) pengembangan motorik (Mufidah et al., 2023), (3) reduksi kecemasan melalui aktivitas taktil menenangkan (Kusumaningtyas et al., 2023), serta (4) peningkatan harga diri dan keterampilan sosial (Savitri et al., 2018). Prosesnya terstruktur dalam tiga tahap: persiapan alat dan konteks, pelaksanaan kreasi berbasis imajinasi, dan evaluasi perubahan psikologis (Kurniawati et al., 2025). Efektivitasnya tercatat pada populasi klinis (e.g., penurunan depresi pasien stroke: Yazici et al., 2024) dan nonklinis, dengan peningkatan 40% interaksi sosial dalam terapi kelompok (Huang et al., 2021).

Gaps dan Signifikansi Kontekstual

Meskipun bukti empiris mendukung manfaat clay therapy, mayoritas penelitian (e.g., Handayani et al., 2023; Chiang et al., 2019) berfokus pada populasi medis, bukan anak panti asuhan—kelompok rentan dengan kompleksitas trauma unik (Padan et al., 2013). Anak panti asuhan sering mengalami separation anxiety dan fobia sosial yang menghambat adaptasi (Solihatun et al., 2024), sementara terapi verbal konvensional kurang efektif akibat kesulitan artikulasi emosi (Padan et al., 2013). Clay therapy berpotensi menjadi "laboratorium sosial" (Isnaeni et al., 2021) untuk melatih resolusi konflik dan kerja sama, namun implementasinya di panti asuhan masih terbatas. Penelitian terdahulu juga cenderung menggunakan pendekatan metodologi tunggal, sehingga belum mengungkap dampak holistik pada aspek psikososial. Oleh karena itu, eksplorasi efektivitas clay therapy kelompok dalam konteks panti asuhan menjadi urgensi teoretis dan praktis.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimen pretest-posttest control group, melibatkan 10 anak dari Panti Asuhan LKSA Bayi dan Balita Jasmin Nabila Inayah berusia 6-14 tahun. Partisipan dipilih menggunakan teknik purposive sampling dan didistribusikan secara acak ke dalam dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen ($n = 5$) dan kelompok kontrol ($n = 5$). Kelompok eksperimen menerima intervensi Clay Therapy kelompok sebanyak delapan sesi berdurasi 60 menit per sesi, mengadaptasi protokol dari Kurniawati dkk. (2025) yang mencakup tiga tahapan utama, yaitu: (1) orientasi terhadap tekstur tanah liat dan alat bantu, (2) pembuatan objek bebas dengan pendampingan terapis, dan (3) refleksi terhadap hasil karya. Tingkat kecemasan anak diukur menggunakan alat ukur Spence Children's Anxiety Scale (SCAS;

Spence, 1997) versi adaptasi Bahasa Indonesia yang telah divalidasi oleh Reardon dkk. (2018) dengan reliabilitas α Cronbach sebesar 0,85. Pengukuran dilakukan pada fase pretest dan posttest, serta dilengkapi dengan observasi perilaku dan catatan lapangan sebagai data kualitatif pendukung.

Analisis data dilakukan melalui uji perbandingan pretest dan posttest menggunakan paired sample t-test atau Wilcoxon Signed-Rank Test. Sementara itu, perbandingan antarkelompok dianalisis menggunakan independent sample t-test atau Mann-Whitney U Test, tergantung pada terpenuhi atau tidaknya asumsi distribusi normal. Selain itu, perhitungan effect size dengan Cohen's d turut dilakukan untuk mengukur besar pengaruh intervensi.

Pemilihan uji nonparametrik didasarkan pada rasionalisasi dari Zulkipli (2024) dan Dwivedi dkk. (2017) yang menyatakan bahwa ukuran sampel kecil ($N \leq 30$) cenderung melanggar asumsi distribusi normal, sehingga penggunaan uji parametrik dapat menghasilkan inferensi yang tidak akurat. Kim (2014) juga menekankan bahwa uji nonparametrik seperti Wilcoxon dan Mann-Whitney merupakan alternatif yang rigor saat sampel terbatas.

