

Kode/Rumpun Ilmu : 391/Psikologi Umum
Bidang Fokus : Sosial Humaniora

LAPORAN KEMAJUAN PENELITIAN INTERNAL



**MODEL TERAPI SENI DENGAN VISUAL UNTUK ORANG TUA DAN ANAK
DALAM MENGATASI MASALAH PSIKOLOGIS PADA PANDEMI COVID 19**

TIM PENGUSUL

Dra Safitri M M.Si	0014085901
Dra Sulis Mariyanti MSi Psikolog	0319036701
Ir Aziz Luthfi M.Sc	0014085602
Windriati S P	20170701097
Muhammad Fajri F	20170701050
Febry Fadhlán	20180701108

**Universitas Esa Unggul
JAKARTA
2021**

**HALAMAN PENGESAHAN
PENELITIAN INTERNAL**

1. Judul Penelitian : Model Terapi Seni Dengan Visual Untuk Orang Tua dan Anak Dalam Mengatasi Masalah Psikologis Pada Pandemi Covid 19
2. Mitra Kerjasama : Ketua RW 06 Medang Pagedangan Tangerang
3. Ketua Tim :
- a. Nama Lengkap : Dra Safitri M M.Si
- b. NIDN : 001408195901
- c. Jabatan Fungsional : Lektor 300
- d. Program Studi : Psikologi
- e. Nomor HP : 0811913238
- f. Alamat Surel (e-mail) : safitri@esaunggul.ac.id
4. Jumlah Anggota Dosen : 2
5. Jumlah Anggota Mahasiswa : 5
6. Biaya Penelitian : - Diusulkan ke DIKTI Rp. -
- Tahun ke 1 Rp. -
- Dana institusi lain Rp. -

Jakarta, 28 Oktober 2020

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Esa Unggul

Ketua Penelitian,



Yuli Asmi Rozali M.Psi, Psikolog
NIDN : 200110148

Dra Safitri M M.Si
NIDN : 014085901

Mengetahui,
Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
Universitas Esa Unggul



Dr. Erry Yudha Mulyani, S.Gz., M.Sc
NIK : 209100388

DAFTAR ISI

	Halaman	
1	Halaman Pengesahan	i
2	Daftar Isi	ii
3	Ringkasan	iii
4	BAB 1 Pendahuluan	1
	1.1 Latar Belakang Masalah	1
	1.2 Permasalahan	3
	1.3 Tujuan Penelitian	3
	1.4 Manfaat Penelitian	3
5	BAB II Tinjauan Pustaka	5
6	BAB III Metoda	7
7	BAB IV Hasil	8
8	BAB V simpulan	20
9	Daftar Pustaka	21

RINGKASAN

Virus Corona atau Covid-19 yang semakin merebak di sebagian besar negara termasuk Indonesia tidak hanya menyebabkan gejala dan penyakit fisik saja, akan tetapi, juga memberikan dampak psikologis baik pada penderita atau masyarakat luas. Pada saat ini setidaknya ada 6 dampak psikologis yang ditemui yaitu masalah belajar khususnya pada klien anak dan remaja, keluhan stress umum, keluhan kecemasan, keluhan suasana hati yang berubah-ubah/mood swing, gangguan kecemasan dan keluhan somatic. Masalah-masalah ini jika tidak segera mendapat penanganan dapat berlanjut menjadi gangguan lebih serius. Dengan demikian diperlukan usaha untuk untuk menanggulangi, diantaranya adalah melakukan konseling dari orang yang bisa membantu. Tujuan dalam penelitian ini adalah membuat model terapi seni dengan visual untuk orang tua dan anak dalam mengatasi masalah psikologis pada pandemic Covid 19

Metode penelitian ini adalah gabungan kualitatif dan kuantitatif, dimana analisa deskriptif untuk terapi seni dengan visual, dan uji beda akan adanya hasil proses konseling dengan pertanyaan sebelum dan setelah konseling. Responden adalah Orang tua dan anak yang tinggal di RW 06 Medang Pagedangan. Untuk anak yang direncanakan akan dilakukan terapi seni dengan visual berkelompok belum terealisasi karena masih PPKM

Hasil terapi seni dengan visual melalui foto untuk orang tua yang mengalami masalah psikologis yang telah dilakukan terlihat efektif, orang tua bisa menentukan pemecahan masalah yang dirasakan. Ada penurunan pada nilai masalah dan kenaikan pada nilai pemecahan masalah

Key words: art therapy, visual counseling, pandemic covid 19

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada saat ini dunia sedang mengalami pandemi Covid 19, dimana virus corona telah menjangkiti setidaknya 31.480.487 orang di dunia. Pasien yang dinyatakan sembuh sebanyak 23.109.498 , sedangkan 969.287 jiwa dinyatakan meninggal dunia.

