

MENINGKATKAN *QUALITY OF LIFE* MAHASISWA UNIVERSITAS IVET MELALUI KONSELING KRISIS DENGAN TEKNIK *NEUROGRAPHIC ART*

Nur Itsni Sholichah¹⁾✉, Widya Novi Anggra Dewi²⁾, M.Hafidz Ahdiansyah³⁾

Universitas Ivet, Bimbingan dan Konseling, FKIP¹

Universitas Ivet, Bimbingan dan Konseling, FKIP²

Universitas Ivet, Bimbingan dan Konseling, FKIP

✉ (nursitni0411t@gmail.com), Universitas Ivet

DOI : <https://doi.org/10.31331/emp.v2i1.kodeartikel>

Info Articles

Sejarah Artikel:

Disubmit 15 Februari 2024

Direvisi

Disetujui

Keywords:

Quality of Life; Crisis

Counseling; Neurographic art

Abstrak

Fenomena kualitas hidup (QoL) digadang sebagai bentuk persepsi seseorang terkait dengan posisi individu dalam kehidupan yang bernilai dan berhubungan dengan tujuan, ekspektasi, standar dan perhatian. Sering kali seseorang yang mengalami kegagalan dalam berekspektasi sesuai dengan standar yang dimiliki, menyebabkan kondisi menjadi krisis. Kondisi inilah dirasa cocok menggunakan konseling krisis dengan teknik *neurographic art*. Dimana dalam konseling krisis sendiri merupakan langkah awal untuk membantu klien dalam mereduksi kondisi krisis, dan didampingi dengan teknik *neurographic art* akan membantu seseorang untuk lebih dapat mengekspresikan emosi atau pikiran. Jenis penelitian yang digunakan *Single Subject Research (SSR)* adalah Penelitian Desain Subjek Tunggal adalah metode penelitian eksperimen yang dilakukan pada subjek tunggal dengan tujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dari suatu perlakuan atau *treatment* yang diberikan secara berulang-ulang dalam waktu tertentu, Analisis data dilakukan secara induktif, lebih menekankan pada makna dari pada generalisasi. Ketercapaian dalam mereduksi perilaku maupun pikiran negatif mahasiswa Universitas Ivet sesuai dengan indikator yang tergambar pada gambar 2. Konseling krisis dengan teknik *neurographic art* telah mencapai keberhasilan untuk dapat meningkatkan kualitas hidup individu yang sedang mengalami tekanan, yang dapat dilihat dari produktifitas keseharian individu tersebut.

Kata Kunci : *neurographic art, konseling krisis, quality of life*

Abstract

The phenomenon of quality of life (QoL) is considered to be a form of a person's perception regarding an individual's position in life which is valuable and related to goals, expectations, standards and concerns. Often someone who experiences failure in their expectations in accordance with their standards, causes the condition to become a crisis. This condition is deemed appropriate to use crisis counseling with neurographic art techniques. Where crisis counseling itself is the first step to help clients reduce crisis conditions, and accompanied by neurographic art techniques will help someone to be better able to express emotions or thoughts. The type of research used by Single Subject Research (SSR) is Single Subject Design Research, which is an experimental research method carried out on a single subject with the aim of finding out how much influence a

treatment or treatment given repeatedly within a certain time has. inductive, emphasizes meaning rather than generalization. The achievement in reducing negative behavior and thoughts of Ivet University students is in accordance with the indicators depicted in pict 2. Crisis counseling using neurographic art techniques has achieved success in improving the quality of life of individuals who are experiencing stress, which can be seen from the individual's daily productivity.
Keywords: neurographic art, crisis counseling, quality of life

✉ Alamat Korespondensi:

E-mail: nuritsni0411@gmail.com

e-ISSN 2656-9655

PENDAHULUAN

Kualitas hidup dijadikan sebagai parameter seseorang dalam berkehidupan sehari – hari, semakin baik kualitas hidup seseorang maka akan semakin berkualitas pula kehidupan sehari-hari begitupun sebaliknya ketika kualitas hidup seseorang rendah maka akan semakin menurunnya kualitas hidup mereka. Hal ini selaras dengan yang dijelaskan menurut World Health Organization (WHO) (dalam R Dewi et al., 2021) adalah persepsi seseorang dalam konteks budaya dan norma yang sesuai dengan tempat hidup orang tersebut serta berkaitan dengan tujuan, harapan, standar dan kepedulian selama hidupnya.

Menurut World Health Organization (WHO) QoL menyebutkan bahwa terdapat enam aspek yang harus terpenuhi untuk menjadikan indikator dalam kesehatan sosial, yaitu (1) Fisik, (2) Lingkungan, (3) Hubungan sosial, (4) Psikologis, (5) Tingkat kemandirian dan (6) Spiritual. Keenam aspek ini dipersempit menjadi 4 aspek saja dalam versi singkatnya (WHOQOL-BREF) yaitu aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan (World Health Organization (WHO), 1998).

Individu memiliki indikasi permasalahan yang berbeda-beda. Hal ini dapat disebabkan berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Permasalahan ini yang menyebabkan ketidakseimbangan terjadi dan mengakibatkan penurunan kualitas hidup individu. Masalah dalam diri akan memecah-belah konsentrasi individu dan tentunya ini akan mempengaruhi proses perkembangan seseorang. Otak hanya dapat bekerja secara maksimal ketika menyelesaikan satu permasalahan dalam satu waktu. Meskipun ada beberapa individu yang dirasa memiliki kemampuan atau kebiasaan *multitasking*, hal ini juga akan memecah konsentrasi dan kurang efektif sehingga akan mempengaruhi cara pengambilan keputusan. Krisis merupakan situasi yang menyulitkan individu dan kesulitan tersebut tidak dapat ditolerir dan diluar kemampuan individu yang mengalami (Syarafudin, 2023).

