

Cyber Counseling berbasis Seni Sebagai Penawar Gejala Trauma Dampak Pandemi Covid-19

Art-based Cyber Counseling as an Antidote to Symptoms of Trauma from the Impact of the Covid-19 Pandemic

Karyanti ^{1*}
Dina Fariza ²
M. Andi Setiawan ³

¹ Universitas Muhammadiyah Palangkaraya, Kalimantan Tengah, Indonesia

² Universitas Muhammadiyah Palangkaraya, Kalimantan Tengah, Indonesia

³ Universitas Muhammadiyah Palangkaraya, Kalimantan Tengah, Indonesia
karyanti982@gmail.com
syarif.dina@ymail.com
andiysetiawan@gmail.com

Abstrak

Peningkatan jumlah orang yang terkena COVID-19 kemungkinan akan menyebabkan peningkatan tingkat trauma emosional dan penyakit mental. Artikel ini secara sistematis meninjau data yang tersedia tentang manfaat intervensi untuk mengurangi gejala sisa kesehatan mental yang merugikan dari wabah penyakit menular, dan menawarkan panduan untuk tanggapan layanan kesehatan mental terhadap pandemi penyakit menular. Peningkatan literasi kesehatan mental masyarakat sangat penting untuk mencegah krisis kesehatan mental di saat pandemi COVID-19. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui keefektifan cyber counseling berbasis seni untuk mengurangi gejala trauma akibat pandemi Covid 19. Metode penelitian menggunakan Literature Review, dengan mengumpulkan data artikel jurnal nasional dan internasional. Intervensi konseling berbasis seni dan cyber counseling dilaporkan efektif terhadap dampak kesehatan mental dari COVID-19. Strategi layanan cyber counseling berbasis seni adalah menjadi pilihan yang efektif untuk meningkatkan kapasitas respons kesehatan mental untuk penyakit menular saat ini dan di masa wabah depan. namun, kegunaan dan keterbatasan pemberian kesehatan cyber counseling juga harus diakui.

Kata Kunci:

Cyber Counseling
Seni
Trauma

Keywords:

Cyber Counseling
Art
Trauma

Abstract

Increasing number of people affected by COVID-19 is likely to lead to increased levels of emotional trauma and mental illness. This article systematically reviews available data on the benefits of interventions to reduce the adverse mental health sequelae of infectious disease outbreaks, and offers guidance for mental health services' responses to infectious disease pandemics. Increasing public mental health literacy is very important to prevent a mental health crisis during the COVID-19 pandemic. The purpose of this study was to determine the effectiveness of art-based cyber counseling to reduce symptoms of trauma due to the Covid 19 pandemic. The research method used Literature Review, by collecting data from national and international journal articles. Art-based counseling and cyber counseling interventions are reported to be effective against the mental health impact of COVID-19. Art-based counseling and cyber counseling interventions are reported to be effective against the mental health impact of COVID-19. The art-based cyber counseling service strategy is an effective choice to increase mental health response capacity for current and future infectious diseases. however, the usefulness and limitations of providing cyber health counseling must also be recognized



© year The Authors. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/anterior.vxix.xxx>.

PENDAHULUAN

Peristiwa yang menyebabkan gejala gangguan stres pascatrauma (PTSD) berkisar dari peristiwa traumatis satu kali, seperti bencana alam atau buatan manusia, hingga trauma kronis di mana seseorang terpapar berbagai stresor seperti kekerasan masyarakat, cedera fisik, dan penganiayaan (pelecehan fisik/seksual) selama berbulan-bulan dan bertahun-

tahun. Ada banyak studi kasus dalam literatur tentang penggunaan terapi seni untuk mengurangi gejala trauma dan beberapa usulan protokol terapi seni untuk PTSD pada orang dewasa.

Pandemi coronavirus 2019 (COVID-19) merupakan ancaman terbesar bagi dunia pada abad ini (WHO, 2020). Jutaan orang di dunia telah terinfeksi, dengan jumlah yang terus meningkat di bawah

karantina atau dalam isolasi. Ketakutan akan penyakit, kekurangan sumber daya yang parah, isolasi sosial, kerugian finansial yang besar dan terus bertambah, dan peningkatan ketidakpastian akan berkontribusi pada tekanan psikologis yang meluas dan peningkatan risiko penyakit mental dan gangguan perilaku sebagai konsekuensi dari COVID-19 (Pfefferbaum & North, 2020).

