

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

Dalam bab ini penulis akan menguraikan metodologi penelitian yang digunakan sebagai upaya memecahkan atau menjawab suatu permasalahan. Terdapat beberapa hal yang akan dibahas, hal tersebut merupakan aspek yang mendukung proses penelitian. Oleh karena itu, metodologi penelitian ini terdiri dari metode penelitian, identifikasi data, kerangka penelitian dan jadwal penelitian.

3.1 Metode Penelitian

Metode penelitian sangat dibutuhkan dalam sebuah penelitian. Hal ini dikarenakan metode penelitian ini merupakan metode yang digunakan untuk memperoleh hasil yang relevan untuk merumuskan masalah dalam penelitian ini. Metode penelitian yang digunakan sebagai berikut :

3.1.1. Jenis Pendekatan

Jenis pendekatan pada penelitian penulis menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Metode kualitatif yaitu pendekatan yang bertujuan untuk mempelajari dan memahami suatu gejala dengan cara mewawancarai peserta penelitian dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang bersifat umum dan luas [42]. Penelitian kualitatif mengumpulkan informasi bukan berupa angka-angka, melainkan dari hasil wawancara, observasi, dokumen pribadi dan dokumen resmi lainnya [43]. Sedangkan metode deskriptif adalah metode penelitian yang berupaya menggambarkan dan menginterpretasi objek sesuai dengan kenyataan [44]. Tujuan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif adalah untuk dapat menjelaskan dan menggambarkan secara rinci penggunaan *art therapy* menggunakan *visual journaling* sebagai media *emotional release*.

3.1.2 Objek dan Subjek Penelitian

Objek penelitian adalah tujuan ilmiah untuk memperoleh informasi yang mengandung tujuan dan sasaran objek tertentu, yang valid dan dapat dipercaya tentang suatu objek tertentu [45]. Adapun objek dari penelitian penulis adalah

visual journaling sebagai media *emotional release* bagi kesehatan mental remaja di Banyumas.

Subjek penelitian adalah atribut atau karakteristik atau nilai seseorang, objek atau kegiatan yang memiliki variabel khusus untuk untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya [45]. Dalam penelitian ini, subjek yang digunakan adalah *Clinical Psychologist* RSUD Banyumas, remaja Banyumas dengan diagnosa gangguan mental dan remaja Banyumas yang tidak memiliki diagnosa gangguan mental.

3.1.3 Jenis Data dan Sumber Data

Dalam penelitian, penulis akan menggunakan beberapa jenis data yaitu data primer dan data sekunder.

a. Data Primer

Data primer adalah informasi utama yang wajib disertakan dalam penelitian. Dalam penelitian kualitatif data utama adalah kata-kata dan tindakan [46]. Data primer diperoleh langsung dari lapangan melalui wawancara dan observasi terhadap subjek penelitian. Dalam penelitian ini data primer diperoleh dari hasil wawancara dengan *Clinical Psychologist* RSUD Banyumas mengenai pelayanan *Art Therapy* yang tersedia di RSUD Banyumas dan wawancara dengan dua remaja Banyumas yang memiliki diagnosa gangguan mental.

b. Data Sekunder

Data sekunder ialah data yang tidak diperoleh secara langsung tetapi melalui orang lain ataupun dokumen lain [45]. Data sekunder ini berfungsi sebagai sumber untuk melengkapi data primer. Untuk mendukung data primer yang diperoleh, sehingga penelitian ini menggunakan data sekunder yang didapat dari studi literatur, penelitian sebelumnya, buku, *website* resmi dan lain sebagainya.

3.1.4 Informan Penelitian

Informan Penelitian adalah narasumber yang merujuk pada seseorang yang paham mengenai objek penelitian dan mampu menjelaskan mengenai topik penelitian yang diangkat [45]. Informan dalam penelitian ini terdiri

adalah Nuri Sabila Mushalliena, M.Psi, Psikolog sebagai salah satu *Clinical Psychologist* RSUD Banyumas dan dua remaja dengan diagnosa gangguan mental bipolar yaitu HA dan SP.