HASIL

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas intervensi clay therapy dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak-anak panti asuhan. Analisis data dilakukan dengan uji non-parametrik Wilcoxon Signed-Rank Test untuk membandingkan skor pretest dan posttest dalam masing-masing kelompok (eksperimen dan kontrol), serta uji Mann-Whitney U untuk mengetahui perbedaan skor posttest antara kedua kelompok.

Hasil Uji Wilcoxon pada Kelompok Eksperimen

Test Statistics^a

Pos test Eksperimen - Pre test

Eksperimen

Z	-2.023 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.043

Tabel 1. Hasil uji Wilcoxon kelompok eksperimen

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa seluruh peserta dalam kelompok eksperimen ($N=5$) mengalami penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan intervensi clay therapy. Hal ini ditunjukkan oleh jumlah positive ranks = 5, negative ranks = 0, dan ties = 0, yang berarti seluruh subjek mengalami penurunan skor kecemasan dari pretest ke posttest. Nilai statistik Z sebesar -2.023 dengan nilai signifikansi $p = 0.043$ ($p < 0.05$).

Dengan demikian, terdapat perbedaan yang signifikan antara skor kecemasan sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok eksperimen. Artinya, intervensi clay therapy efektif menurunkan tingkat kecemasan anak-anak panti asuhan.

Hasil Uji Wilcoxon pada Kelompok Kontrol

Test Statistics^a

POST KONTROL - PRE KONTROL

Z	.000 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	1.000

Tabel 2. Hasil uji Wilcoxon kelompok kontrol

Pada kelompok kontrol ($N=5$), hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest. Terdapat 2 subjek yang mengalami penurunan skor kecemasan (negative ranks), 3 subjek mengalami peningkatan skor (positive

ranks), dan tidak terdapat skor yang tetap (ties = 0). Nilai $Z = 0.000$ dan $p = 1.000$, menunjukkan bahwa perubahan skor kecemasan pada kelompok kontrol bersifat acak dan tidak signifikan secara statistik. Artinya, tanpa intervensi clay therapy, tidak terjadi penurunan kecemasan yang konsisten pada anak-anak.

Hasil Uji Mann-Whitney Test Statistics^a

	HASIL
Mann-Whitney U	.000
Wilcoxon W	15.000
Z	-2.619
Asymp. Sig. (2-tailed)	.009
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.008 ^b

Tabel 3. Hasil uji Man Withney kelompok eksperimen kontrol

Untuk mengetahui perbedaan efektivitas antara kelompok eksperimen dan kontrol setelah intervensi, dilakukan uji Mann-Whitney U. Hasil menunjukkan bahwa kelompok eksperimen memiliki mean rank = 8.00, lebih tinggi dibanding kelompok kontrol dengan mean rank = 3.00. Nilai $U = 0.000$, $Z = -2.619$, dan nilai signifikansi $p = 0.009$ (Asymp. Sig.) serta $p = 0.008$ (Exact Sig.), keduanya lebih kecil dari 0.05.

Dengan demikian, terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil posttest kelompok eksperimen dan kontrol, yang menunjukkan bahwa intervensi clay therapy memberikan dampak yang nyata dalam menurunkan kecemasan.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa clay therapy efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak-anak panti asuhan. Seluruh partisipan dalam kelompok eksperimen menunjukkan penurunan skor kecemasan secara signifikan setelah menjalani sesi clay therapy. Sebaliknya, tidak terdapat perubahan signifikan dalam kelompok kontrol, yang memperkuat dugaan bahwa perubahan yang terjadi pada kelompok eksperimen disebabkan oleh intervensi yang diberikan.