Kondisi krisis dapat dikatakan sebagai bumerang, ketika individu dalam keadaan siap dan tangguh, maka seseorang akan menjadi lebih tangguh, namun sebaliknya jika individu kurang siap, kondisi krisis justru dapat merugikan individu sendiri akibat tidak mampu melewati krisis dengan baik. Kondisi krisis antara satu individu dengan individu lainnya berbeda, maka perlu adanya persiapan untuk menghadapi kondisi kritis. Wright (dalam Haksasi & Dewi, 2020) menyebutkan terdapat ciri-ciri dari krisis sebagai berikut: (1)Kejadian yang penuh resiko; (2)Keadaan rentan; (3)Faktor yang menimbulkan krisis dan (4)Keadaan krisis yang aktif. Kondisi-kondisi krisis inilah dirasa perlu adanya pihak yang ahli dalam membantu klien untuk dapat menyelesaikan suatu permasalahan. Profesionalitas sangat diperlukan bagi seorang konselor untuk memahami kondisi klien, perlunya penguasaan teknik yang harus dimiliki seorang konselor dalam perannya pada konseling krisis, diantaranya : (1)Mendengarkan; (2) Bertanya; (3)Berempati; dan (4)Konfrontasi.

Dimana dalam penelitian ini berbeda dengan penelitian-penelitian terdahulu yang mana peneliti akan meneliti terkait dengan peningkatan *quality of life* mahasiswa Universitas Iveta melalui konseling krisis dengan teknik *neurographic art*.

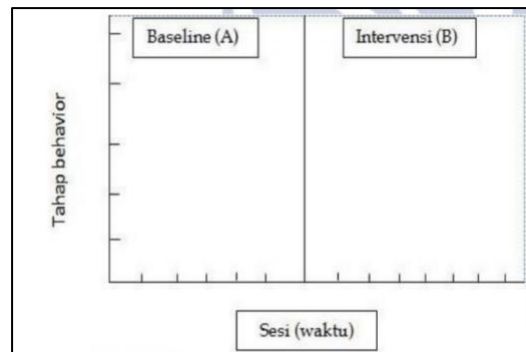
Neurographic art ditemukan oleh Pavel Piskarev pada tahun 2014. Beliau merupakan ahli psikologi dari Rusia sebagai seorang *creative entrepreneur*. *Neurographic art* sendiri merupakan salah satu metode yang dikategorikan sebagai art therapy. Dimana dalam *neurographic art* memanfaatkan seni sebagai media katarsis yang berasal dari *subconscious mind* dan dimanifestasikan dalam elemen gambar yang menyerupai gambar neuron pada otak manusia. tujuan terapeutik adalah ekspresi simbolis dari berbagai emosi: cinta, benci, kesedihan, kemarahan, ketakutan, kegembiraan, dll. (Uchkunovna Rakhmanova, 2023).

METODE

Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *Single Subject Research (SSR)*. SSR atau Penelitian Desain Subjek Tunggal adalah metode penelitian eksperimen yang dilakukan pada subjek tunggal dengan tujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dari suatu perlakuan atau *treatment* yang diberikan secara berulang-ulang dalam waktu tertentu. Desain penelitian eksperimen secara garis besar dapat dibedakan menjadi dua kelompok yaitu (1) desain kelompok dan (2) Desain subjek tunggal. Desain kelompok memfokuskan pada data yang berasal dari kelompok individu, sedangkan desain subjek tunggal memfokuskan pada data individu sebagai sampel penelitian. (Charitas, 2021)

Modifikasi perilaku seseorang perilaku seseorang dimana pengukuran variable dilakukan oleh objek yang sama tetapi dengan kondisi yang berbeda. Yang dimaksud kondisi di sini adalah kondisi *baseline* dan kondisi eksperimen (*intervensi*). *Baseline* adalah kondisi dimana pengukuran target behavior dilakukan sebelum diberikan intervensi apapun. Kondisi eksperimen adalah kondisi dimana suatu perlakuan telah diberikan dan target behavior diukur di bawah kondisi tersebut.

Desain yang digunakan dalam penelitian adalah A-B yang mana sebagai desain dasar *single subject research*. Fase yang pertama yaitu fase *baseline* yang diidentifikasi sebagai A. Fase *baseline* merupakan fase pretreatment atau fase ketika intervensi belum diberikan. Selama fase *baseline*, subyek dinilai atau dilakukan pengukuran dalam beberapa sesi hingga terlihat perilaku yang khas dari subyek tersebut atau hingga trend dan level datanya stabil. Kondisi *baseline* sangat penting dalam penelitian *Single Subject Research* karena akan menunjukkan perkiraan bagaimana perilaku subyek apabila intervensi tidak diterapkan. (Charitas, 2021).



Gambar 1 Struktur Dasar Desain A-B
Sumber Gambar : dokumen Pribadi

Pada penelitian ini, bertujuan digunakan pola desain A-B yaitu untuk mengetahui pengaruh dari konseling krisis dengan teknik *neurographic art* terhadap *quality of life* pada Mahasiswa Universitas Ivet. Berikut penjelasan mengenai pola A-B :

A (*Baseline*) pengukuran data pada fase ini dilakukan sebanyak 2 sesi sampai data konsisten.