3.1.5 Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian pengumpulan data merupakan hal yang penting untuk mendapatkan data yang valid, maka dari itu penulis harus teliti dalam mengumpulkan data untuk mendapatkan data yang valid. Dalam memperoleh data diperlukan sistematis dan kesesuaian dengan standar prosedur dalam mengumpulkan data. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Wawancara

Wawancara akan dilakukan secara langsung dengan bertanya pada narasumber ataupun informan yang bertujuan untuk mendapatkan informasi terkait data yang diperlukan. Wawancara pada penelitian ini menggunakan metode semi terstruktur. Wawancara semi terstruktur adalah kombinasi dari wawancara terstruktur dan tidak terstruktur [47]. Dalam sebuah wawancara, penulis telah menyiapkan beberapa pertanyaan untuk diajukan saat proses wawancara. Selama wawancara berlangsung, memungkinkan penulis akan menanyakan lebih lanjut untuk mendapatkan informasi lebih akurat dan detail. Tujuan dari wawancara ini ialah untuk meminta pendapat dan jawaban dari *Clinical Psychologist* dan remaja Banyumas dengan diagnosa gangguan mental.

b. Observasi

Observasi yaitu kegiatan yang memanfaatkan pancaindra untuk memperoleh informasi yang diperlukan dalam penelitian. Tujuan penggunaannya pada penelitian ini untuk mendapatkan gambaran secara nyata yang berkaitan dengan penelitian. Dalam penelitian ini observasi dilakukan secara *online*. Observasi yang digunakan yaitu non partisipan atau tidak melibatkan penulis secara langsung sebagai partisipan [48]. Observasi dilakukan dengan cara mengamati ruangan yang terdapat di RSUD Banyumas, terapi yang tersedia di RSUD Banyumas dan promosi yang dilakukan RSUD

Banyumas. Selain itu, penulis juga mengamati, mencatat, menganalisis dan menarik kesimpulan selama wawancara.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah catatan peristiwa yang terjadi di masa lalu, yang dapat berupa tulisan, gambar, atau karya monumental lainnya [45]. Dokumen dalam penelitian ini yang digunakan merupakan dokumen dari hasil observasi dan wawancara. Untuk dokumen yang telah diperoleh penulis di antaranya yaitu tugas dan fungsi RSUD Banyumas, ruang instalasi pelayanan kesehatan jiwa RSUD Banyumas, terapi yang tersedia di RSUD Banyumas, pelayanan promosi RSUD Banyumas dan hasil karya tulisan HA dan SP.

3.1.6 Metode Analisis Data

Dalam penelitian ini akan menganalisis data yang didapat menggunakan metode analisis SWOT, USP dan *Positioning*. Metode SWOT adalah analisis berbasis pada logika yang memaksimalkan kekuatan (*strenght*) dan peluang (*opportunity*), namun juga meminimalkan kelemahan (*weakness*) dan ancaman (*threats*) [49]. Analisis SWOT ialah metode yang menggambarkan dan membandingkan bagaimana kondisi dan mengevaluasi masalah berdasarkan faktor eksternal dan internal.

Unique selling proposition (USP) merupakan keunikan atau pembeda dari kompetitor lainnya sehingga membuatnya lebih unggul [50]. Sementara *positioning* adalah strategi atau tindakan untuk merancang produk dan pemasaran, sehingga menciptakan kesan yang diingat di benak konsumen [51]. Beberapa hal tersebut menjadi penting agar produk memiliki ciri khas yang berbeda dari kompetitor dan dapat ditempatkan sesuai *positioning* dari target yang dituju.

3.2 Identifikasi Data

3.2.1 Profil RSUD Banyumas

a. Alamat

Nama instansi : Rumah Sakit Umum Daerah Banyumas
 Alamat instansi : Jl. Rumah Sakit No.1m Karangpucung, Kejawar,
 Kec. Banyumas, Kabupaten Banyumas
 Telepon : (0281) 796031



Gambar 3.1 Logo RSUD Banyumas
 (Sumber gambar: <https://gudrilogo.blogspot.com/>)

Rumah Sakit Umum Daerah Banyumas merupakan rumah sakit tipe B Pendidikan milik Pemerintah Daerah Kabupaten Banyumas yang berdasarkan Keputusan Bupati Banyumas nomor 445/371/2008 [52]. RSUD Banyumas dipimpin dr. Dina Esti Novia selaku direktur RSUD Banyumas. RSUD Banyumas memiliki berbagai pelayanan yang meliputi Pelayanan Rawat Jalan dan Pelayanan Rawat Inap.

b. Tugas dan Fungsi

Berdasarkan Peraturan Daerah Kabupaten Banyumas Nomor 27 Tahun 2009, Rumah Sakit Umum Daerah Banyumas merupakan salah satu Badan Teknis Daerah milik Pemerintah Kabupaten Banyumas. RSUD Banyumas mempunyai tugas dan fungsi untuk melaksanakan upaya kesehatan yang efektif dan efisien. Yaitu dengan mengutamakan upaya penyembuhan dan pemulihan yang dilaksanakan secara serasi dan terpadu sesuai dengan upaya peningkatan, pencegahan dan pelaksanaan upaya rujukan.

c. Instalasi Pelayanan Kesehatan Jiwa Terpadu



Gambar 3.2 Gedung Instalasi Pelayanan Kesehatan Jiwa Terpadu
(Sumber gambar : Dok.Pribadi)

RSUD Banyumas menjadi rumah sakit satu-satunya di Banyumas yang memiliki Instalasi Pelayanan Kesehatan Jiwa Terpadu. Tujuan diadakannya instalasi ini adalah terjuwudnya pelayanan kesehatan jiwa satu atap dengan unit pelayanan jiwa terkait seperti Rawat Jalan, Rawat Inap, Napza, Psikolog, IGD Psikiatri, dan sebagainya.