Begitu juga di Indonesia, masalah pandemi Covid 19 menjadi salah satu isu utama saat ini. Pemerintah melalui kementerian kesehatan dan BNPB merilis data sebaran peta penyebar virus corona . Data terakhir yang dilansir dari BPNB (Badan Nasional Penanggulangan Bencana) menyatakan kasus terkonfirmasi positif corona telah mencapai angka 248.852 pasien, dimana korban meninggal terkonfirmasi positif virus corona adalah sebesar 9.677 orang (10 % dari dunia). Misalnya salah satu provinsi yang berdampak adalah DKI, dengan data memperlihatkan kasus baru 1.352 orang, sembuh 49.546 orang, meninggal dunia 1.570 orang, terkonfirmasi: 63.318 orang

Virus Corona yang semakin merebak di sebagian besar negara termasuk Indonesia tidak hanya menyebabkan gejala dan penyakit fisik saja. Akan tetapi, juga memberikan dampak psikologis baik pada penderita atau masyarakat luas. Pada penderita bisa berupa bersikap tidak jujur dengan riwayat penyakit, perjalanan sebelumnya dan pernah kontak dengan penderita Covid-19 lain kepada tenaga medis. Reaksi lainnya bisa berupa penderita merasa cemas atau khawatir tentang hasil yang lambat setelah perawatan medis. Bagi masyarakat luas dapat menimbulkan perasaan tertekan, stres dan cemas dengan pemberitaan mengenai meningkatnya jumlah penderita Covid-19.

Hasil penelitian Siti Nurjanah (2020) “ Gangguan Mental Emosional Pada Klien Pandemi Covid 19 di Rumah Karantina “ didapatkan 10 orang (33,3%) mengalami gangguan mental emosional. Keluhan terbanyak adalah keluhan somatis seperti merasa cemas tegang (40%) dan aktivitas sehari hari terbengkalai (37%). Perlu ada penanganan pendekatan masalah kejiwaan pada klien Covid 19 yang tinggal di rumah Karantina.

Hasil penelitian Rizqon Halal Syah Aji , yang berjudul “ Dampak Covid-19 Pada Pendidikan di Indonesia : Sekolah, Keterampilan, dan Proses Pembelajaran “, menyatakan adanya gangguan dalam proses belajar langsung antara siswa dan guru dan pembatalan penilaian belajar berdampak pada psikologis anak didik dan menurunnya kualitas keterampilan murid.

Hasil ini juga didukung akan pernyataan Psikolog Klinis, DR. Indria L. Gamayanti, M.Si yang mengatakan, masalah psikologis yang saat ini dialami masyarakat Indonesia sangatlah tinggi. Ia menjelaskan, terdapat setidaknya enam masalah psikologis tertinggi. Temuan ini diperoleh berdasarkan keluhan dan hasil diagnosis oleh psikolog klinis. Setidaknya ada enam hambatan yang terjadi. Hambatan tersebut diantaranya : masalah belajar khususnya pada klien anak dan remaja (27,2%), keluhan stress umum (23,9%), keluhan kecemasan (18,9%), keluhan suasana hati yang berubah-ubah/mood swing (9,1%), gangguan kecemasan (8,8%) dan keluhan somatic (4,7%) .

Warga RW 06 Medang Pagedangan Tangerang juga mengalami dampak psikologis pandemi Covid 19. Beberapa warga meninggal karena virus corona ini, keluarga harus isolasi mandiri begitu juga dengan beberapa warga harus isolasi mandiri karena pernah menjenguk tetangga yang sakit, dan saat meninggal didiagnosa Covid 19. Juga ditemui beberapa warga yang mengalami pemutusan kerja dan pengurangan pendapatan karena adanya pandemi Covid 19. Begitu juga banyak anak dan orang tua yang merasa cemas dan stress terkait dengan pembelajaran daring

Masalah-masalah ini jika tidak segera mendapat penanganan dapat berlanjut menjadi gangguan lebih serius. Dengan demikian diperlukan usaha untuk untuk menanggulangi, diantaranya adalah melakukan konseling dari orang yang bisa membantu.

Konseling juga memerlukan suatu penyesuaian dengan perkembangan dari teknik terapi yang ada. Selain *humanistic therapy dan behaviour therapy*, juga ada terapi ekspresif, yang menggunakan seni sebagai media konselingnya, disebut terapi seni yang bisa menggunakan visual berupa foto. Teknik ini bisa lebih mudah mengajak

klien untuk menceritakan masalah yang dialami dengan menghubungkan masalah dengan foto yang dilihat

Untuk menjawab permasalahan diatas, maka Penelitian ini akan menerapkan terapi seni dengan Visual untuk orang tua dan anak di RW 06 Medang Pagedangan dalam menghadapi permasalahan psikologis dampak pandemi Covid 19, guna mengurangi dampak psikologis yang ada sehingga bisa kembali menjalani kehidupan yang normal bebas dari rasa takut pandemi Covid 19

1.2 Permasalahan

Berdasarkan uraian diatas, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah:

