

PENGARUH TERAPI AUDIOVISUAL (FILM KARTUN) TERHADAP TINGKAT STRES PADA ANAK USIA SEKOLAH YANG MENJALANI *PHYSICAL DISTANCING* DI RW 01 DESA WAGE KECAMATAN TAMAN KABUPATEN SIDOARJO

The effect of audiovisual therapy (cartoon film) on the level of stress in school-age children undergoing physical distancing

Putri Novitasari, Dwi Ernawati, Sapto Dwi Anggoro

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya

Riwayat artikel

Diajukan: 26 Desember 2020

Diterima: 17 Februari 2021

Penulis Korespondensi:

- Dwi Ernawati
- Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuan Surabaya

e-mail:

dwiernawati@stikeshangtuah-sby.ac.id

Kata Kunci:

Stres, *physical distancing*, anak usia sekolah, terapi audiovisual.

Abstrak

Pendahuluan : *Physical distancing* adalah salah satu cara untuk mencegah penularan dan memutus rantai penyebaran *Covid-19*. Saat ini seluruh kegiatan anak usia sekolah harus berada di dalam rumah, sehingga mereka mengeluh bosan karena tidak bisa bermain dengan temannya hal ini juga bisa mengakibatkan anak mengalami stres. Salah satu cara untuk mengurangi stres yaitu terapi audiovisual. **Tujuan:** Untuk meneliti pengaruh terapi audiovisual terhadap tingkat stres pada anak usia sekolah yang menjalani *physical distancing* di RW 01 Desa Wage Kecamatan Taman Sidoarjo. **Metode:** Desain penelitian ini menggunakan desain penelitian *Quasy-Eksperimental* dengan metode *pre-test - post test control group*. Sampel penelitian ini berjumlah 50 anak, yang dibagi menjadi 25 anak pada kelompok intervensi dan 25 responden pada kelompok kontrol dengan menggunakan teknik *Simple Random Sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner melalui *googleform*. Analisa data menggunakan *Wilcoxon Signed Rank* dan uji *Mann-Whitney* ($p \leq 0.05$). **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi audiovisual (film kartun) terhadap tingkat stres pada anak usia sekolah yang menjalani *physical distancing* dengan derajat signifikan $p \leq 0,05$. **Kesimpulan:** Implikasi penelitian ini adalah untuk menurunkan stres pada anak usia sekolah yang menjalani *physical distancing* dengan melakukan terapi setiap hari selama satu episode film kartun.

Abstract

Background: *Physical distancing* is a way to prevent transmission and disconnecting the *Covid-19* spread chain. Currently, all the activities of school-age children must be at home. These activities make children bored because they cannot play with their friends, this can also cause the child to experience stress. One way to reduce stress is audiovisual therapy. **Objective:** This research aims to examine the influence of audiovisual therapy on the level of stress in school-age children undergoing physical distancing in the RW 01 at the Wage Village, Taman District, Sidoarjo. **Method:** The design of this research used the *Quasy-Experimental* research design with a *pre-test-post test control group* method. The research samples were 50 children, which were divided into 25 children in the intervention group and 25 respondents in the control group using the *Simple Random Sampling* technique. The measuring instrument used a questionnaire through *Google form*. Data analysis used *Wilcoxon Signed Rank* and *Mann-Whitney test* ($p \leq 0.5$). **Results:** The results had an effect of audiovisual therapy (cartoon film) on the level of stress in school-age children undergoing physical distancing with a significant degree $p \leq 0.05$. **Conclusion:** The implications of this research suggest that watching cartoon films could be accepted as an appropriate therapy for school-aged children to reduce stress.

PENDAHULUAN

Interaksi sosial merupakan hal yang sering dilakukan oleh manusia. Sebagian besar orang tua selalu mengajarkan anaknya untuk bersosialisasi sejak dini dengan orang lain. Salah satu bentuk sosialisasi pada anak usia sekolah yaitu dengan cara bermain. Bermain dengan teman sebaya maka anak akan berinteraksi dengan temannya. Tetapi dengan adanya pandemi yaitu *Covid-19*, maka seluruh manusia diharapkan untuk menjaga jarak (*physical distancing*) secara fisik bertujuan mencegah terjadinya penyebaran *Covid-19*. *Physical distancing* yaitu memberi jarak >1,5 - 2 meter dari seseorang serta menjauhi keramaian demi memutus rantai penyebaran dan mencegah penularan *Covid-19* (Kemenkes, 2020). Fenomena *Covid-19* yang terjadi saat ini, pemerintah memberlakukan *physical distancing* agar masyarakat dapat mencegah dan memutus rantai penyebaran virus yang ditularkan melalui sentuhan fisik dan droplet dari orang yang terkena *Covid-19*. Sehingga masyarakat harus tinggal dirumah sampai waktu yang tidak dapat ditentukan. Anak usia sekolah yang biasanya melakukan kegiatan di luar rumah dan di sekolah dengan temannya. Saat ini seluruh kegiatan anak harus berada di dalam rumah, sehingga mereka mengeluh bosan karena tidak bisa bermain dengan temannya.