Konsep kualitas hidup mencerminkan perasaan bahagia, sedih, dan gembira individu yang berasal dari kepuasannya kesehatan, terhadap status psikologis, sosial, dan kesehatannya. Konsep kualitas hidup mencakup semua aspek kehidupan yang berbeda, kebahagiaan dan kepuasan hidup, seperti kesehatan, psikologis, fisik, sosial, keluarga dan pekerjaan. Tidak diragukan lagi bahwa wabah pandemi COVID-19 dan tindakan pencegahan yang diambil oleh negara-negara, seperti karantina rumah, larangan atau jam malam total atau sebagian, dan penutupan sekolah, mal komersial dan tempat hiburan, berdampak pada kesejahteraan individu dan kenikmatan hidup.

Dampak pandemi COVID-19 di seluruh dunia pada kesehatan mental telah diidentifikasi termasuk insomnia, kecemasan, dan depresi di antara petugas kesehatan dan populasi rentan lainnya (Li et al., 2020). Petugas kesehatan Tiongkok yang terpapar pandemi COVID-19 melaporkan gejala depresi (50,4%), kecemasan (44,6%), insomnia (34,0%), dan tekanan psikologis (71,5%) (Li et al., 2020). Gejala-gejala ini juga bermanifestasi pada populasi umum, yang prevalensi depresi, kecemasan, insomnia, dan stres akut masing-masing adalah 27,9, 31,6, 29,2, dan 24,4% (Shi et al., 2020).

Serangkaian tindakan terkait kesehatan mental diambil pada tahap awal wabah COVID-19. Secara khusus, profesional kesehatan mental termasuk psikiater, perawat psikiatri, dan psikolog dikerahkan untuk memberikan konseling dan dukungan psikologis bagi populasi yang rentan (misalnya petugas kesehatan garis depan, pasien COVID-19 yang dikonfirmasi,

kasus dugaan COVID-19 dan keluarga mereka). Deteksi dini dan pengenalan gejala psikiatri terkait COVID-19 sangat penting untuk menyesuaikan intervensi yang dapat diakses dengan biaya yang efektif. Respons kesehatan mental dapat meningkatkan coping dan mengarah pada pemulihan dari trauma psikologis besar-besaran di seluruh dunia akibat COVID-19 dan pandemi ini. Mengingat situasi yang berkembang dengan pandemi coronavirus di seluruh dunia, pembuat kebijakan sangat membutuhkan sintesis bukti untuk menghasilkan panduan untuk pengembangan intervensi psikologis dan respons kesehatan mental.

Merebaknya pandemi COVID-19 yang berdampak pada kesejahteraan umat manusia telah menyebabkan peningkatan peran konseling dan psikoterapi tatap muka dan online, berdasarkan pendekatan teoritis yang berbeda, dan dengan menggunakan berbagai teknik.

Orang yang keluar dari rumah sakit setelah pulih dari COVID-19 telah melaporkan tingkat gangguan stres pascatrauma (PTSD) yang tinggi (Bo et al., 2020). Tinjauan sistematis menunjukkan bahwa setelah infeksi coronavirus yang parah, prevalensi titik PTSD adalah 32,2% (95% CI 23,7–42,0), depresi adalah 14,9% (12,1–18,2), dan kecemasan adalah 14,8% (11,1–19,4) (Rogers et al., 2020).

Studi sebelumnya mengungkapkan bahwa dalam jangka panjang paparan peristiwa traumatis menyebabkan berbagai masalah kesehatan mental yang serius. Wabah COVID-19 menyebabkan banyak tekanan sosial dan psikososial yang berdampak negatif pada kesejahteraan masyarakat (Dubey et al., 2020). Tekanan psikologis akan meningkat karena berita cepat yang terus menerus tentang jumlah infeksi dan kematian COVID-19.

Beberapa asosiasi nasional yang terkait dengan kesehatan mental dan masyarakat akademis bekerja sama untuk membentuk kelompok ahli tentang intervensi psikologis untuk orang dewasa yang lebih

tua (Wang et al., 2020). Buku, artikel, dan video psikoedukasi tersedia untuk umum melalui formulir e-plat dan aplikasi seluler (misalnya WeChat) pada tahap awal wabah COVID-19 di Tiongkok (Bao et al., 2020).