- a. Pentingnya langkah bantuan untuk masyarakat khususnya warga RW 06 Medang Pagedangan akan dampak psikologis pandemic Covid 19
- b. Bagaimana penggunaan model terapi seni dengan visual dalam penanggulangan dampak psikologis pandemic Covid 19 di RW 06 Medang Pagedangan

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah :

1. Mengingatkan masyarakat RW 06 Medang Pagedangan akan pentingnya konseling untuk penanggulangan dampak psikologis pandemic Covid 19
2. Melakukan kegiatan terapi seni dengan visual untuk Orang tua dan anak di RW 06 Medang Pagedangan dalam penanggulangan dampak psikologis pandemic Covid 19
3. Mempublikasikan hasil penelitian pada Jurnal Psikologi Nasional

1.4 Manfaat Penelitian

Melalui penelitian ini diharapkan bias menemukan model yang tepat untuk terapi seni dengan visual yang dapat membantu menanggulangi dampak psikologis orang tua dan anak khususnya di RW 06 Medang Pagedangan akibat pandemic Covid 19 . Capaian ini bisa membantu meningkatkan sumber daya manusia Indonesia yaitu

keluarga dengan orang tua dan anak yang bebas dari dampak psikologis pandemi Covid 19

1.5 Hasil Yang Diharapkan (**Luaran**)

Implikasi dari penelitian ini adalah berupa temuan dan luaran seperti berikut:
pertama, mengaplikasikan terapi seni dengan visual dalam membantu penanggulangan dampak psikologis pada orang tua dan anak dampak pandemic Covid 19 khususnya di RW 06 Medang Pagedangan **Kedua**, luaran dari hasil penelitian ini akan diajukan HKI hak cipta **Ketiga** , hasil penelitian akan dipublikasikan melalui Jurnal terindex Sinta

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

Menurut Glen yang dikutip oleh Makarao (2010: 86) konseling adalah suatu proses di mana konselor membantu konseli (klien) agar individu dapat memahami dan menafsirkan fakta-fakta yang berhubungan dengan pemilihan, perencanaan, dan penyesuaian diri sesuai dengan kebutuhan individu. Jadi tujuan konseling itu sendiri difokuskan untuk mengajak seseorang memecahkan permasalahan. Tentu saja yang memecahkan permasalahan itu adalah seseorang itu sendiri, atau klien dapat mengambil keputusan sendiri juga bertanggung jawab terhadap berbagai persoalan yang dihadapinya melalui dinamika konseling.

Bimbingan dan Konseling secara umum memiliki dua model bimbingan, yaitu *individual counseling* atau bimbingan individual dan *group guidance* atau bimbingan kelompok. Sedangkan untuk konseling itu sendiri memiliki macam-macam teknik juga terapi.

Terapi-terapi yang sering dijumpai antara lain adalah *Humanistic Theraphy*. Terapi ini memiliki tujuan untuk bisa membantu klien untuk bisa lebih kenal dengan dirinya sendiri. Kemudian ada *Behaviour Theraphy*, terapi ini merupakan terapi yang bertujuan untuk mengubah perilaku negatif ke perilaku yang lebih positif, atau sederhananya mengubah perilaku yang merugikan menuju perilaku yang lebih baik. Dan juga ada jenis terapi ekspresif. Terapi ekspresif ini adalah terapi yang menggunakan seni sebagai media konselingnya. Seni sebagai bentuk materi yang meningkatkan kehidupan seseorang dengan kenikmatan telinga, pikiran, dan mata. Zolberg (dalam Karyanti 2015) menyatakan bahwa "seni," mengacu pada seni visual dan pendengaran, misalnya foto, lukisan, patung, dan musik.

Konselor dapat menggunakan seni sebagai intervensi konseling. Junge & Asawa (dalam Karyati 2015) menyatakan bahwa pengembangan profesi konseling art (art therapy) dapat dilihat sebagai aplikasi resmi tradisi manusia dahulu dipengaruhi tren intelektual dan sosial abad ke-20. Nucho dkk (dalam Karyati 2015) menyatakan bahwa konseling art adalah proses

budidaya, mengklarifikasi, dan visual mengekspresikan citra yang muncul secara spontan dalam menanggapi berbagai pengalaman dalam hidup. Gambar yang simbolisasi atau kristalisasi dari pengalaman hidup. Malchiodi (dalam Karyati 2015) menyatakan bahwa sketsa, gambar, dan lukisan dapat digunakan dalam proses konseling art. Pemilihan intervensi artistik yang digunakan untuk konseling harus didasarkan pada isu-isu konseli dan model ekspresi diri yang konseli sukai

Konseling yang akan dilakukan akan menggunakan bantuan visual berupa gambar-gambar dari Point of You. Point of You didirikan tahun 2006 oleh Efrat Shani dan Yaron Golan, menciptakan media dengan menggunakan bahasa yang berdampak di dunia saat ini, yaitu bahasa foto, yang menginspirasi dan memprovokasi pikiran. Teknik ini bisa menciptakan komunikasi yang bermakna dalam berbagai bidang, mendapatkan in sight dan memberikan dampak nyata pada kehidupan manusia. Karena semua hal disekitar memiliki banyak sudut pandang. Saat memahami sesuatu, kemungkinan perspektif yang muncul terlalu terbatas, akhirnya tidak bisa melihat, tidak bisa memutuskan, dan akhirnya tidak bisa berkomunikasi. Dengan media ini dapat menginspirasi orang untuk mencari sudut pandang baru, untuk melihat jauh kedalam dan sekitar. Media yang akan dipakai adalah “The Coaching Game” dan Punctum