B (*intervensi*) pengukuran data pada tahap ini anak diberikan perlakuan menggunakan konseling krisis dan penerapan teknik *Neurographic art* hingga di dapatkan data yang stabil. Intervensi dilakukan sebanyak 7 sesi.

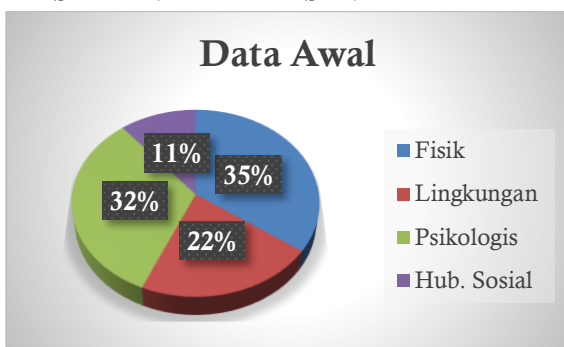
Subjek penelitian “Meningkatkan *Quality Of Life* Mahasiswa Universitas Ivet Melalui Konseling Krisis Dengan Teknik *Neurographic Art*” ini memiliki berinisial IDS, SH dan VSSM. IDS dan VSSM merupakan mahasiswi dari semester 3 sedangkan SH merupakan mahasiswi dari semester 7 Universitas Ivet

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data statistik deskriptif, dimana dalam statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Penelitian dengan kasus tunggal penggunaan statistik tidak dilakukan secara kompleks tapi lebih menggunakan statistik deskriptif yang sederhana.

Analisis data subjek tunggal terbagi menjadi dua yaitu analisis visual dalam kondisi dan analisis visual antar kondisi. Analisis dalam kondisi meliputi analisis data pada satu kondisi saja kondisi baseline atau kondisi intervensi. Sedangkan pada analisis antar kondisi meliputi analisis dalam dua kondisi. Analisis data dilakukan sesuai perhitungan tertentu dari data yang terkumpul. Berikut komponen analisis visual untuk dalam kondisi (1)Panjang kondisi; (2)Estimasi

kecenderungan arah; (3)Kecenderungan stabilitas; (4)Jejak data; (5)Level stabilitas dan rentang dan (6)Level perubahan sedangkan analisis visual untuk antar kondisi, yaitu (1)Jumlah variabel yang diubah; (2)Perubahan kecenderungan dan efeknya; (3)Perubahan stabilitas; (4)Perubahan level dan (5)Overlap.

HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 2 Data Awal Klien
Sumber Gambar : dokumen Pribadi

Berdasarkan dari hasil kalkulasi data diatas menyatakan bahwa 34,92% ketiga klien mengalami permasalahan fisik, 21,69% klien mengalami permasalahan lingkungan sekitar, 32,60% ketiga klien mengalami permasalahan permasalahan terkait dengan psikologis, dan 11% mengalami permasalahan berdampingan dengan hubungan sosial. Sehingga dari hasil secara umum permasalahan tertinggi yang tengah dihadapi oleh ketiga klien terkait dengan psikologis diri mereka. Hasil pengumpulan data melalui studi interview (wawancara), kuesioner (angket), dan observasi terhadap informan yang telah dibutuhkan dalam penelitian serta diskusi yang terfokus terhadap permasalahan yang diteliti. Jawaban tersebut berdasarkan pada pedoman wawancara yang difokuskan pada penumpukan emosi yang terpendam dalam diri klien sehingga mempengaruhi dari *quality of life* dari klien itu sendiri. Fokus pada penelitian ini adalah layanan konseling krisis dengan teknik *neurographic art*

dapat meningkatkan *quality of life* pada klien. Berikut adalah hasil penelitian dari Meningkatkan *quality of life* mahasiswa Universitas Ivet melalui Konseling krisis dengan teknik *neurographic art* :

1. **Quality of Life Mahasiswa Univeritas Ivet**
 - a. Deskripsi Baseline (Kualitas Hidup Sebelum di Intervensi)

Data baseline diperoleh melalui hasil pengamatan peneliti terhadap kualitas hidup klien dalam melakukan serangkaian tes sebelum *treatment*. Pengumpulan data melalui angket, wawancara dan observasi yang berdasarkan pada pedoman angket, wawancar dan observasi yang dibuat oleh peneliti. Pengambilan data dilakukan selama tiga sesi dimana selama kurang lebih satu minggu lamanya.

Pengambilan data pada baseline dilakukan oleh peneliti dengan cara memberikan angket, wawancara dan juga observasi *quality of life*. ketiga data diambil guna memperoleh data akurat terkait dengan kualitas hidup seseorang dari konsistensi dan kesesuaian antar jawaban, sehingga hal ini akan mendapati gambaran yang jelas terkait dengan kondisi klien yang akan diteliti. Adapun hasil Baseline *quality of life* klien sebagai berikut :

Pelaksanaan Baseline terlihat bahwa klien mengalami kesulitan dalam menangani dalam suatu permasalahan dan disesuaikan dengan cara penanganan sesuai kemampuan *problem solving* individu. kondisi klien pada saat ini, diantaranya mengalami krisis keuangan, krisis pertemanan, serta tekanan yang menumpuk diakibatkan karena adanya tuntutan. IDS ini mengalami krisis dalam pertemanan hingga sedikit menggoyahkan sedikit ketahanan fisik dan mentalnya. Ia mengalami permasalahan yang

diakibatkan karena ketidaksepahaman antara ia dengan kakak tingkatnya. Hal ini memicu perselisihan yang terjadi dalam dua angkatan, dan menyebabkan ia harus mengalami gangguan kejiwaan. Dalam kurun waktu satu bulan ia merasa tertekan dan mengonsumsi obat *alprazolam* secara ilegal yang ia beli di apotek terdekat. Hal sedikit teralihkan untuk menjadi tim akreditasi program studi tersebut, namun tidak dapat dipungkiri tekanan terhadap waktu yang diberikan sebagai batas pengerjaan, menjadi beban tersendiri dipermasalahan selanjutnya.