Arnout (Yue et al., 2020) Karantina yang dikenakan pada individu sebagai prosedur pencegahan terhadap COVID-19, muncul kesedihan yang merupakan respons emosional dan perilaku terhadap setiap kehilangan, dan ini tidak termasuk kehilangan orang yang dicintai saja, tetapi juga mencakup kehilangan harta benda dan pribadi. Kebebasan, bersama dengan penyakit, pengangguran dan mengakhiri hubungan. Kesedihan dibagi menjadi lima tahap yang meliputi trauma awal, mati rasa emosional, penolakan, diikuti oleh periode kemarahan, kemudian kesedihan dan depresi, dan akhirnya penerimaan. Dan dengan masa karantina yang berkepanjangan, perjalanan kesedihan dapat menjadi tidak biasa atau jika terjadi peristiwa tragis.

Beberapa rumah sakit, departemen psikiatri individu, mitra psikiatri komunitas, dan psikolog semuanya menyediakan psikoterapi dan konseling online untuk pasien psikiatri dan masyarakat umum dengan tekanan psikologis terkait COVID melalui platform konferensi video (misalnya Zoom) di Singapura (Ho et al., 2020). Leaflet untuk masyarakat umum memberikan panduan untuk mengatasi tekanan COVID-19 dan hotline memberikan informasi tentang krisis kesehatan mental COVID-19 yang mungkin terjadi

Tujuan dari artikel ini adalah untuk mengetahui keefektifan cyber counseling berbasis seni untuk mengurangi gejala trauma akibat pandemi Covid 19.

METODOLOGI

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian literatur review merupakan salah satu teknik untuk melakukan pembuktian atau pendekatan masalah tertentu atau dapat dikatakan bahwa literatur review

merupakan proses ilmiah yang menghasilkan output berupa laporan yang dimaksudkan untuk melakukan penelitian ilmiah atau memfokuskan sebuah studi.

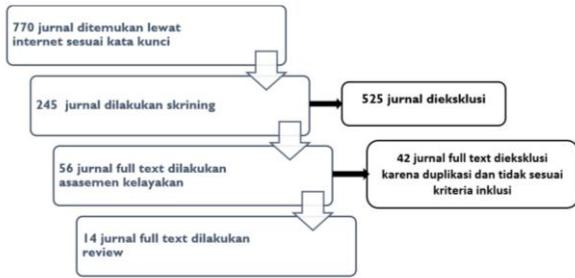
Peneliti berusaha untuk memasukkan artikel apapun yang berfokus pada intervensi atau layanan kesehatan mental yang diterapkan secara khusus untuk wabah penyakit menular. Peneliti menelusuri Google Scholar pada Agustus 2020. Artikel tentang layanan kesehatan mental (misalnya sistem kesehatan mental, tindakan atau strategi kesehatan mental) dan jenis intervensi khusus untuk penyakit menular seperti COVID-19 dimasukkan dalam tinjauan ini. Peneliti mengecualikan artikel tentang epidemiologi dampak psikologis, respons kesehatan mental terhadap jenis penyakit lain. Artikel yang dipilih adalah artikel dengan bahasa Inggris.

Literature Review ini di sintesis menggunakan metode naratif dengan mengelompokkan data-data hasil ekstraksi yang sejenis sesuai dengan hasil yang diukur untuk menjawab tujuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pencarian dan karakteristik Pencarian

Berdasarkan hasil penelusuran di Google Scholar dengan kata kunci Coronavirus ATAU ATAU COVID-19 dan ATAU mental health ATAU trauma ATAU PTSD ATAU Intervensi ATAU Cyber counseling ATAU Online Counseling ATAU Art Therapy ATAU Counseling, peneliti menemukan 7 jurnal yang sesuai dengan kata kunci tersebut. Ada 1541 artikel yang tersisa setelah menghapus artikel yang merupakan duplikat dari pencarian di google scholar. 135 jurnal full text dilakukan asesmen kelayakan. Pencarian dari artikel teks lengkap menghasilkan satu referensi tambahan untuk disertakan dalam tinjauan ini. Secara total, 23 artikel yang memenuhi syarat dimasukkan dalam ulasan ini (lihat Gambar 1), sebagian besar berfokus pada COVID-19.