BAB III METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini adalah kualitatif dengan hasil berupa deskripsi catatan proses konseling visual dan nilai masalah serta kemampuan mengatasi masalah responden. Subjek penelitian adalah orang tua dan anak di RW 06 Medang Pagedangan yang merasakan adanya dampak psikologis di Jadebotabek. Pengambilan data untuk anak yang akan dilakukan dengan konseling kelompok belum dilakukan karena pihak dari pengurus RW belum mengizinkan karena PPKM.

Pengumpulan data dilaksanakan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

Penentuan responden dilakukan acak dengan pertimbangan ada orang tua yang tidak bekerja, bekerja, pernah terkena covid, dan pasangan muda yang belum memiliki anak.

Pada awal sesi, responden diminta untuk menentukan 1 hal yang dirasakan sebagai masalah pada masa pandemi ini, dan menjawab 2 pertanyaan yaitu berilah angka dari 1 sampai 10, seberapa besar hal itu menjadi masalah dan berapa kemampuan untuk mengatasi hal tersebut.

Setiap responden akan diminta untuk mengambil 3 kartu di awal, dan 2 kartu di akhir sesi, dimana setiap kartu akan dihubungkan dengan 1 pertanyaan tentang *awakness* (kesadaran) yang bertujuan menggali persoalan, menciptakan kesadaran, mengenali hambatan, dan menemukan cara baru untuk membuat kemajuan.

Analisa data dilakukan melalui :

- a. Gambaran diskriptif proses konseling visual berupa pendataan responden yang berisi jawaban dari pertanyaan yang diberikan terkait *awakeness* (kesadaran)
- b. Gambaran deskriptif perubahan nilai masalah dan kemampuan mengatasi masalah

BAB IV

HASIL

4.1 Data Responden

Jumlah responden adalah 5 orang terdiri dari ibu dan sepasang suami istri, dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 1

Data Responden

Responden	Jenis Kelamin	Usia	Jumlah anak	Pekerjaan
1 (MA)	Perempuan	35 th	2	Ibu RT
2 (MP) *	Perempuan	42 th	3	Ibu RT
3 (MD)	Perempuan	51 th	4	Wirausaha
4 (MI)	Perempuan	27 th	-	Guru
5 (MT)	Laki-laki	27 th	-	Peg swasta

Berdasarkan tabel data responden terlihat mayoritas adalah berjenis kelamin perempuan 4 orang (80 %) , dimana 3 orang (60%) dalam usia dewasa awal, dan 2 orang (40%) berada pada usia dewasa madya. Berdasarkan pekerjaan, 2 orang (40%) adalah ibu rumah tangga, dimana 1 orang pernah terkena Covid, 1 orang (20%) wirausaha berjualan makanan di komplek, 1 orang (20%) guru membaca Al-quran dan 1 orang (20 %) pegawai swasta

4.2 Penentuan Topik Masalah

Gambaran masalah yang disepakati dan jawaban atas tingkat permasalahan dan kemampuan mengatasi masalah dari responden dapat dilihat pada tabel 2 berikut

Tabel 2

Topik yang dibicarakan

Responden	Topik Yang dibahas (Masalah)	Tingkat masalah	Kemampuan Mengatasi masalah
1 (MP) *	Kegiatan keluar rumah yang akan dilakukan terbatas	5	3
2 (MA)	Anak-anak belajar on line terus	8	6
3 (MD)	Bagaimana memotivasi anak agar tetap semangat belajar di masa pandemi	9	5
4 (MT)	Semenjak pandemi, istri 24 jam mikirin sekolah	8	4
5 (MI)	Saat mengajar anak-anak yang harusnya belajar secara efektif di sekolah tetapi harus belajar daring	8	4

Berdasarkan tabel diatas terlihat apa yang dituliskan pada penilaian akan tingkat masalah dan kemampuan, hasilnya memperlihatkan bahwa tingkat masalah cukup tinggi dan kemampuan mengatasi masalah masih rendah