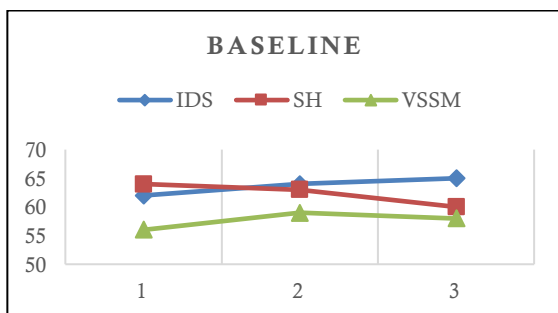
Ketidakterdayaan dan ketidakseimbangan psikologis akan sangat berdampak pada kemampuan mengatasi permasalahan dalam

Berdasarkan hasil pengukuran terhadap perilaku yang menjadi target dalam melaksanakan konseling krisis dengan teknik *neurographic art*, dijelaskan melalui tabel dibawah ini :

Tabel. 1 Rekap Skor *Quality of Life Fase Baseline*

Perilaku Sasaran	Konseli	Hasil	Skor	Stabilitas /Sesi	Mean
Quality of Life	IDS	Angket	71	62%	59
		Wawancara	70	61%	
		Observasi	37	65%	
	SH	Angket	74	64%	60
		Wawancara	73	63%	
		Observasi	34	60%	
	VSSM	Angket	64	56%	55
		Wawancara	68	59%	
		Observasi	33	58%	

Berdasarkan tabel diatas, skor yang dicapai oleh klien sangat tinggi dari skor standar *quality of life* yaitu 43. Perilaku yang menyimpang masih ditaraf 59,60, dan 55. Data ini menunjukkan adanya kualitas hidup yang rendah sebelum atau tanpa adanya intervensi. Sebagai upaya memperjelas hasil data frekuensi kesalahan klien pada baseline, berikut ini disajikan tabel *display* data hasil baseline yang digambarkan sebagai berikut :



Gambar 3 Stabilitas Baseline

kurun waktu yang tidak dapat ditentukan hingga keadaan kembali ke kondisi semula (sebelum krisis). Uang juga menjadi salah satu faktor terbesar permasalahan dikehidupan, semua beranggapan bahwa uang merupakan akan dapat mengubah masalah menjadi lebih mudah. Banyaknya permasalahan keuangan yang menjadikan SH dan VSSM harus bekerja lebih keras. Banyaknya pengeluaran yang tidak sebanding dengan pemasukan yang diterima menjadi beban tersendiri bagi mereka. SH dan VSSM harus bekerja di luar jam perkuliahan demi menghidupi kehidupannya selama merantau. Tuntutan tugas dan tuntutan kerja ini lah menyebabkan seringkali memecah belah konsentrasi.

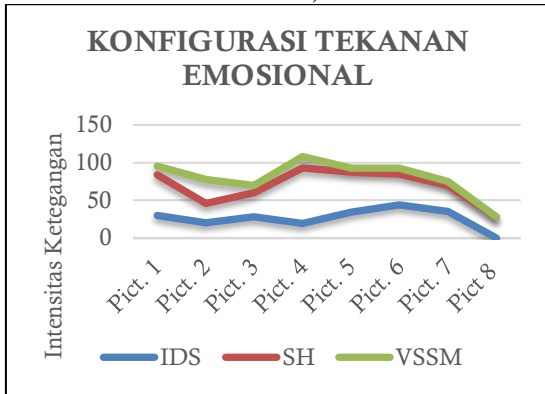
Sumber Gambar : dokumen Pribadi

b. Deskripsi Pelaksanaan Intervensi (Saat Pemberian *Treatment*)

Intervensi dilaksanakan selama tiga kali pertemuan dan tujuh kali perlakuan dengan teknik *neurographic art* serta dilaksanakan dengan durasi waktu 20 – 120 menit disesuaikan dengan kondisi dan situasi selama perlakuan itu dilaksanakan.

Intervensi perilaku menggunakan konseling krisis dengan teknik *neurographic art* untuk meningkatkan *quality of life*. Peneliti menjelaskan akan dilakukan selama tujuh sesi melukis dimana dilakukan selama satu minggu satu kali dan diantaranya dibersamai dengan konseling krisis yang dilakukan selama dua minggu sekali, sehingga nantinya akan terbentuk hasil dari Intervensi yang dilakukan.

c. Deskripsi Pasca Intervensi (Setelah Pemberian *Treatment*)



Gambar 4 Konfigurasi Tekanan Emosional dalam Fase Intervensi
Sumber Gambar : dokumen pribadi

Analisis hasil implementasi *neurographic art* dari ketiga subjek dapat dipengaruhi dari kondisi dan situasi yang sedang dialami, ketika kondisi dan situasi itu dirasa dapat ditangani dengan baik maka bentuk yang dituangkan dalam karya seni tersebut akan berbanding terbalik ketika seseorang atau klien tersebut dirasa kurang mampu dalam menghadapi permasalahan yang tengah dihadapi.