Gambar 1. Diagram Alur Review Jurnal

Tabel 1. Karakteristik Dan Hasil Utama Artikel Yang Termasuk Dalam Tinjauan Sistematis

Penulis, Tahun	Negara	Desain penelitian	Hasil Penelitian
Mental health			
Dubey et al., (2020)	Europ, America dan Asia	Review	Mengatasi masalah psikososial dari berbagai lapisan masyarakat dengan lebih baik, model pencegahan dan intervensi krisis psikososial harus segera dikembangkan oleh pemerintah, petugas kesehatan dan pemangku kepentingan lainnya. Penerapan layanan internet, teknologi, dan media sosial yang tepat untuk meredam pandemi dan infodemik perlu digalakkan
D'ettorre et al., (2021)	Italy	Review	Perlunya intervensi mendesak yang ditujukan untuk melindungi petugas kesehatan dari dampak psikologis peristiwa traumatis terkait pandemi dan mengarah ke PTSS; kebijakan kesehatan perlu mempertimbangkan strategi pencegahan dan manajemen terhadap PTSS, dan gejala sisa psikis terkait, di petugas kesehatan
Hasking et al., (2021)	Australia, New Zealand, South Africa	Literatur Review	Beberapa penyebab stres potensial ini dan menawarkan sumber daya bagi staf sekolah untuk membantu siswa yang terlibat atau berisiko dari NSSI
Li et al., (2020)	Cina	Review	Komisi Kesehatan Nasional China telah memanggil panggilan untuk psikologis darurat intervensi krisis dan dengan demikian, berbagai asosiasi dan organisasi kesehatan mental telah membentuk pakar tim untuk menyusun

			pedoman dan artikel /video pendidikan kesehatan masyarakat untuk profesional kesehatan mental dan masyarakat umum bersama dengan layanan kesehatan mental online.
Yue et al., (2020)		Review	Strategi yang diadaptasi secara budaya, hemat biaya, dan dapat diakses yang terintegrasi ke dalam tanggap darurat kesehatan masyarakat dan medis yang mapan sistem di tingkat lokal dan nasional cenderung menjadi pilihan yang efektif untuk meningkatkan kapasitas respons kesehatan untuk wabah penyakit menular saat ini dan di masa depan.
Intervention Cyber Counseling			
A. Arnout, (2021)	Saudi Arabia	Literatur Review	Intervensi psikologi positif sangat penting untuk mengurangi masalah psikologis dan gangguan pasca-trauma COVID-19. Oleh karena itu, kita perlu mengembangkan rencana pelatihan untuk penyedia layanan psikologis tentang teori dan teknik psikoterapi online
Arnout et al., (2020)	Saudi Arabia	Survei	Pentingnya pencegahan dan pengobatan gejala masalah psikologis yang disebabkan oleh merebaknya COVID-19 yang mematikan. Peran konseling dan terapi melalui internet serta, konseling lintas budaya dan pengobatan
Barker & Barker, (2021)	Amerika Serikat	Survei	Tingkat persiapan untuk terapi online bervariasi. Prosesnya sangat dipengaruhi oleh teknis fungsionalitas dan tatap muka dianggap lebih efektif. Konselor menemukan klien terlepas dan terganggu daripada nyaman dan terbuka.
Ho et al., (2020)	Singapura	Komenta r	Psikoterapi online untuk pasien psikiatri me. Mitra komunitas psikiatri dan psikolog juga menyediakan emosional cyber counseling untuk masalah terkait COVID.