4.3 Terapi Seni Dengan Visual

Terapi seni dengan visual akan menggunakan foto-foto yang dikeluarkan point of you. Foto-foto ini sudah disetting sebelum responden dating. Saat responden dating diberi penjelasan singkat jalannya kegiatan yang akan dilakukan. Setelah itu, responden diminta untuk menentukan topik masalah yang akan dibahas. Kemudian responden diajak untuk PAUSE sejenak , dengan melakukan tarikan napas dan menghembuskan perlahan, sampai terlihat responden mulai rileks. Selanjutnya responden diminta 3 kartu pertamanya, lalu dilakukan sesi diskusi. Setelah 3 kartu selesai, diminta untuk mengambil kembali 2 kartu, diskusi lagi , dan ditutup dengan menuliskan apa yang akan dilakukan 1x 24 jam ke depan ,

dan 7x24jam kedepan. Hal ini bertujuan untuk melihat apakah responden mendapat insight dengan apa yang telah didiskusikan, dan tahu apa yang harus dilakukan untuk merealisasikan pemecahan masalah

Pilihan foto yang bisa diambil responden adalah seperti pada gambar 1 berikut:



Gambar 1 Pilihan foto

Gambaran pelaksanaan terapi dari 5 responden sebagai berikut :

a. Responden 1 (MP)

Lima foto pilihan responden MP dapat dilihat pada gambar 2



Gambar 2 Pilihan foto responden MP

Berdasarkan foto dari atas dengan arah jarum jam, didapatkan diskusi dengan MP dari pertanyaan *awakeness* yang dikaitkan dengan foto dimana keterkaitan masalah dengan foto pada tulisan yang dibuat tebal sebagai berikut

Tabel 3
Hasil Diskusi responden MP

Pertanyaan	Hasil Diskusi
1. Apa yang menjadi persoalan yang sesungguhnya	Sejak pandemi, MP kehilangan kegiatan untuk keluar rumah mengantar anak-anak sekolah. Kegiatan itu menimbulkan sukacita dalam dirinya, karena bisa terlepas dari rutinitas pekerjaan di rumah, dan bisa merasakan kesenangan berada diantara orang-orang sekitar yang bertemu selama perjalanan keluar
2. Apa yang menghentikan dan menahan saya	Kegiatan ke luar rumah tambah berkurang karena hasil tes covid MP ternyata positif, setelah menghadiri acara keluarga di Bandung. Adanya penilaian masyarakat yang seolah mengucilkan penderita Covid membuat aktifitas keluar rumah tambah terbatas. Di awal pandemic MP masih bisa berjemur di depan rumah, sejak terkena Covid, MP hampir tidak berani berjemur, khawatir akan ketakutan tetangga karena MP pernah tertular akan menular ke tetangga juga. Kehawatirannya juga didasari atas fakta bahwa keluarga yang pernah ditemui di luar kota meninggal karena covid
3. Apa yang membuat Saya bergerak	Meskipun masih ada perasaan khawatir untuk mulai ke luar rumah, MP berusaha meyakinkan diri untuk mau

	<p>pergi keluar apakah mengendarai motor ataupun berolah raga keliling berjalan kaki . MP berusaha meyakinkan diri bahwa dia aman ke luar rumah setelah hasil tes dari dokter yang dikunjungi menyatakan MP sehat dan bisa beraktifitas kembali seperti semula. MP pun mulai berhasil meyakinkan diri dengan mulai mengendarai motor ke luar rumah mengantar anak ke sekolah.</p> <p>Kadang MP mengajak suami nya naik mobil ke luar rumah, dan berolah raga jauh dari rumah untuk menguatkan diri dan terpenuhi keinginan ke luar rumah</p>
4. Apa yang Saya takutkan	<p>Kehawatiran bahwa dirinya pernah kena covid akan bisa menularkan ke orang lain membuat rasa takut timbul kembali dalam dirinya, apalagi kadang saat bertemu orang banyak sering merasakan tubuhnya menjadi dingin. Sakit yang dirasakan ini menambah kekhawatiran takut terjadi sesuatu kalau MP keluar rumah</p>
5. Peluang apa saja yang ada dihadapan saya	<p>Keberaniannya sudah mulai muncul kembali. Waktu yang dihabiskan bersama suami keluar rumah menambah keyakinan bahwa MP bisa beraktivitas di luar rumah kembali. Penerimaan tetangga yang tidak memperlihatkan ketakutan akan dirinya pernah kena covid juga menambah keyakinan bahwa dirinya mampu melakukan aktifitas keluar rumah seperti dulu sebelum pandemi atau sebelum kena covid</p>

b. Responden 2 (MA)

Lima foto pilihan responden MA dapat dilihat pada gambar 2



Gambar 3 Pilihan foto responden MA

Berdasarkan foto dari atas dengan arah jarum jam, didapatkan diskusi dengan MA dari pertanyaan *awakeness* yang dikaitkan dengan foto, dimana keterkaitan masalah dengan foto pada tulisan yang dibuat tebal, sebagai berikut