Data statistik menunjukkan bahwa seluruh negara yang terdampak kasus virus corona. (WHO, 2020) mendeskripsikan bahwa kasus virus corona sudah menyebar di 206 negara menunjukkan bahwa ada 900.306 kasus di dunia dan 45.693 orang dinyatakan meninggal dunia. Pada tanggal 07 April 2020 Pemerintah Indonesia melalui Satuan Tugas Penindakan kasus *Covid-19* mengagendakan total pasien *Covid-19* yang sudah pulih di Indonesia menjadi 81 pasien, sedangkan kasus konfirmasi *Covid-19* bertambah menjadi 1.528 orang dan kasus yang meninggal dunia bertambah 14 sehingga meninggal dan 75 orang sembuh (BNPB, 2020). Komisi Nasional Perlindungan Anak mendapatkan informasi bahwa terdapat rata-rata 200 kasus perbulannya, kasus ini melonjak 98% dari sebelumnya. Laporan tersebut menunjukkan terdapat penambahan tanda dan gejala pada anak yang mengalami stres di Negara ini. PDPG menyebutkan rata-rata

anak usia \pm 2-15 tahun akan merasakan stres, 40% dialami bayi lima tahun dan sisanya 60% dialami oleh anak usia sekolah. Data studi pendahuluan di RW 01 Desa Wage- Taman-Sidoarjo dengan berjumlah 20 siswa menunjukkan bahwa kurang lebih 75% anak mengalami stres karena terlalu banyak tugas pekerjaan rumah data tersebut didapatkan dari hasil pengisian kuisioner pada poin ke 14 dengan pertanyaan “saya senang mendapatkan pekerjaan rumah dari guru” 15 anak menjawab “tidak pernah” dan 25% mengatakan senang karena berada di dalam rumah, data tersebut didapatkan dari hasil pengisian kuisioner pada poin ke 13 dengan pertanyaan “saya suka berada di dalam rumah” 5 anak menjawab selalu.

Kondisi di Indonesia saat ini dengan adanya pandemi *Covid-19*, maka anak sekolah dihibau untuk belajar di rumah. Seluruh sekolah mengumumkan bahwa siswa harus belajar di rumah untuk mengurangi angka kejadian *Covid-19* di Indonesia. Saat ini siswa diberikan tugas oleh guru untuk dikerjakan dirumah dan tidak diperbolehkan untuk melakukan kegiatan lainnya dengan teman sebayanya. Anak sering marah-marah karena sudah merasa bosan berada di rumah terus menerus dan ingin bermain dengan temannya sehingga anak mengalami perasaan yang tertekan atau biasa disebut dengan stres. Stres pada anak usia sekolah terdapat dampak negatif dalam menjalani *physical distancing* yaitu anak merasa kesepian, kurangnya produktivitas dan kehilangan manfaat lain yang berkaitan berinteraksi dengan masyarakat.

Upaya dapat dilakukan agar anak yang mengalami *physical distancing* mengalami penurunan tingkat stres. Beberapa terapi tersebut seperti : terapi musik, terapi audiovisual, terapi bermain puzzle, terapi bermain mewarnai, ada juga teknik berkomunikasi secara terapeutik dan teknik mengalihkan perhatian atau distraksi. Perpaduan antara memusatkan perhatian melalui pendengaran atau audio dan melalui penglihatan atau visual disebut dengan memusatkan perhatian terhadap audiovisual, terapi tersebut bermanfaat untuk memindahkan perhatian pada anak agar kecemasan atau ketakutan menurun, rasa tidak nyaman dan tingkat stres. Pada anak yang menjalani *physical*

distancing dengan cara memberikan terapi audiovisual berupa animasi dan lagu karena tingkat imajinasi pada anak usia tersebut cukup tinggi.