Tabel lanjutan

Penulis, Tahun	Negara	Desain penelitian	Hasil Penelitian
Intervention Cyber Counseling			
Supriyanto et al., (2020)	Indonesia	Studi Kasus	Media asinkron dan media sinkron berbasis teknologi adalah alternatif utama untuk konseling online pelayanan selama wabah Covid-19
Art Therapy/Counseling			
Carlier et al., (2020)	Saudi Arabia	Survei	Pandemi global peningkatan kesadaran kompetensi budaya dan mengarah pada pengembangan seni online layanan terapi. Persepsi tak terduga perubahan termasuk: stigma yang disorot, peningkatan keterbukaan, peningkatan keterlibatan, dan perubahan persepsi terhadap layanan terapi seni.
Lesley & Dover, (2021)	Asia	Literatur Review	Strategi terapi seni, menyarankan terapi seni sebagai terapi yang berguna instrumen berdasarkan logika psikoterapi kreatif untuk komunitas Asia dalam krisis kesehatan mental.
Potash et al., (2020)	-	Review	Terapis seni bekerja secara efektif dengan kenyataan penyakit coronavirus baru (COVID-19). Terapis seni yang memiliki pengalaman bekerja di masa pandemi (Ebola, SARS), memperhatikan kesehatan profesional, dan membangun komunitas virtual yang kreatif
Zubala & Hackett, (2020)	Inggris	Survei	Keprihatinan tentang keamanan praktik dan kepercayaan diri terapis sendiri dalam memberikan terapi jarak jauh. Peningkatan pengawasan klinis, pelatihan spesialis, dan dukungan dari rekan kerja dihargai dalam transisi cepat ke praktik online

Kesehatan Mental

Seiring dengan tingginya tingkat infektivitas dan kematian, Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) telah menimbulkan dampak psikososial universal dengan menimbulkan histeria massal, beban ekonomi

dan kerugian finansial. Ketakutan massal terhadap COVID-19, yang disebut sebagai “coronaphobia”, telah menghasilkan sejumlah besar manifestasi kejiwaan di berbagai lapisan masyarakat (Dubey et al., 2020).

Pencegahan gejala stres pascatrauma (PTSS) pada petugas kesehatan yang menghadapi pandemi COVID-19 saat ini merupakan tantangan di seluruh dunia karena petugas kesehatan cenderung mengalami stres kerja akut dan kronis, seringkali tidak terduga, yang mengarah ke PTSS (D’ettorre et al., 2021).

Non-suicidal self-injury (NSSI), yang melibatkan kerusakan jaringan tubuh yang disengaja tanpa niat bunuh diri, telah lama menjadi perhatian sekolah dan staf sekolah. Sekunder sekolah adalah tempat yang ideal untuk mengidentifikasi, dan merujuk dengan tepat, siswa yang melukai diri sendiri serta menerapkan program pencegahan dan intervensi dini berbasis bukti. Namun, dalam konteks pandemi global COVID-19, sekolah telah ditutup dan siswa dipulangkan untuk belajar online. Hal ini dapat mengakibatkan eksaserbasi kecemasan yang ada dan menimbulkan beberapa stresor baru yang secara kumulatif dapat meningkatkan risiko NSSI (Hasking et al., 2021).

Penyakit coronavirus baru (COVID-19) telah menyebar dengan cepat di Cina, Makau, Hong Kong, dan rekan-rekan Asia dan Eropa lainnya. Epidemik COVID-19 ini telah meningkatkan perhatian nasional. Pasien, profesional kesehatan, dan masyarakat umum berada di bawah psikologis yang tidak dapat diatasi tekanan yang dapat menyebabkan berbagai masalah psikologis, seperti kecemasan, ketakutan, depresi, dan insomnia. Intervensi krisis psikologis memainkan peran penting dalam penyebaran penyakit secara kontrol keseluruhan (Li et al., 2020).

Peningkatan jumlah orang yang terkena dampak COVID-19 kemungkinan akan menyebabkan peningkatan tingkat trauma emosional dan penyakit mental. Meningkatkan literasi kesehatan mental

masyarakat sangat penting untuk mencegah krisis kesehatan mental di bawah pandemi COVID-19 (Yue et al., 2020).

Cyber Counseling

Merebaknya pandemi COVID-19 yang berdampak pada kesejahteraan manusia telah menyebabkan peningkatan peran konseling dan psikoterapi tatap muka dan online, berdasarkan pendekatan teoritis yang berbeda, dan dengan menggunakan berbagai teknik yang berasal dari psikologi positif. seperti mindfulness, resiliensi, syukur, penerimaan dan komitmen, kecerdasan spiritual dengan individu dari kelompok usia yang berbeda. Serta kita perlu menerapkan VRT dengan orang dengan gangguan jiwa terkait wabah COVID-19. Juga, kebutuhan akut akan konselor dan psikoterapis muncul untuk memenuhi kebutuhan konseling, preventif, dan terapeutik dari anggota masyarakat (A. Arnout, 2021).