RSUD Banyumas memiliki Fasilitas Pelayanan ruang di antaranya yaitu Ruang Rawat Jalan, Ruang *Emergency* Psikiatrik dan Ruang Rawat Inap. Ruang rawat inap yang ada di RSUD Banyumas memiliki beberapa ruang terdiri dari Ruang Psikiatri Forensik, Ruang Intensive Psikiatri, Ruang Gelandangan Psikotik, Ruang Utama, Ruang Kelas I (R.Arjuna), Ruang Kelas II (R.Bima), Ruang GMO dan Ruang Psikogeriatri dan Ruang Kelas III (R.Nakula & Sadewa).

d. Pelayanan Klinis melalui *Art Therapy*

Selain fasilitas ruangan, Instalasi Pelayanan Kesehatan Jiwa Terpadu juga memiliki pelayanan klinis salah satunya *Art Therapy*. *Art Therapy* di RSUD Banyumas masuk ke dalam pelayanan Terapi Komplementer. Terapi komplementer merupakan terapi pendukung yang telah terbukti dapat memfasilitasi proses kesembuhan. *Art Therapy* di RSUD Banyumas biasanya dikombinasikan dengan beberapa terapi utama lainnya seperti Terapi Kognitif, Terapi Perilaku dan sebagainya. Informan pada penelitian ini yaitu Nuri Sabila Muhsalliena, M.Psi, Psikolog salah satu *Clinical Psychologist* RSUD

Banyumas dalam prakteknya melakukan kombinasi terapi kognitif dengan terapi komplementer bergantung dengan kondisi pasiennya. Dalam memberikan terapi Psikolog di RSUD Banyumas juga memberikan terapi bergantung dengan gaya psikologi masing-masing.

Namun *art therapy* yang tersedia di RSUD Banyumas tidak memiliki media yang dikhususkan untuk diberikan pada pasien. Hal tersebut menjadi kekurangan yang dimiliki dari pelayanan *art therapy* yang ada di RSUD Banyumas. Seperti halnya yang dilakukan oleh Nuri Sabila dalam sesi terapi, ia mengajak pasien untuk menulis, menggambar dan melukis secara bebas. Saat mengajak pasien untuk menulis dan menggambar ia hanya akan memberikan kertas kosong sementara instruksinya hanya akan diberikan secara lisan bergantung dengan permasalahan dan karakter tiap pasien.

e. Promosi yang pernah dilakukan

Promosi merupakan hal yang penting dalam mengembangkan informasi dan pelayanan yang ada. RSUD Banyumas menggunakan beberapa promosi seperti *banner*, *leaflet*, sosial media yang terdiri dari Instagram, YouTube, Telegram hingga Facebook. Promosi yang dilakukan oleh RSUD Banyumas paling aktif ada di sosial media Instagram. Akun Instagram RSUD Banyumas memiliki pengikut dengan jumlah 6,7rb dengan total postingan 1,6rb. Jika dilihat dari postingan *feed* rata-rata memiliki *like* diatas 100 *like*, namun postingan tersebut tidak banyak memiliki *feedback* dari audiens hanya terbilang 1-2 *feedback* paling banyak. Selain postingan *feed*, RSUD Banyumas juga mengunggah *reels* yang ditonton hampir 2000 penonton. Instagram menjadi promosi yang paling aktif digunakan RSUD Banyumas dalam menjangkau audiens nya.

Terdapat *website* juga yang dipakai RSUD Banyumas dalam mempromosikan program yang telah dan sedang dijalankan. *Website* ini juga aktif digunakan untuk mengunggah artikel edukasi. *Website* tersebut memiliki total pengunjung sebanyak 98.409 pengunjung. Dalam *website* terdapat pelayanan mengenai kesehatan jiwa dan psikolog yang didalamnya terdapat *leaflet* edukasi mengenai harga diri rendah. Selain *leaflet* terdapat juga *banner*

yang dipasang di gedung Instalasi Kesehatan Jiwa Terpadu tentang seruan pencegahan HIV dan AIDS.