Analisis yang disajikan menggambarkan bagaimana pikiran negatif dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang. Ketiga subjek dalam penelitian tersebut ternyata mengalami tingkat kecemasan dan stres yang tinggi, yang pada gilirannya mempengaruhi kesehatan fisik mereka, terutama yang berkaitan dengan masalah lambung seperti *gerd*. Pikiran yang terus menerus dan berlebihan tentang masa depan yang gelap mempengaruhi konsentrasi dan kualitas tidur, yang pada akhirnya memperburuk masalah kesehatan ketiga klien.

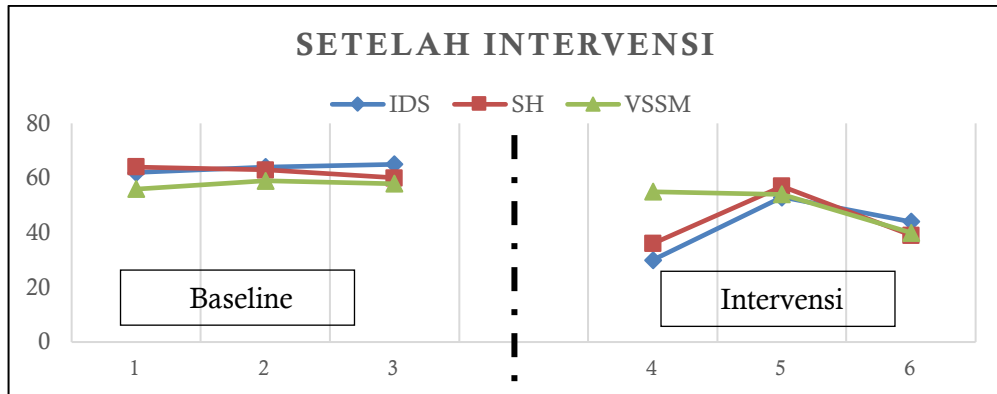
Selain itu, stres dan kecemasan juga dapat memengaruhi hubungan sosial dan dukungan yang diterima seseorang. Dari layanan konseling krisis yang dilakukan terlihat jelas bahwa dukungan keluarga dan teman dapat memberikan rasa aman dan nyaman yang sangat dibutuhkan dalam menghadapi tantangan hidup. Namun, persepsi diri yang negatif diluar dari keluarga, teman dan pasangan, seperti ketidakpuasan terhadap penampilan fisik, dapat memperburuk perasaan tidak aman dan rendah diri. Terkait permasalahan keuangan, tampaknya ketiga subjek penelitian juga mengalami tekanan keuangan yang memaksa mereka harus bekerja keras untuk memenuhi kebutuhan hidupnya.

Berdasarkan hasil analisis dan pelaksanaan intervensi diatas, berikut disajikan data akumulasi hasil intervensi melalui :

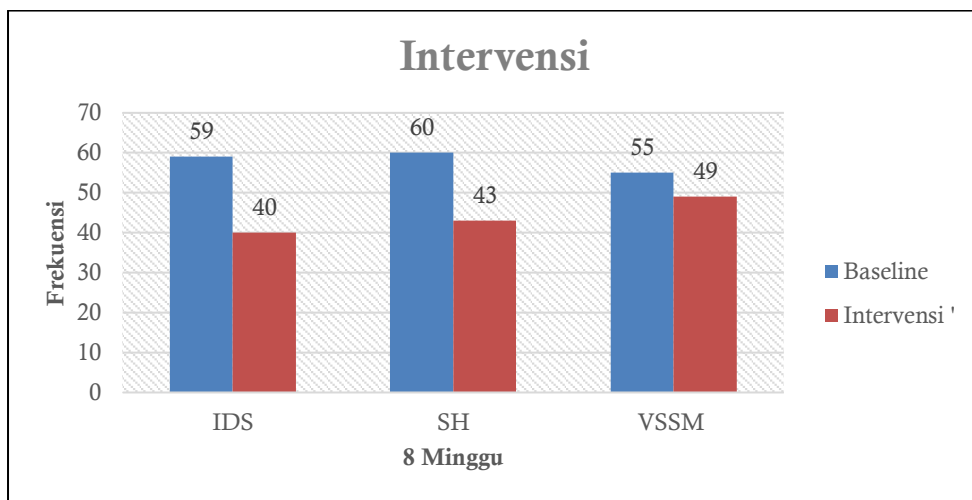
Tabel. 2 Rekap Skor Quality of Life Fase Intervensi

Perilaku Sasaran	Konseli	Hasil	Poin	Stabilitas /Sesi	Mean
Quality of Life	IDS	Angket	35	30%	40
		Wawancara	61	53%	
		Observasi	25	44%	
	SH	Angket	41	36%	43
		Wawancara	65	57%	
		Observasi	22	39%	
	VSSM	Angket	63	55%	49
		Wawancara	62	54%	
		Observasi	23	40%	

Agar lebih memperjelas hasil data, berikut disajikan grafik garis dan batang hasil kualitas hidup klien :



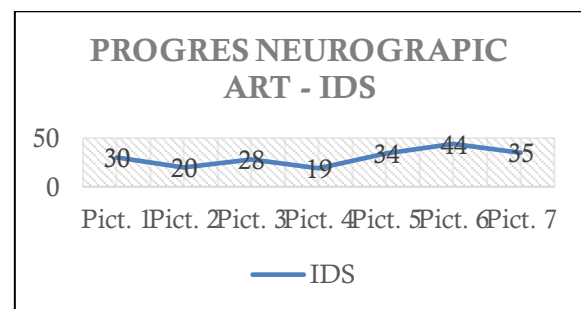
Gambar 5 Grafik SSR A-B
Sumber gambar : dokumen pribadi