Umat manusia memiliki paparan banyak penyakit epidemi, tetapi individu tidak memperlakukan mereka dengan tingkat intimidasi, seperti yang terjadi baru-baru ini. Selain itu, temuan ini menekankan pada kebutuhan untuk meningkatkan jumlah penyedia layanan psikologis dan sosial di semua masyarakat untuk memenuhi kebutuhan anggota masyarakat, dan kebutuhan untuk melatih mereka tentang metode modern dan tepat untuk memberikan layanan psikologis ini. dengan cara-cara yang efektif. Hasilnya mungkin juga tampak di cakrawala pentingnya konseling dan psikoterapi lintas budaya mengingat kebutuhan akan konseling online dan kebutuhan untuk mengurangi peluang interaksi langsung antar individu (Arnout et al., 2020).

Efektivitas terapi online lebih kuat terkait dengan karakteristik klien dan pendekatan konseling dibandingkan dengan diagnosis dan tujuan konseling. Konselor yang lebih memilih konseling tatap muka mungkin enggan untuk meningkatkan kenyamanan mereka sendiri dengan teknologi konferensi video dan kompetensi dalam menggunakan pendekatan konseling

yang secara unik disesuaikan dengan terapi online (Barker & Barker, 2021).

Beberapa rumah sakit, departemen psikiatri individu, mitra psikiatri komunitas, dan psikolog semuanya menyediakan psikoterapi dan konseling online untuk pasien psikiatri dan masyarakat umum dengan tekanan psikologis terkait COVID melalui platform konferensi video (misalnya Zoom) di Singapura (Ho et al., 2020). Leaflet untuk masyarakat umum memberikan panduan untuk mengatasi tekanan COVID-19 dan hotline memberikan informasi tentang krisis kesehatan mental COVID-19 yang mungkin terjadi.

Pandemi Covid-19 adalah dan tetap menjadi masalah utama yang dialami di seluruh dunia. Penutupan sekolah karena coronavirus (COVID-19) mempengaruhi pelajar/klien di seluruh dunia. Pandemi Covid-19 memengaruhi proses akademik di seluruh dunia dan munculnya masalah pada siswa. Konselor sekolah memiliki peran penting dalam membantu permasalahan dan pengembangan potensi siswa melalui layanan konseling dengan media teknologi digital. Penggunaan media asinkron dengan WhatsApp, Facebook, Instagram atau media sosial, serta media sinkron dengan Zoom, Webex, Google Meeting, atau Hangout, dapat membantu memecahkan masalah dan mengembangkan potensi siswa (Supriyanto et al., 2020).

Art Counseling

Selama pandemi global dan perubahan yang disebabkan oleh COVID-19, terapis seni memiliki kesempatan untuk mengatasi masalah kritis dalam praktik mereka. Pandangan pertama menggambarkan bagaimana pandemi membawa perkembangan terapi seni online dalam praktik pribadi di Dubai, UEA. Pandangan kedua menjelaskan beberapa adaptasi terhadap pemberian terapi seni dalam pengaturan rumah sakit di Qatar. Dalam praktik pribadi, mengembangkan terapi seni online menjadi peluang untuk meningkatkan akses bagi orang-orang yang tinggal di luar Dubai, di emirat lain, dan di luarnya. Terapis seni

juga memperhatikan bagaimana terapi seni online dapat memengaruhi privasi, karena klien dapat menyelesaikan sesi mereka dari rumah mereka sendiri, dan stigma tentang kesehatan mental (Carlier et al., 2020).

Terapi seni dapat mempromosikan penyembuhan dari trauma kolektif bagi masyarakat Asia. Ulasan juga menempatkan meneruskan arah baru untuk ide yang berkembang tentang perawatan pasca-COVID-19 dan meringkas wawasan dan pengalaman pribadi seorang terapis seni dalam pelatihan untuk memfasilitasi penyembuhan selama COVID-19 (Lesley & Dover, 2021).

Konseling seni dapat mendukung kesehatan masyarakat yang direkomendasikan pedoman psikososial dengan menyebarkan informasi, mempromosikan ekspresi dan inspirasi, menantang stigma, memodulasi input media, mengamankan koneksi keluarga, memantau stres traumatis sekunder, mengembangkan koping dan ketahanan, mempertahankan hubungan, dan memperkuat harapan (Potash et al., 2020).