Tabel 4
Hasil Diskusi responden MA

Pertanyaan	Hasil Diskusi
1. Apa yang menjadi persoalan yang sesungguhnya	Sejak pandemi, anak-anak belajar daring dari rumah. MA banyak merasakan kegagalan dalam menemani anaknya belajar. Keinginan MA agar anaknya mau menyelesaikan tugas-tugasnya dengan cepat tidak terpenuhi, karena anaknya lebih banyak melakukan kegiatan yang dia senangi mssal bermain dengan kucing saat mengerjakan tugasnya. Akhirnya MA sering membuatkan tugas anaknya, karena khawatir kalau pekerjaan anaknya mendapat nilai jelek
2. Apa yang menghentikan dan menahan saya	Sejak menemani anaknya belajar daring, maka banyak pekerjaan rumah yang harus dikerjakan menjadi terhenti . Kegiatan rumah seperti mencuci, memasak menjadi prioritas ke dua. Saat anaknya belum menyelesaikan tugasnya, MA tidak merasa tenang untuk melakukan pekerjaan di rumah. Anak yang diharapkan cepat menyelesaikan tugasnya, lebih sering bermain, sehingga membuat MA sering merasa ingin marah
3. Apa yang membuat Saya bergerak	MA mulai mencari cara bagaimana bisa mendampingi anaknya agar mau mengerjakan tugas dengan cepat dan dia bisa melakukan pekerjaan rumah dengan baik. MA berusaha untuk menerima perilaku anaknya dalam mengerjakan tugas. Perasaan menerima ini yang terbaik, membiarkan anak jadilah seperti apa yang dia inginkan membuat dirinya menjadi lebih tenang dan sabar
4. Apa yang Saya takutkan	Kegiatan membantu tugas anak agar cepat selesai dengan cara memberi hasil ahir yang benar, membuat rasa khawatir bagaimana nanti kalau anaknya tidak bisa menjawab pertanyaan dari guru, karena MA lah yang mengerjakan. MA berusaha untuk mengajak anaknya agar lebih focus dalam belajar, sehingga tidak ada rasa cemas jika nanti ada pertanyaan guru untuk materi yang ada
5. Peluang apa saja yang ada dihadapan saya	Pelajaran daring tidak akan berlangsung selamanya. Saat ini MA bersyukur meski banyak kegiatannya terganggu karena harus mendampingi anak belajar, keluarganya semua sehat. Keberadaan anak di rumah membawa hubungan yang lebih erat diluar masalah

	mendampingi anak mengerjakan tugas. Harapannya semoga anak cepat kembali sekolah tatap muka, beban membuat tugas anaknya berkurang
--	--

b. Responden 3 (MD)

Lima foto pilihan responden MD dapat dilihat pada gambar dibawah ini



Berdasarkan foto dari atas dengan arah jarum jam, didapatkan hasil diskusi dengan MD dari pertanyaan *awakeness* yang dikaitkan dengan foto, dimana keterkaitan masalah dengan foto pada tulisan yang dibuat tebal, sebagai berikut

Tabel 5
Hasil Diskusi responden MD

Pertanyaan	Hasil Diskusi
1. Apa yang menjadi persoalan yang sesungguhnya	Masa pandemi ini tidak sepenuhnya membawa masalah bagi 1 anak MD (sebut AK), karena AK malah menjadi lebih rajin. Perasaan senang muncul karena AK mau menekuni pelajaran sekolah formal lagi, padahal sebelumnya minta untuk sekolah terbuka, karena ia merasa panggilan pada olah raga bulutangkis sangat kuat, sudah dirintis sejak SD, dengan harapan bisa masuk dalam sekolah olah raga saat di SMA nanti. Tetapi MD tetap khawatir kalau AK akan lebih memilih bulu tangkis dari pada sekolahnya
2. Apa yang menghentikan dan menahan saya	Meski AK sudah tidak memutuskan sekolah terbuka, dan sudah tambah semangat belajar, MD merasa AK harus lebih berimbang dalam kegiatan sekolah dan bulu tangkisnya. MD mengharapkan ada jeda pada kegiatan latihan bulutangkis, apalagi AK sering terlihat emosi saat melewati pertandingan, dimana dia tidak berhasil jadi pemenang. MD merasa

	hawatir kalau AK malah melakukan hal yang bisa merugikan kegiatan sekolah dan latihan bulu tangkisnya
3. Apa yang membuat Saya bergerak	MD tetap khawatir akan kelengkapan masa depan jika hanya mengandalkan bulu tangkis tanpa serius pada sekolah, tetapi tetap mendukung aktifitas anaknya saat berlatih. MD tetap berusaha menyadarkan bulu tangkis penting, tapi sekolah juga penting. AK sangat berambisi untuk berhasil masuk dalam club tahun depan, karena tahun ini AK gagal
4. Apa yang Saya takutkan	MD khawatir akan kesadaran AK tentang masa depan. MD berharap AK akan terus fokus pada sekolah disamping latihan bulu tangkisnya. MD khawatir tidak bisa memberi motivasi pada AK agar bisa berhasil di bulutangkis dan sekolah
5. Peluang apa saja yang ada dihadapan saya	MD tetap memberikan AK melakukan pilihan untuk kegiatan bulutangkisnya, tetapi tetap berharap AK tidak melupakan kewajiban di sekolah. MD akan berusaha melakukan komunikasi yang baik agar bisa memberi motivasi bagi AK untuk bisa berprestasi di bulutangkis tetapi tidak melupakan sekolah

d. Responden 4 (MT)