Gambar 6 Diagram batang SSR A-B
Sumber gambar : dokumen pribadi

Berdasarkan gambar diatas dapat diperhatikan bahwa frekuensi *quality of life* mahasiswa Universitas Ivet setelah mendapatkan layanan konseling krisis dengan teknik *neurographic art* semakin meningkat dengan ditandai adanya penurunan dalam grafik Intervensi. Dapat diuraikan bahwa dalam kurun waktu 8 minggu IDS, SH, maupun VSSM mengalami kondisi tenanan emosional yang berbeda-beda pada setiap sesi *art therapy* selama fase intervensi berlangsung. Hal ini dapat diuraikan sebagai berikut :

1) Hasil Intervensi IDS

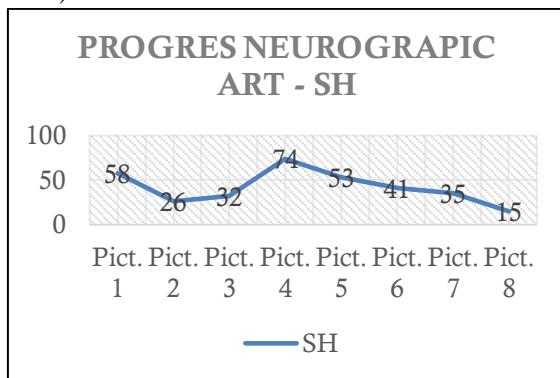


Gambar 7 Grafik Progres – IDS
Sumber gambar : dokumen pribadi

IDS mengalami dinamika jumlah titik terbentuk dalam gambar dari sesi ke sesi, menunjukkan kemungkinan peningkatan ketegangan atau kompleksitas perasaan. Hal ini terlihat dalam grafik intervensi selama kurang

lebih 7 sesi dan tiga diantaranya diiringi dengan konseling. Warna yang dipilih mulai dari warna oranye, biru, ungu, hijau dan lain-lain hingga tanpa warna mencerminkan perubahan suasana hati dan emosi klien dari waktu ke waktu. IDS mengalami naik turunnya tekanan emosi yang disebabkan karena problematik yang terjadi sehingga menyebabkan ketidakstabilan dalam berfikir positif. Namun perilaku hal negatif dalam diri klien seperti meminum obat secara ilegal, koflik dengan teman-teman, dan perasaan jenuh terhadap tanggung jawab yang diemban sudah dapat direduksi, dengan kesibukan dengan hal-hal positif, sehingga lebih membuka pandangan lain terhadap konflik yang telah terjadi.

2) Hasil Intervensi SH

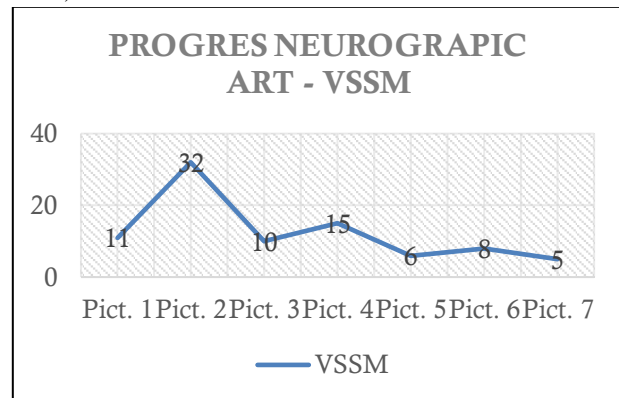


Gambar 8 Grafik Progres - SH
Sumber gambar : dokumen pribadi

SH beberapa kali mengalami peningkatan jumlah titik dalam gambar dari sesi ke sesi, menunjukkan kemungkinan peningkatan kompleksitas perasaan dan tekanan, dan beberapa kali minggu terakhir mengalami penurunan jumlah titik. Hal ini tergambar pada grafik intervensi selama 8 sesi dengan 3 diantaranya dibersamai dengan konseling. Warna yang konsisten digunakan dalam setiap sesi menunjukkan keterkaitan dengan suasana hati dan preferensi warna klien. Hal ini juga menjadi pertanda adanya progres yang positif yang dilalui oleh klien. Dimana dalam beberapa

minggu terakhir klien sudah dapat mengoptimalkan waktu dengan menyibukkan dengan hal-hal positif dan memfokuskan diri dalam mencari alternatif-alternatif dalam memecahkan permasalahan yang sedang terjadi.

3) Hasil Intervensi VSSM



Gambar 9 Grafik Progres – VSSM
Sumber gambar : dokumen pribadi

VSSM mengalami variasi dalam jumlah titik dan warna yang digunakan dalam gambar, mencerminkan variasi dalam perasaan dan pengalaman emosional dari sesi ke sesi. Hal ini dapat dilihat dari diagram intervensi yang dilakukan selama 7 sesi dan tiga diantaranya membersamai dengan konseling. Pembawaan tenang di bawah saat mengilustrasikan perasaannya juga mempengaruhi jumlah titik, namun dapat digambarkan suasana hati melalui warna sesuai interpretasi dari klien itu sendiri. Sehingga pewarnaan dalam gambar telah dimaknai oleh klien sendiri. Pembawaan tenang yang terlihat dari luar belum tentu dapat mencerminkan dinamika problematik yang ada dalam pikiran, namun hal ini dapat dipengaruhi oleh kecerdasan emosional cukup baik sehingga dapat tenang dalam bersikap, meskipun kurang dalam berfikir positif. Hal inilah yang diintervensi dalam diri VSSM, agar mengurasi pikiran negatif dengan meluapkan emosi dalam secarik kertas, dan memusatkan pikiran mencari solusi.