Terapi seni online diharapkan berlanjut di luar pandemi, diperlukan lebih banyak penelitian di bidang tersebut serta bimbingan dan pelatihan untuk terapis seni yang akan meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam bekerja dengan klien secara online. Dua hal kecenderungan berlawanan yang umumnya hadir di kalangan komunitas terapi seni: apresiasi terhadap peluang teknologi digital sering dikombinasikan dengan perlawanan berakar pada kekhawatiran terapis seni tentang etika, kerahasiaan, dan tantangan khusus terapi seni lainnya dari praktek online. Memahami kekhawatiran dan keterbukaan perdebatan praktisi tentang potensi keuntungan dan risiko penerapan elemen digital dalam terapi seni tampaknya penting sebelum keputusan bahwa terapis seni perlu di buat (atau perlu dibuat dalam waktu dekat) terapi seni dalam ranah teknologi (Zubala & Hackett, 2020).

KESIMPULAN

Layanan kesehatan mental digital nasional dan provinsi (misalnya hotline, situs web, WeChat, Weibo) telah ditetapkan sebagai langkah penting untuk memenuhi kebutuhan kesehatan mental dari populasi sasaran utama seperti penyedia layanan kesehatan selama wabah COVID-19. Namun, terapi digital mungkin tidak sesuai untuk orang tua atau orang gila, orang dengan kesulitan membaca, orang miskin, atau orang yang tidak mahir secara teknologi. Kombinasi Cyber Counseling berbasis seni menjadi strategi utama layanan kesehatan mental seperti gejala trauma dan sistem intervensi selama pandemi COVID-19.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih peneliti kepada Kementerian Riset dan Teknologi/ Badan Riset dan Inovasi Nasional Republik Indonesia dan Lembaga Pengelola Dana Pendidikan yang telah memberi sokongan dana dalam Program Pendanaan Riset Inovatif Produktif (RISPRO) Mandatori bertema Konsorsium Riset dan Inovasi untuk percepatan penanganan Corona Virus Disease 2019 (Covid-19).

REFERENSI

- A. Arnout, B. (2021). The role of positive psychology interventions to reduce psychological problems associated with COVID-19 pandemic: Prevention and Therapy Approach. *Sohag University International Journal of Educational Research*, 4(4), 7–26.
<https://doi.org/10.21608/suijer.2021.174766>
- Arnout, B. A., Al-Dabbagh, Z. S., Al Eid, N. A., Al Eid, M. A., Al-Musaibeh, S. S., Al-Miqtiq, M. N., Alamri, A. S., & Al-Zeyad, G. M. (2020). The Effects of Corona Virus (COVID-19) Outbreak on the Individuals' Mental Health and on the Decision Makers: A Comparative Epidemiological Study. *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, 3, 26–47. www.ijmrhs.com
- Bao, Y., Sun, Y., Meng, S., Shi, J., & Lu, L. (2020). 2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society. In *The Lancet*.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30309-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30309-3)
- Barker, G. G., & Barker, E. E. (2021). Online therapy: lessons learned from the COVID-19 health crisis. *British Journal of Guidance and Counselling*, 0(0), 1–16.
<https://doi.org/10.1080/03069885.2021.1889462>
- Bo, H.-X., W, L., Y, Y., Y, W., Q, Z., T, C., X, W., & Y-T, X. (2020). Posttraumatic stress symptoms and attitude toward crisis mental health services