Lima foto pilihan responden MT dapat dilihat pada gambar dibawah



Gambar 5 Pilihan foto responden MT

Berdasarkan foto dari atas dengan arah jarum jam, didapatkan hasil diskusi dengan MT dari pertanyaan *awakeness* yang dikaitkan dengan foto, dimana keterkaitan masalah dengan foto pada tulisan yang dibuat tebal, sebagai berikut

Tabel 6
Hasil Diskusi responden MT

Pertanyaan	Diskusi
1. Apa yang menjadi persoalan yang sesungguhnya	MT selalu menjelaskan foto2 nya terlebih dahulu dari sudut pandangnya. Tanda one way mengarahkan arah untuk berbuat. MT menyatakan punya komitmen dengan istrinya sebelum menikah yaitu berdakwah dan saat ini sedang dititipkan anak (Y) yang telah dirawat istrinya sejak kecil, dimana setiap minggu 1 hari bersama mereka, sehingga MT mengharapkan bisa mengasuh Y dengan baik. Pada kenyataannya MT merasa saat ini istri tidak kuat lagi terhadap 2 komitmen tsb
2. Apa yang menghentikan dan menahan saya	Ada saat jeda untuk semua kegiatan . MT berharap istrinya bisa memberi waktu untuk bisa melakukan apa yang sudah disepakati. Diharapkan istri MT jeda dahulu dari kewajiban mengajar daringnya yang menyita waktu. MT tidak mau kalau mereka akan menyesal karena lalai mendidik Y yang dititipkan. Saat ini sampai Y berusia 7 tahun adalah waktu yang tepat untuk membangun fondasi bagi Y
3. Apa yang membuat Saya bergerak	Benih yang bisa tumbuh di tempat terbatas. MT tetap mengharapkan istrinya memberi didikan yang baik bagi Y, dan bisa berhasil membuat Y tumbuh dengan baik. MT tahu ada kesempatan mengasuh pada perioda 7-14 untuk mewujudkan mengasuh Y dengan baik. MT memahami tanggung jawab yang diberikan padanya
1. Apa yang Saya takutkan	MT khawatir terlambat memberi contoh yang baik bagi Y. Padahal MT sangat berharap Y bisa lebih baik dari sekarang. Ketakutan akan terlambat mengasuh Y menjadi beban bagi MT
5. Peluang apa saja yang ada dihadapan saya	MT menyadari masih ada waktu untuk mengasuh Y, dan mau menurunkan tuntutan pada istrinya akan komitmen yang sudah dibuat. MT yakin dia dan istrinya tetap punya kegigihan untuk mewujudkan komitmen berdakwah dan mengasuh Y

e. Responden 5 (MI)

Lima foto pilihan responden MI dapat dilihat pada gambar dibawah



Gambar 6 Pilhan foto responden MI

Berdasarkan foto dari atas dengan arah jarum jam, didapatkan hasil diskusi dengan MT dari pertanyaan *awakeness* yang dikaitkan dengan foto, dimana keterkaitan masalah dengan foto pada tulisan yang dibuat tebal, sebagai berikut

Tabel 7
Hasil Diskusi responden MT

Pertanyaan	Hasil Diskusi
1. Apa yang menjadi persoalan yang sesungguhnya	Mengajar membaca AlQuran melalui daring tidak mudah. Ada rasa khawatir apakah siswa mengintip bacaan saat harus menyeter ayat. Tetapi ada rasa sukacita karena pada masa daring ini justru melihat antusias siswa saat menyeter bacaan
2. Apa yang menghentikan dan menahan saya	Keyakinan bahwa anak didik akan melakukan yang terbaik mengurangi rasa khawatir akan perasaan ragu
3. Apa yang membuat Saya bergerak	Pilihan jadi guru adalah impian bagi MI, dan akan berusaha sekuat mungkin untuk menjadi guru yang baik. MI akan mencari metoda yang lebih baik untuk mengajar melalui daring, sehingga siswa akan merasa lebih semangat belajar membaca Alquran
4. Apa yang Saya takutkan	MI khawatir siswa akan gagal nanti saat ujian di tingkat lebih atas, kalau saat ini siswa tidak menghafal dengan benar. MI telah meng komunikasikan ke siswa untuk menghafal dengan benar, karena nanti akan diuji bacaan yang telah dihafal. Diharapkan dengan telah mengkomunikasikan hal tersebut, siswa lebih siap

5. Peluang apa saja yang ada dihadapan saya	MI tetap percaya bahwa apa yang dilakukan saat ini meski dalam masa pandemic tetap membawa kebaikan bagi siswa. MI ingat pada saatnya kematian datang, 3 hal yang tidak akan putus, salah satunya adalah ilmu yang bermanfaat. MI berharap pengajaran membaca Alquran memberikan kebaikan bagi siswanya, dan satu saat akan memberi manfaat bagi MI
---	--