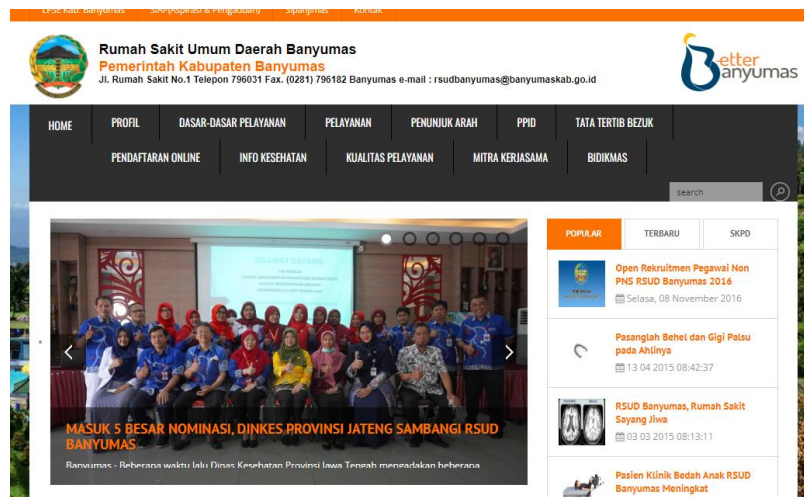
Selain Instagram dan *website*, RSUD Banyumas juga menggunakan YouTube sebagai salah satu media promosi. Video yang diunggah merupakan video edukasi untuk audiens. YouTube tersebut memiliki 9,28rb *subscriber* dan rata-rata video ditonton sekitar 100-300 penonton. Beberapa media yang digunakan cukup efektif untuk menjangkau audiens walau dapat dikatakan *feedback* yang diterima cukup kurang.



Gambar 3.3 Leaflet Tentang Kesehatan Jiwa dan Psikologi
(Sumber gambar: <http://rsudbms.banyumaskab.go.id/>)



Gambar 3.4 Profile Instagram RSUD Banyumas
(Sumber gambar: Tangkapan layar media sosial Instagram RSUD Banyumas)



Gambar 3.5 Webiste RSUD Banyumas
(Sumber gambar: Tangkapan layar Website RSUD Banyumas)



Gambar 3.6 YouTube RSUD Banyumas
(Sumber gambar : Tangkapan layar YouTube RSUD Banyumas)

3.2.2 Hasil Observasi dan Wawancara

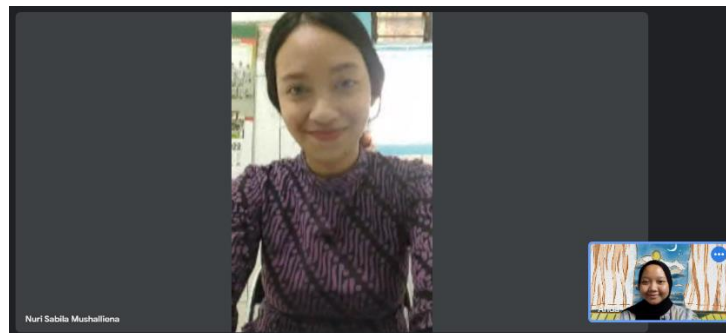
Hasil observasi dan wawancara ini merupakan data primer yang nantinya digunakan sebagai bahan analisis dalam perancangan *visual journaling*. Observasi dilakukan dengan mencari informasi melalui internet mengenai pelayanan *Art Therapy* yang terdapat di RSUD Banyumas serta menanyakan kepada *Clinical Psychologist* RSUD Banyumas yaitu Nuri Sabila Mushalliena, M.Psi, Psikolog secara langsung mengenai informasi yang dibutuhkan. Wawancara dengan Nuri Sabila dilakukan secara daring pada hari Senin, 15 Juli 2022. Dalam wawancara diperoleh bahwa *art therapy* merupakan terapi yang menggunakan media ataupun cara yang menyangkut kesenian seperti menggambar, melukis, *art craft*, *dance* terapi, psikodrama yang memang dapat

dilakukan secara individu maupun kelompok. Pelayanan *Art Therapy* di RSUD Banyumas tidak memiliki media spesifik yang diberikan kepada pasien dalam sesi terapi. Selain itu Psikolog di RSUD Banyumas juga tidak memiliki buku mengenai *art therapy* yang digunakan sebagai acuan, karena terapi yang dilakukan oleh Psikolog di RSUD Banyumas bergantung pada pengetahuan psikolog selama masa studi dan prakteknya masing-masing. Psikolog di RSUD Banyumas tidak memiliki salinan dokumen dari hasil karya setiap pasien, karena setelah sesi terapi selesai hasil karya tersebut dikembalikan kepada pasien.