- among clinically stable patients with COVID-19 in China. *Psychological Medicine*.
- Carlier, N. G., Powell, S., El-Halawani, M., Dixon, M., & Weber, A. (2020). COVID-19 transforms art therapy services in the Arabian Gulf. *International Journal of Art Therapy: Inscape*, 25(4), 202–210. <https://doi.org/10.1080/17454832.2020.1845759>
- D'ettorre, G., Ceccarelli, G., Santinelli, L., Vassalini, P., Innocenti, G. Pietro, Alessandri, F., Koukopoulos, A. E., Russo, A., D'ettorre, G., & Tarsitani, L. (2021). Post-traumatic stress symptoms in healthcare workers dealing with the covid-19 pandemic: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(2), 1–16. <https://doi.org/10.3390/ijerph18020601>
- Dubey, S., Biswas, P., Ghosh, R., Chatterjee, S., Jana, M., Chatterjee, S., Lahiri, D., & Lavie, C. J. (2020). Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews Psychosocial impact of COVID-19. *Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews*.
- Hasking, P., Lewis, S. P., Bloom, E., Brausch, A., Kaess, M., & Robinson, K. (2021). Impact of the COVID-19 pandemic on students at elevated risk of self-injury: The importance of virtual and online resources. *School Psychology International*, 42(1), 57–78. <https://doi.org/10.1177/0143034320974414>
- Ho, C. S., Chee, C. Y., & Ho, R. C. (2020). Mental Health Strategies to Combat the Psychological Impact of COVID-19 Beyond Paranoia and Panic. *Annals of the Academy of Medicine, Singapore*.
- Lesley, D., & Dover, S. (2021). *Self-Compassion Integrated Art therapy for Mothers during a Pandemic Author : Shannon Dover Specialization : Art Therapy*.
- Li, W., Yang, Y., Liu, Z. H., Zhao, Y. J., Zhang, Q., Zhang, L., Cheung, T., & Xiang, Y. T. (2020). Progression of mental health services during the COVID-19 outbreak in China. *International Journal of Biological Sciences*. <https://doi.org/10.7150/ijbs.45120>
- Pfefferbaum, B., & North, C. S. (2020). Mental Health and the Covid-19 Pandemic. *New England Journal of Medicine*. <https://doi.org/10.1056/nejmp2008017>
- Potash, J. S., Kalmanowitz, D., Fung, I., Anand, S. A., & Miller, G. M. (2020). Art Therapy in Pandemics: Lessons for COVID-19. *Art Therapy*, 37(2), 105–107. <https://doi.org/10.1080/07421656.2020.1754047>
- Rogers, J. P., Chesney, E., Oliver, D., Pollak, T. A., McGuire, P., Fusar-Poli, P., Zandi, M. S., Lewis, G., & David, A. S. (2020). Psychiatric and neuropsychiatric presentations associated with severe coronavirus infections: a systematic review and meta-analysis with comparison to the COVID-19 pandemic. *The Lancet Psychiatry*. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30203-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30203-0)
- Shi, L., Lu, Z.-A., Que, J.-Y., Huang, X.-L., Liu, L., Ran, M.-S., Gong, Y.-M., Yuan, K., Yan, W., Sun, Y.-K., Shi, J., Bao, Y.-P., & Lu, L. (2020). Determinants of the covid-19 pandemic in the west herzegovina canton. *Psychiatria Danubina*, 32(7), 221–225. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.14053>
- Supriyanto, A., Hartini, S., Irdasari, W. N., Miftahul, A., Oktapiana, S., & Mumpuni, S. D. (2020). Teacher professional quality: Counselling services with technology in Pandemic Covid-19. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(2), 176. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i2.7768>
- Wang, H., Li, T., Gauthier, S., Yu, E., Tang, Y., Barbarino, P., & Yu, X. (2020). Coronavirus epidemic and geriatric mental healthcare in China: How a coordinated response by professional organizations helped older adults during an unprecedented crisis. In *International Psychogeriatrics*. <https://doi.org/10.1017/S1041610220000551>
- WHO. (2020). World Health Organization. Coronavirus disease 2019 (COVID-19). *Situation Report*, 32.
- Yue, J. L., Yan, W., Sun, Y. K., Yuan, K., Su, S. Z., Han, Y., Ravindran, A. V., Kosten, T., Everall, I., Davey, C. G., Bullmore, E., Kawakami, N., Barbui, C., Thornicroft, G., Lund, C., Lin, X., Liu, L., Shi, L., Shi, J., ... Lu, L. (2020). Mental health services for infectious disease outbreaks including COVID-19: A rapid systematic review. *Psychological Medicine*, 50(15), 2498–2513. <https://doi.org/10.1017/S0033291720003888>
- Zubala, A., & Hackett, S. (2020). Online art therapy practice and client safety: a UK-wide survey in times of COVID-19. *International Journal of Art Therapy: Inscape*, 25(4), 161–171. <https://doi.org/10.1080/17454832.2020.1845221>