2. Analisis Data

Analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis data statistik deskriptif. Data yang akan dianalisis

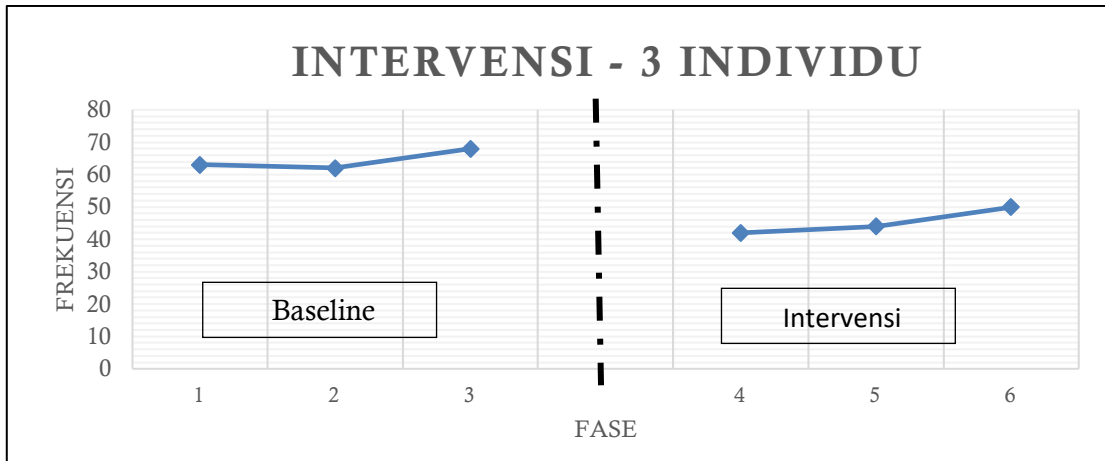
berdasarkan data individu yang diperoleh, yang berdasarkan analisis dalam kondisi dan antar kondisi. Pengujian dalam penelitian ini

dilakukan dengan kondisi klien sesudah dan sebelum diberikannya konseling krisis dengan teknik *neurographic art*. Berdasarkan keseluruhan hasil penjabaran yang telah

dipaparkan sebelumnya, untuk mengetahui serta memperjelas kondisi klien dari seluruh hasil penelitian ini, dapat disajikan dalam tabel dan grafik berikut ini :

Tabel. 3 Akumulasi skor ketiga klien

Baseline			Intervensi		
IDS	SH	VSSM	IDS	SH	VSSM
59	60	55	40	43	49
63%	62%	58%	42%	44%	50%
61%			45%		



Gambar 10 Akumulasi Tiga Klien
Sumber gambar : dokumen pribadi

Tabel diatas merupakan akumulasi perolehan skor *quality of life* yang telah dicapai pada klien pada fase *baseline*, dan fase intervensi. Perolehan data hasil tes tersebut menunjukkan bahwa intervensi kondisi krisis melalui konseling krisis dengan teknik *neurographic art* dapat meningkat yang ditandai dengan adanya penurunan dalam kurva maupun batang dalam grafik.

Berdasarkan data-data penelitian diatas, hasil analisis dalam kondisi maupun antar kondisi dapat dilihat sebagai berikut :

1. Analisis Dalam Kondisi





Analisis dalam kondisi harus memperhatikan komponen-komponen yang akan dianalisis, diantaranya meliputi panjang kondisi, etimasi kecenderungan arah, kecenderungan stabilitas data, jejak data,

level stabilitas dan rentang serta perubahan level. Dalam penelitian ini, diketahui bahwa panjang fase *baseline* = 3, dan intervensi = 3. Perhitungan hasil penelitian menunjukkan kecenderungan arah stagnan selama fase *baseline*, dan menurunnya pada fase intervensi.

Kecenderunga stabilitas data yang didapatkan dari penelitian adalah stabil untuk fase *baseline*, dan stabil selama pelaksanaan fase intervensi. Adapun jejak data yang ditampilkan selama fase *baseline* adalah sejajar, lalu menurun pada fase intervensi. Level stabilitas dan rentang yang ditunjukkan pada fase *baseline* stabil dengan rentang 62% - 68% dan fase Intervensi stabil dengan rentang 42% - 50%. Adapun perubahan level *baseline* = +6 dan intervensi = +8. Berikut tabel rangkuman analisis dalam kondisi ketiga subjek penelitian :

Tabel. 4 Rangkuman analisis dalam kondisi

No	Kondisi	A	B



1.	Panjang kondisi	3	3
2.	Estimasi kecenderungan arah		
3.	Kecenderungan stabilitas	Stabil	Stabil
4.	Jejak data		
5.	Level stabilitas dan rentang	Stabil 62% - 68%	Stabil 42% - 50%
6.	Perubahan Level	62% - 68% (+4)	42% - 50% (+8)

2. Analisis Antar Kondisi

Analisis data kedua dalam penelitian ini adalah analisis antar kondisi. Komponen yang akan dianalisis diantaranya kecenderungan arah dan efeknya, perubahan stabilitas, perubahan

level dan presentase data yang tumpang tindih (*overlap*). Perhitungan data yang lebih rinci dalam analisis antar kondisi terlampir. Berdasarkan analisis antar kondisi, hasilnya dapat dirangkum dalam tabel berikut ini :