4.4 Gambaran Tindak Lanjut Responden

Setelah melakukan terapi seni, responden diminta untuk menuliskan apa yang akan dilakukan 1x24 jam mendatang, dan 7x24 jam ke depan, dan berapa nilai masalah dan kemampuan yang dimiliki setelah terapi

Hasilnya sebagai berikut :

Tabel 8

Hasil di akhir terapi

Responden	Tindakan 1x24 jam mendatang	Tindakan 7x24 jam mendatang	Tingkat masalah	Kemampuan Mengatasi masalah
1 (MP) *	Berani untuk keluar sendiri dan berhadapan dengan lingkungan	Berani keluar komplek tanpa ditemani	3	5
2 (MA)	Akan berlaku lebih sabar dengan anak	Berusaha menjadi ibu yang lebih baik dengan tetap menjadi lebih sabar	6	7
3 (MD)	Ngebaikin anak	Merubah cara berkomunikasi	7	7
4 (MT)	Membuka komunikasi dengan istri	Melakukan penyesuaian terhadap tugas istri	3	7
5 (MI)	Cari metoda yang lebih baik untuk mengajar daring	Menerapkan metoda yang lebih tepat	5	8

Gambaran nilai dan kemampuan mengatasi masalah responden sebelum dan setelah terapi seni dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel 9

Gambaran nilai dan kemampuan mengatasi masalah sebelum dan setelah terapi

Responden	Nilai masalah Sebelum dan stlh terapi	Penurunan Nilai Masalah (%)	Kemampuan mengatasi mslh Seb& stlh terapi	Kenaikan kemampuan mengatasi mslh (%)
1 (MP) *	(5) → 3	20	(3) → 5	20
2 (MA)	(8) → 6	20	(6) → 7	10
3 (MD)	(9) → 7	20	(5) → 7	20
4 (MT)	(8) → 3	50	(4) → 7	30
5 (MI)	(8) → 5	30	(4) → 8	40

Berdasarkan tabel 8 diatas dapat terlihat ada masukan bagi responden terhadap proses terapi seni dengan visual, terlihat dari jawaban responden yang mampu mengarahkan dirinya untuk bertindak, tanpa paksaan dari konselor. Responden juga merasa senang dengan penggunaan foto sebagai bagian dari terapi seni, merasa terbantu menemukan kata-kata yang ingin disampaikan dengan kartu yang diambil. Responden merasa tepat antara kartu yang diambil dengan masalah yang dirasakan. Prinsip no judgment dan trust process berhasil mengarahkan responden untuk mengambil keputusan bagi dirinya. Persaan lega dan merasa lebih baik juga dilontarkan hampir semua responden (80%)

Hal ini didukung dengan tabel 9, semua rersponden mengalami penurunan nilai masalah yang dirasakan 20 – 50 % , sedangkan kemampuan mengatasi masalah ada kenaikan dari 10 – 40 %

BAB V SIMPULAN

Berdasarkan kegiatan terapi seni dengan visual yang mengguna foto diatas, dapat dikatakan model terapi seni ini efektif untuk dilakukan untuk membantu orang tua yang terkena dampak psikologi pada masa pandemi. Hal ini dapat terlihat dari keberhasilan responden memecahkan masalahnya sendiri , dan penurunan penilaian atas masalah yang dirasakan, seta kenaikan kemampuan untuk mengatasi masalah yang ada

DAFTAR PUSTAKA

1. Karyanti, *Konseling Art dengan Media Gambar Untuk Meningkatkan Self Disclosure Mahasiswa*, *Anterior Jurnal*, Volume 15 Nomor 1, Desember 2015, Hal 55 ± 61 ISSN 1412-1395 (cetak) 2355-3529 (elektronik)
2. Lubis, Namora Lumongga. 2011. *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
3. Rizqon Halal Syah Aji (2020) , *Salam Jurnal Sosial & Budaya Syar-i FSH UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Vol. 7 No. 5 , pp. 395-4 02, DOI: 10.15408/sjsbs.v7i5.15314*
4. Siti Nurjanah (2020) , *Gangguan Mental Emosional Pada Klien Pandemi Covid 19 di Rumah Karantina , Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa Volume 3No 3, Hal329 -334, Agustus2020e-ISSN 2621-2978p-ISSN 2685-9394Persatuan Perawat Nasional Indonesia Jawa Tengah*
5. Shani E & Golan Y (2017) ; *Points of You:The Coaching Game; Points of You Ltd*
6. <https://jogja.tribunnews.com/2020/09/22/peta-sebaran-kasus-baru-covid-19-hingga-selasa-22-september-2020-pagi-ini-data-rinci-di-34-provinsi?page=2>, 2 oktober 2020
7. <https://lifestyle.okezone.com/read/2020/10/15/481/2293914/6-keluhan-psikologis-masyarakat-selama-pandemi-covid-19>, 16 oktober 2020
8. <https://sudutkantin.com/seni-sebagai-media-bimbingan-konseling/>, 20 maret 2021