Visual journaling menurut Nuri Sabila dapat dijadikan salah satu media dalam *Art Therapy*, karena media tersebut dapat digunakan sebagai media *emotional release* untuk menyadarkan *emotional awarness* tiap individu. *Visual journaling* juga dapat menjadi langkah awal dalam mencegah adanya permasalahan mental yang lebih parah. *Emotional release* merupakan pelepasan emosi negatif dengan cara yang lebih positif untuk mencapai rasa lega dan nyaman. Menurutnya, perancangan *visual journaling* dapat dirancang dengan tidak banyak *guideline* atau minim panduan yang terlalu kaku, sehingga audiens dapat secara bebas berekspresi dan yang paling penting adalah bagian pengenalan agar audiens percaya untuk dapat menjadikan *visual journaling* tersebut sebagai teman. Selain itu *visual journaling* menjadi media yang efisien dan ekonomis jika menghimbau audiens untuk menggunakan alat-alat yang dimiliki dan tidak memakan biaya.

Wawancara juga dilakukan dengan dua remaja Banyumas yang memiliki diagnosa gangguan mental. Pemicu utama gangguan mental HA dan SP adalah karena trauma yang disebabkan dari pola asuh orang tua yang dibangun semenjak kecil hingga berdampak pada saat dewasa. Dampak yang didapat dari gangguan mental yang diderita yaitu mengakibatkan *self-harm* dan memiliki perilaku impulsif yang berlebih. HA dan SP diberikan penyembuhan dalam bentuk pemberian obat namun setelah menjalani pengobatan dan mendapatkan pemberian dosis obat yang naik turun menyebabkan emosi serta perasaannya mengalami perubahan yang tidak signifikan. Mengonsumsi obat tentunya

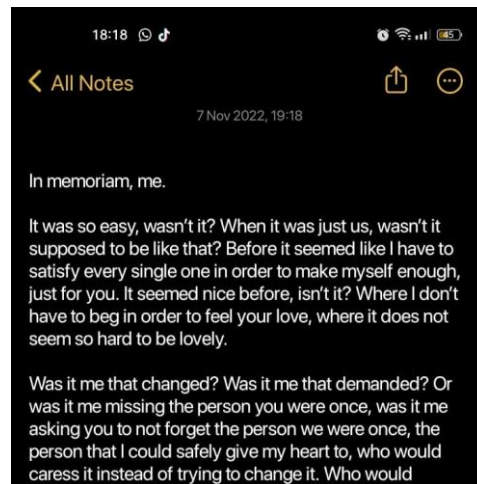
memiliki efek samping dan mereka tidak menginginkan ketergantungan obat yang diberikan, namun tentunya dengan berhentinya konsumsi obat dibutuhkan terapi ataupun penanganan yang efektif untuk mengatasi pelampiasan emosi dan perasaanya untuk menghindari menyakiti diri sendiri seperti yang dilakukan HA dan SP yaitu self-harm. Psikolog maupun Psikiater saja namun mereka memiliki anjuran untuk menulis *diary* dan kegiatan sehari-hari untuk mengalihkan fokus dan meningkatkan konsentrasinya. Selain metode menulis, SP juga melakukan *mood tracker* untuk mencatat suasana hatinya setiap hari yang bertujuan membantu individu mengetahui pola suasana hati dari hari ke hari. HA dan SP melakukan kegiatan menggambar namun tidak seintens seperti menulis *diary*. Menurut HA dan SP metode menulis dapat mengurangi emosi bergantung dengan kondisi emosional dan memberikan kesan bahwa menulis menjadi teman nya.



Gambar 3.7 Wawancara dengan Nuri Sabila Mushalliena, M.Psi, Psikolog
(Sumber gambar: Dok.Pribadi)



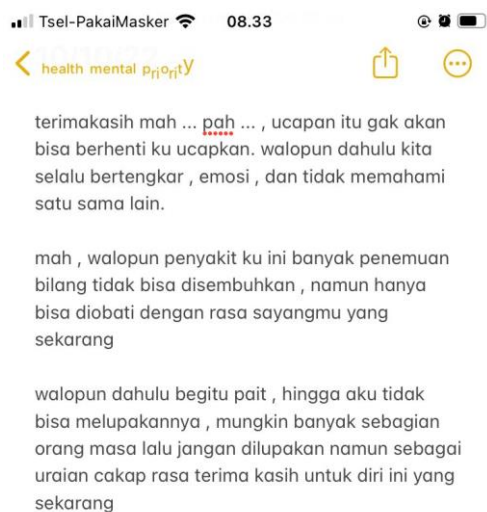
Gambar 3.8 Wawancara dengan HA
(Sumber gambar: Dok.Pribadi)