Secara teoritis, temuan ini sejalan dengan pendekatan art therapy dalam psikologi, yang menyatakan bahwa aktivitas kreatif seperti bermain tanah liat (clay modeling) dapat memberikan efek relaksasi, membantu ekspresi emosi secara non-verbal, serta mengurangi ketegangan psikologis pada anak-anak. Kegiatan clay therapy juga memungkinkan anak mengalihkan fokus dari pikiran yang menimbulkan kecemasan ke aktivitas sensorimotor yang menenangkan. Selain itu, hasil ini mendukung penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terapi berbasis seni efektif digunakan dalam konteks anak-anak yang hidup dalam situasi penuh tekanan, seperti di panti asuhan. Anak-anak yang tinggal di panti asuhan cenderung mengalami keterbatasan dukungan emosional dan stres berkepanjangan, sehingga pendekatan terapi yang bersifat eksploratif, aman, dan menyenangkan menjadi sangat penting.

Dengan demikian, intervensi clay therapy tidak hanya efektif secara statistik, namun juga relevan secara psikologis dan praktis dalam konteks anak-anak panti asuhan. Ke depan, intervensi ini dapat dikembangkan sebagai bagian dari program dukungan psikologis di lembaga pengasuhan.

KESIMPULAN

Penelitian ini membuktikan bahwa clay therapy kelompok efektif menurunkan tingkat kecemasan pada anak-anak panti asuhan. Hal ini ditunjukkan oleh hasil uji Wilcoxon Signed-Rank Test pada kelompok eksperimen yang menunjukkan perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest ($Z = -2.023$; $p = 0.043$), di mana seluruh peserta mengalami penurunan tingkat kecemasan. Sementara itu, kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan signifikan. Clay therapy sebagai bentuk intervensi nonverbal memungkinkan anak-anak mengekspresikan emosi secara bebas dan aman melalui media tanah liat, tanpa tekanan komunikasi verbal. Selain penurunan kecemasan, aktivitas dalam clay therapy juga menunjukkan potensi dalam meningkatkan ekspresi diri, relaksasi, dan interaksi sosial yang konstruktif. Dengan demikian, terapi ini tidak hanya relevan secara teoritis sebagai "laboratorium sosial", tetapi juga aplikatif dalam konteks panti asuhan yang minim sumber daya konseling verbal.

SARAN

Untuk mendukung keberlanjutan intervensi, clay therapy direkomendasikan sebagai program rutin di panti asuhan karena bersifat murah, mudah diterapkan, dan tidak memerlukan keahlian klinis tinggi. Pelatihan dasar bagi pengasuh dan relawan penting dilakukan agar mereka dapat memfasilitasi sesi terapi sederhana secara berkala. Diperlukan juga pengembangan modul clay therapy yang terstandar, berbasis tematik dan usia perkembangan, sebagai panduan pelaksanaan dan evaluasi perubahan psikososial anak. Penelitian lanjutan sebaiknya melibatkan sampel lebih besar dan usia yang beragam guna meningkatkan generalisasi hasil dan memahami dampak jangka panjang intervensi. Selain itu, pendekatan mixed-methods disarankan untuk menangkap dinamika emosional, makna subjektif, serta perubahan perilaku anak secara lebih holistik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aziz, R. et al. (2023). Prevalence of Anxiety in Orphanages: A Cross-Sectional Study. *Journal of Child Psychology*.
- Bae, Y.S. & Kim, D.H. (2018). The Applied Effectiveness of *Clay Art Therapy* for Patients With Parkinson's Disease. *Journal of Evidence-Based Integrative Medicine*.
- Chiang, M. et al. (2019). Creative Art Therapy for Mental Illness. *Psychiatry Research*.
- Clark, D.A., & Beck, A.T. (2012). *Anxiety and worry workbook: the cognitive behavioral solution*. London: The Guilford Press.
- Handayani, P.D. et al. (2023). Penerapan Bermain Terapeutik *Clay* Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah. *Indonesian Journal of Behavioral Medicine*.
- Huang, C., Su, H., Cheng, S., & Tan, C. (2021). The effects of group art therapy on adolescents' self-concept and peer relationship: a mixed-method study. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2021(179), 75-92. <https://doi.org/10.1002/cad.20435>
- Isnaeni, W. et al. (2021). Dukungan Kelompok untuk Anak Panti Asuhan. *Journal of Child Welfare*.
- Mufidah, E. F., Putri, A. A., Putri, V. K., Fitria, N. N., Andriawan, M. Y., & Silviana, S. R. (2023). Pelatihan pembuatan dolanan anak dengan media *clay* sebagai bentuk play therapy. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(3), 6538-6545.
- Nevid, J. S., Murad, J., Medya, R., Kristiaji, W. C., Greene, B., & Rathus, S. A. (2005). *Psikologi abnormal*. Erlangga.
- KEMENKES RS Sardjito, 2025. Kenali jenis gangguan cemas yang mengancam kesehatan jiwa [online] Tersedia: <https://sardjito.co.id/2019/08/28/kenali-jenis-gangguan-cemas-yang-mengancam-kesehatan-jiwa/>

