

## Pengaruh aktivitas kreatif terhadap perubahan afek dalam pengalaman emosi negatif = The effects of creative activity towards affect changes in negative emotional experiences

Aloysia Rarasningtyas, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20456939&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada pengaruh aktivitas kreatif melalui menggambar terhadap afek dalam dua pengalaman emosi negatif yang berbeda. Penelitian ini menginduksi emosi 120 partisipan dalam dua kondisi: sedih atau marah, lalu meminta mereka untuk menggambar kelompok eksperimen atau mengerjakan permainan Cari Kata kelompok kontrol. Afek positif dan negatif diukur sebelum dan setelah rangkaian penelitian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa aktivitas kreatif secara signifikan memengaruhi afek positif, dan tidak memengaruhi afek negatif. Penelitian ini juga menemukan bahwa tingkat kesukaan dan frekuensi menggambar seseorang tidak memengaruhi afek. Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas kreatif dapat memperbaiki afek tanpa memedulikan tingkat kesukaan maupun frekuensi menggambar.

Usulan penelitian lanjutan adalah mempertimbangkan adanya variabel moderator, yaitu ekspektasi regulasi emosi negatif.

.....

This study aims to identify the influence between creative activity through drawing towards affect in two different experiences of negative emotion. This study induced the emotion of 120 participants in two conditions sadness or anger, and then asks them to draw experiment group or do a Word Search puzzle control group . Positive and negative affect was measured before and after the treatment.

The results of the study show that creative activity significantly influence positive affect and doesn't influence negative affect. This study also found that preference level and drawing frequency doesn't influence affect. This shows that creative activity influences affect despite of whether one likes to draw or often draws.

Suggestion for further research is to consider a moderator variable, such as expectancies for negative emotion regulation.