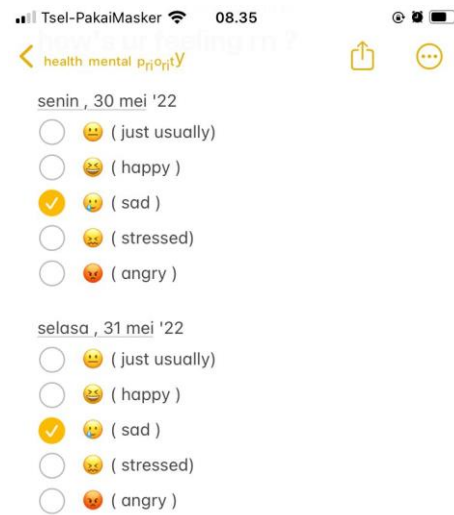
Gambar 3.9 Notes HA
(Sumber gambar: Dok.Pribadi)



Gambar 3. 10 Wawancara dengan SP
(Sumber gambar: Dok.Pribadi)



Gambar 3.11 Notes SP
(Sumber gambar: Dok.Pribadi)



Gambar 3.12 Notes Mood Tracker SP
(Sumber gambar: Dok.Pribadi)

3.2.3 Studi Komparasi

a. *Journal* “Study Planner” – Winyo Studio



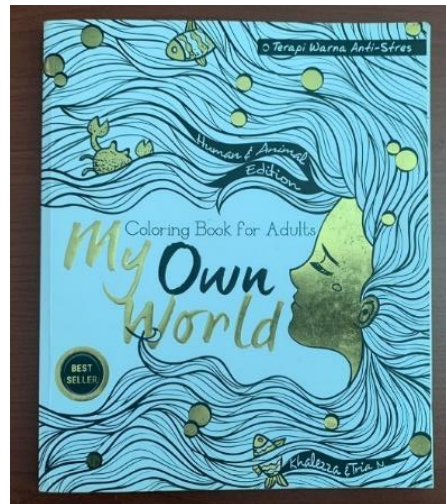
Gambar 3.13 Cover Study Planner
(Sumber gambar : [instagram.com/winyo.co/](https://www.instagram.com/winyo.co/))



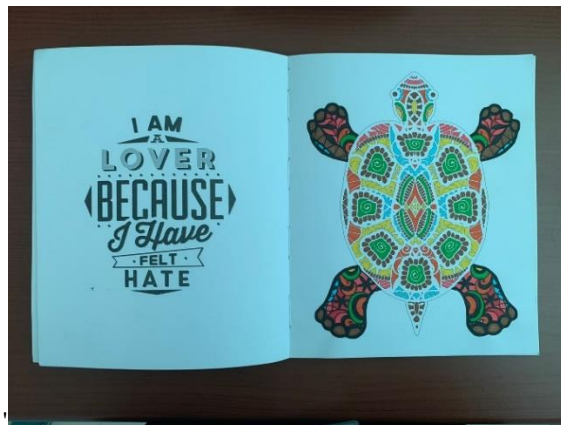
Gambar 3.14 Isi Buku Study Planner
(Sumber gambar : [instagram.com/winyo.co/](https://www.instagram.com/winyo.co/))

Journal Study Planner merupakan produk yang diproduksi oleh Winyo Studio. *Study planner* merupakan *planner* yang dapat di isi untuk jangka waktu satu semester atau enam bulan. *Planner* ini didesain agar audiens lebih produktif dan membantu audiens dalam merencanakan studi selama satu semester. *Study planner* ini memiliki beberapa *template planner* di antaranya *schedule*, *semester resolution*, *exam and assignment tracker*, *study reflection* dan sebagainya. Namun *study planner* ini mengharuskan audiens untuk mengisi sesuai urutan *template* sehingga audiens tidak dapat mengisi secara bebas. Selain itu *template* yang dihadirkan terlalu minim *space*, jadi mengharuskan audiens untuk memilih prioritas yang akan ditulis dalam satu *template*. *Planner* yang didesain oleh Winyo Studio memiliki beberapa pilihan warna *cover* yaitu *sage green*, *lilac*, *gradient* dan *checkered blue*, namun untuk *template* hanya didesain dengan warna hitam.

b. Buku “My Own World” – Khalazze & Tria N



Gambar 3.15 Cover Buku My Own World
(Sumber gambar : Dok.Pribadi)



Gambar 3.16 Isi Buku My Own World
(Sumber gambar : Dok.Pribadi)