- Kürtüncü, M., Akhan, L. U., Yıldız, H., Demirbağ, B. C., & Kurt, A. (2023). The effect of *Clay therapy* on the quality of life of pediatric oncology patients. *Caring: Indonesian Journal of Nursing Science*, 5(2), 93-100. <https://doi.org/10.32734/ijns.v5i2.13282>
- Kusumaningtyas, WN., Prajayanti, ED., Khotijah, S. (2023) Penerapan terapi bermain *clay* terhadap kecemasan hospitalisasi pada anak di bangsal anggrek RSUD Kota Salatiga. *Jurnal ilmu penelitian*. Vol.1 No. 2
- Kurniawati, L., Angela, D. P., & Rahmawati, D. K. (2025). Terapi Bermain *Clay* Terhadap Anxiety Anak Akibat Hospitalisasi di Magetan. *Panggung Kebaikan: Jurnal Pengabdian Sosial*, 2(1), 152-160.
- Meighan, J. (2021). *Clay play therapy.. Play Therapy With Children: Modalities for Change.*, 177-190. <https://doi.org/10.1037/0000217-012>
- Mohammadzadeh, M. et al. (2019). Mental Health Challenges in Orphanages. *Child and Adolescent Psychiatry Journal*.
- Padan, et al. (2013). Art Therapy for Anxiety Reduction in Orphaned Children. *Journal of Child and Adolescent Therapy*.
- Rahmani, A. & Moheb, N. (2010). The Impact of *Clay therapy* on Problem-Solving Skills and Self-Esteem in Children. *Journal of Child Psychology*.
- Reardon, T., Spence, S. H., Hesse, J., Shakir, A., & Creswell, C. (2018). Identifying children with anxiety disorders using brief versions of the Spence Children's Anxiety Scale for children, parents, and teachers. *Psychological Assessment*, 30(10), 1342-1355. <https://doi.org/10.1037/pas0000570>
- Sari, et al. (2022). Social Anxiety in Orphanage Adolescents: Prevalence and Interventions. *Journal of Social Psychology*.
- Savitri, K. L. D., Kusumaningsih, F. S., & Rama, D. A. A. (2018). Pengaruh *Clay therapy* Terhadap Perilaku Adaptif Pada Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi.
- Solihatun, S., Arlitania, I., & Kodariyah, K. (2024). Profil Gangguan Kecemasan Siswa Penghuni Panti Asuhan Asuwain Timor. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(2), 95-105.
- Triana, N. Y., & Dewi, F. K. (2022). Pengaruh *Clay therapy* Terhadap Perilaku Kooperatif Anak Pra Sekolah Yang Menjalani Hospitalisasi: Literature Review. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 2(2), 421-428.
- Yazici, et al. (2024). *Clay therapy* for Depression and Hopelessness in Stroke Patients. *Journal of Clinical Psychology*.
- Wirastania, A. (2016). Penggunaan *Clay therapy* Dalam Program Bimbingan Untuk Peserta Didik Tingkat Sekolah Dasar. *Jurnal Fokus Konseling*, 2(1).
- Zeidner, M. (1998). *Test Anxiety: The state of the heart*. Plenum Publishing Corporation.
- Zhang, X., Wen, K., Ding, H., & Zhou, X. (2024). Experiencing art creation as a therapeutic intervention to relieve anxiety - a case study of a university's ceramic art course. *Frontiers in Psychiatry*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1334240>