Tabel. 5 Rangkuman Analisis Antar Kondisi

No	Perbandingan Kondisi	B/A
1.	Jumlah Variabel yang diubah	1
2.	Perubahan kecenderungan arah dan efeknya	 
3.	Perubahan kecenderungan stabilitas	Stabil - Stabil
4.	Perubahan level	50 - 42 = (-8)
5.	Presentase Overlap	0%

Berdasarkan data tabel diatas, dapat dijelaskan bahwa jumlah variabel yang diubah adalah satu, yaitu dari kondisi baseline (A) ke intervensi (B). Perubahan kecenderungan arah antara kondisi baseline (A) dengan intervensi (B) yakni naik menurun, yang artinya kondisi pada fase baseline menunjukkan adanya taraf tinggi dalam angka penurunan *quality of life* . Kondisi pada fase intervensi positif atau menurunnya perilaku hal negatif dalam diri klien yang menyebabkan penurunan *quality of life* setelah intervensi dilakukan.

Dengan demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian intervensi berupa pemberian layanan konseling krisis dengan teknik *neurographic art* efektif untuk meningkatkan

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diperoleh hasil dan dapat disimpulkan bahwa peningkatan *quality of life* mahasiswa Universitas Ivet efektif melalui konseling krisis dengan teknik *neurographic art*. Hal ini ditunjukkan

quality of life mahasiswa Universitas Ivet. Berdasarkan hasil data yang dilakukan dalam penelitian ini, dapat dipahami bahwa konseling krisis dengan teknik *neurographic art* yang dirasa efektif terhadap peningkatan *quality of life* yang ditunjukkan dengan adanya penurunan skor perilaku hal negatif dalam diri klien setelah pemberian intervensi.

Data yang terdapat pada A dan B tidak terdapat data yang *overlap*. Hal ini menunjukkan pengaruh dari intervensi terhadap target semakin membaik. Secara keseluruhan, penggunaan konseling krisis dengan teknik *neurographic art* efektif terhadap peningkatan *quality of life* yang dibuktikan melalui data perubahan baseline (A) dan interval (B).

dengan adanya penurunan perilaku negatif sebagai bentuk peningkatan *quality of life* klien.

Proses penurunan hal negatif dalam diri klien selama sesi intervensi menunjukkan hasil yang cukup signifikan dibanding sebelum diberikan

intervensi. Hal ini ditunjukkan dengan penurunan (-8) pada fase Intervensi. Meskipun demikian penting untuk diingat bahwa interpretasi ini bisa subjektif dan berbeda-beda untuk setiap individu. Artinya, apa yang berlaku untuk satu orang mungkin tidak berlaku untuk orang lain, sehingga tidak dapat mengeneralisasi. Selain itu, dalam *neurographic art*, proses pembuatan karya seni itu

sendiri seringkali dianggap lebih penting daripada hasil akhirnya. Goresan dalam seni, termasuk *neurographic art*, bisa merepresentasikan berbagai hal seperti emosi, pikiran, atau perasaan yang sedang dialami oleh individu. Oleh karena itu, semakin banyak goresan bisa berarti individu tersebut sedang mencoba mengekspresikan atau memproses banyak emosi atau pikiran.

DAFTAR PUSTAKA

- Charitas, R. I. P. (2021). *Single Subject Research* (Aqibun M.Najih & Nuri Minan Rohman (eds.); 1st ed.). UAD Press.
- Effendi, S. D., & Widajati, W. (2017). Efektivitas game edukatif terhadap kemampuan menulis permulaan anak autis di SDN percobaan surabaya. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 1–16.
- Haksasi, B. S., & Dewi, W. N. A. (2020). *Konseling Krisis & Traumatis* (M. B. Siroj & P. S. Rochmani (eds.); 1st ed.).
- R Dewi, F. I., Markus Idulfilastri, R., Angela, L., & Permata Sari, M. (2021). GAMBARAN KUALITAS KEHIDUPAN REMAJA (STUDI PADA REMAJA DI DAERAH GEMPA BUMI). *Versi Cetak*, 5(1), 170–179. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v5i1.11030>
- Savytska, O., Shkrabiuk, V., Pedorenko, V., Sytnik, S., Naichuk, V., & Nazarevych, V. (2022). Art Therapy as a Means of Psychological Correction of Emotional Disorders. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 13(4), 196–211. <https://doi.org/10.18662/brain/13.4/383>
- Syarofudin, A. (2023). IMPLEMENTASI KONSELING KRISIS UNTUK MENGATASI TRAUMA KORBAN BULLYING DI SEKOLAH MENENGAH ATAS. *Jurnal Realita Bimbingan Dan Konseling*, 8.
- Triana Dewi, G. A. N., & Meiyutariningsih, T. (2021). Efektivitas Art Therapy Sebagai Katarsis untuk Mengurangi Tingkat Kecemasan Akademik pada Remaja. *Syntax Literate ; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 6(10), 5006. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v6i10.4263>
- Uchkunovna Rakhmanova, D. (2023). THE ROLE OF NEUROGRAPHY IN ART THERAPY. *SCIENCE AND INNOVATION INTERNATIONAL SCIENTIFIC JOURNAL*, 2. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7700004>
- World Health Organization (WHO). (1998). The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL). *Social Science & Medicine*, 46(12), 1569-1585.