Buku *My Own World* merupakan buku kategori *colouring adult* bertema manusia dan hewan. Buku ini berisikan gambar yang memiliki pola desain seperti mandala yang dapat diwarnai guna sebagai *relaxing* dan menambah kemampuan fokus audiens. Selain itu buku ini ditujukan untuk semua kalangan usia dari anak-anak hingga dewasa. Tidak hanya terdapat gambar berpola yang dapat diwarnai namun juga terdapat beberapa motivasi yang didesain dengan beragam jenis tipografi. Gambar yang dihasilkan dalam buku ini tidak memiliki tambahan tulisan, maka dari itu audiens dibebaskan untuk dapat mewarnai sekreatif mungkin. Buku ini memiliki kelemahan dalam tampilan yang tidak memiliki banyak warna hanya terdapat warna dominan hitam, putih dan emas pada sebagian gambar. Buku kategori *colouring adult*

ini tidak memiliki interaksi lain karena hanya menampilkan gambar berpola yang dapat diwarnai.

3.2.4 Analisis SWOT, USP, dan Positioning

a. Analisis SWOT

Analisis SWOT	Visual Journaling	Study Planner	Adult Colouring
STRENGTH	<ul style="list-style-type: none"> Media terapi ekspresif yang dapat dilakukan secara independen Media terapi yang efisien dan ekonomis bagi audiens yang tidak memiliki finansial yang cukup Media yang dapat diisi untuk menulis dan menggambar dan tidak memiliki tahapan yang harus di ikuti Audiens memiliki kebebasan untuk berkreasi Dapat diisi saat sewaktu-waktu individu merasakan kegelisahan 	<ul style="list-style-type: none"> Berisikan <i>template</i> berdasarkan kegiatan yang dapat diisi sesuai prioritas Berfokus untuk merencanakan studi selama satu semester Digemari anak remaja sekarang Cocok untuk audiens yang ingin produktif 	<ul style="list-style-type: none"> Terdapat gambar berpola untuk dapat diwarnai Media untuk relaxing Dapat mengisi waktu luang Media yang dapat digunakan untuk semua kalangan umur Dapat digunakan kapan saja dan tidak memiliki tahapan yang harus di ikuti
WEAKNESSES	<ul style="list-style-type: none"> Belum banyak dikenal orang Biasanya hanya berisikan <i>blank page</i> 	<ul style="list-style-type: none"> <i>Template</i> yang minim <i>space</i> Terlalu banyak <i>template</i> yang dapat di isi 	<ul style="list-style-type: none"> Sudah banyak diproduksi Tampilan yang membosankan, hanya terdapat warna dan putih

	<ul style="list-style-type: none"> • Audiens yang tidak bisa menggambar 	<ul style="list-style-type: none"> • Harus diisi sesuai dengan tahapan-tahapannya 	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak memiliki interaksi lain, karena hanya menampilkan gambar berpola
O P P O R T U N I T Y	<ul style="list-style-type: none"> • Peluang untuk mengenalkan <i>journaling</i> teknik lain yaitu teknik visual • Dapat mengenalkan media ekspresif baru untuk menuangkan kreatifitas dan perasaan melalui visual 	<ul style="list-style-type: none"> • Dapat memotivasi remaja untuk lebih produktif • Membantu remaja dalam merencanakan studinya 	<ul style="list-style-type: none"> • Meningkatkan kemampuan untuk fokus • Digemari semua kalangan umur • Banyak gambar berpola yang tidak membosankan
T H R E A T S	<ul style="list-style-type: none"> • Penggunaan aplikasi digital yang lebih mudah digunakan untuk menggambar dan mewarnai • Menurunnya minat audiens untuk menulis dan menggambar secara manual 	<ul style="list-style-type: none"> • Kedepannya akan semakin banyak <i>study planner</i> dengan <i>template</i> dan desain yang lebih menarik • Aplikasi digital yang lebih mudah digunakan untuk membantu merencanakan studi 	<ul style="list-style-type: none"> • Kedepan akan semakin banyak <i>adult colouring</i> dengan tampilan yang lebih menarik dengan tema yang beragam • Menurunnya minat audiens untuk mewarnai

Tabel 3. 1 Analisis SWOT
(Sumber : Dok.Pribadi)

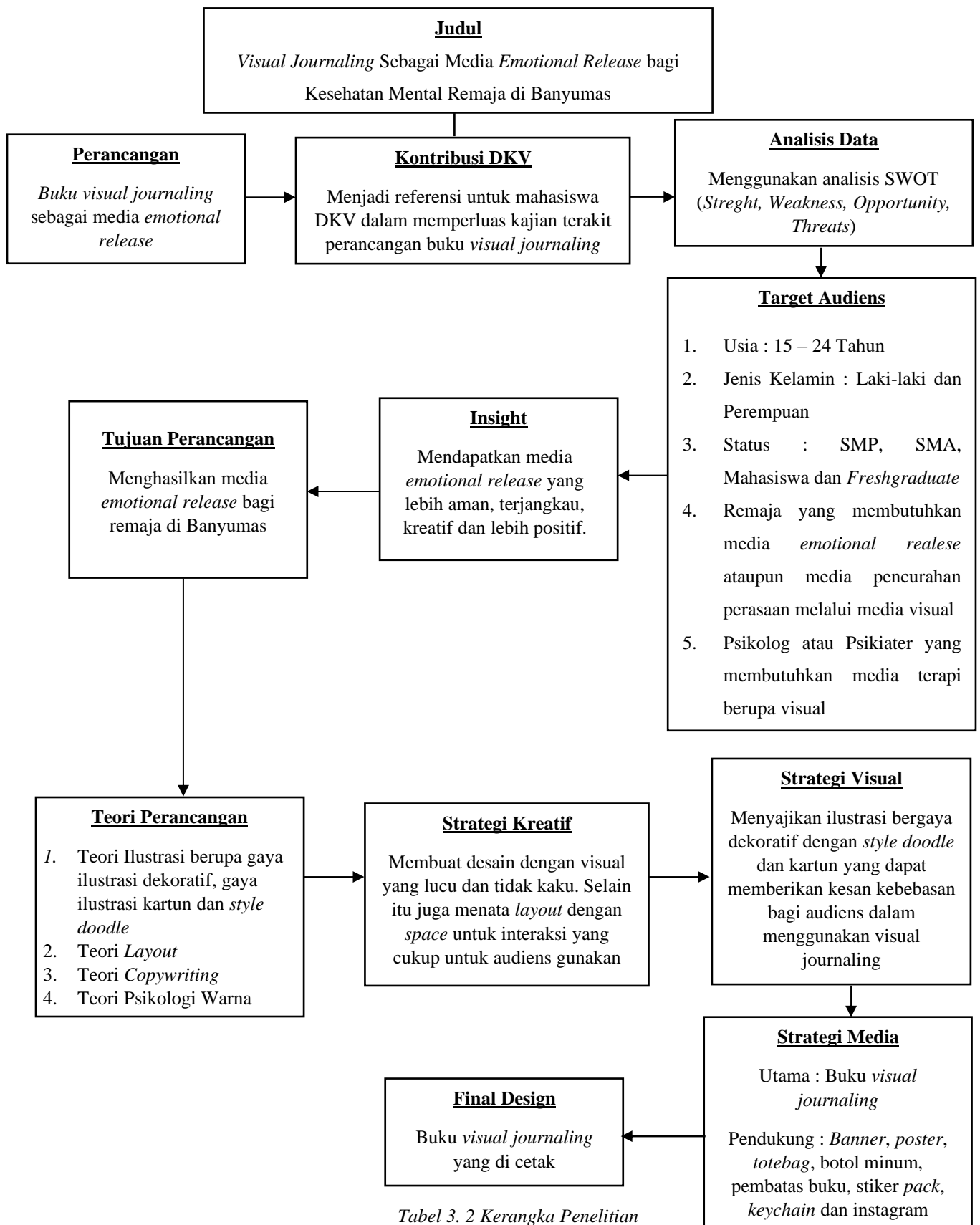
b. USP (*Unique Selling Point*)

USP *visual journaling* adalah buku yang dapat digunakan sebagai media terapi ekspresif independen tanpa harus didampingi oleh Psikolog maupun Psikiater. *Visual journaling* juga memberikan ruang dan interaktif dua arah yang didapatkan dalam satu media yaitu menulis dan menggambar dan tidak memiliki tahapan yang harus diikuti.

c. *Positioning*

Positioning visual journaling adalah salah satu pilihan media terapi ekspresif independen yang dapat digunakan untuk audiens yang tidak memiliki kemampuan finansial yang cukup untuk menemui psikolog maupun psikiater.

3.3 Kerangka Penelitian



Tabel 3. 2 Kerangka Penelitian
(Sumber: Dokumen Pribadi)

3.3 Jadwal Penelitian

No	Kegiatan	Bulan										
		Jul	Agu	Sept	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei
1	Pencarian Topik dan Fenomena											
2	Penentuan Judul Penelitian											
3	Pengumpulan Data											
4	Penyusunan Proposal											
5	Pengajuan Proposal											
6	Seminar TA 1											
7	Perancangan karya dan penempatannya											
8	Penyusunan laporan											
9	Sidang TA 2											

Tabel 3. 3 Jadwal Penelitian
(Sumber: Dokumen pribadi)