Manfaat dari terapi distraksi audiovisual yaitu untuk melepaskan hormon endorphin yang berfungsi untuk mengurangi stress dan mengurangi rasa sakit. Reaksi pada anak saat menjalani *physical distancing* yaitu rasa cemas, stress dan perubahan perilaku pada anak (Lilis Fatmawati, Yuanita Syaiful, 2019). Anak yang saat ini sedang menjalani *physical distancing* sebagian besar mengalami stres. Adapula cara yang efektif untuk mengurangi stres pada anak yang menjalani *physical distancing* yaitu dengan melakukan terapi audiovisual misalnya menonton film kartun yang disukai oleh anak tersebut selain itu orang tua harus menciptakan lingkungan yang nyaman dan memodifikasi rumah menjadi tempat yang di senangi oleh anak –anak agar anak tidak merasa bosan saat berada di rumah. Karena salah satu fungsi dari terapi audiovisual adalah menurunkan stres dan membuat anak menjadi rileks. berdasarkan uraian diatas maka penulis menarik untuk mengambil judul “ Pengaruh Terapi Audiovisual (Film Kartun) terhadap Tingkat Stres Anak Usia Sekolah yang menjalani *physical distancing* di RW.01 Ds. Wage Kec. Taman Kab. Sidoarjo”.

METODE

Jurnal penelitian yang menurut saya sesuai dengan kriteria inklusi kemudian dikumpulkan dan dibuat rangkuman dari jurnal yang meliputi nama penulis, tahun terbit jurnal, rancangan studi, tujuan penelitian tersebut, sampel instrument atau alat ukur dan rangkuman hasil atau penemuan. Rangkuman jurnal dari penelitian tersebut dimasukkan kedalam tabel kemudian di susun sesuai alfabet dan tahun diterbitkan jurnal sesuai dengan format tersebut diatas. Agar lebih memperjelas analisis dalam abstrak dan isi jurnal maka mudah dibaca dan dicermati dengan seksama. Rangkuman jurnal kemudian dianalisis terhadap isi yang terdapat dalam tujuan penelitian. Metode analisa data yang digunakan yaitu analisis jurnal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

1.Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 1 Karakteristik responden berdasarkan usia pada kelompok intervensi dan kontrol di RW 01 Desa Wage Kecamatan Taman Sidoarjo, Mei 2020 (n= 50 anak)

No	Jenis Kela min	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
		Juml ah	Persent ase	Juml ah	Persent ase
1.	L	10	40	9	36
2.	P	15	60	16	64
Total		25	100	25	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa responden yang gender laki-laki dan gender perempuan dalam dua kelompok tersebut, yaitu kelompok intervensi&kontrol. Pada kelompok intervensi didapatkan sebagian besar responden dengan gender perempuan 60 % dan berjenis kelamin laki-laki 40 %, sedangkan pada kelompok kontrol yang didapatkan berjenis kelamin perempuan 64 % dan berjenis kelamin laki-laki 36 %.

2.Karakteristik Responden Berdasarkan Sekolah

Tabel 2 Karakteristik responden berdasarkan sekolah di RW 01 Desa Wage Kecamatan Taman Sidoarjo, Mei 2020 (n= 50 anak)

No	Nama Sekolah	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
		Jumlah	%	Jumlah	%
1.	SDN Wage	15	60	-	-
2.	MI Al-Qodir	10	40	-	-
3.	SDN Bangah	-	-	14	56
4.	SDN Pepelegi	-	-	11	44
Jumlah		25	100	25	100

Tabel 2 menunjukan sekolah responden pada kelompok intervensi yang didapatkan

responden yang bersekolah di SDN Wage sebanyak 60 %, dan responden yang bersekolah di MI-AI Qodir sebanyak 40 %. Sedangkan pada kelompok kontrol responden bersekolah di SDN Bangah sebanyak 56 % dan responden yang bersekolah di SDN Pepelegi sebanyak 44 %.

Hasil Data Khusus

3. Pengaruh Terapi Audiovisual (Film Kartun) Terhadap Tingkat Stres

Tabel 3. Hasil Uji *Mann-Whitney* Tingkat Stres di RW 01 Desa Wage Kecamatan Taman Sidoarjo, Mei 2020 (n=50 anak)

No	Kelompok	Mean	SD
1.	Intervensi	19,52	488
2.	Kontrol	31,48	787

Berdasarkan hasil uji statistik *Mann-Whitney* mean hasil tingkat stres sebelum pada kelompok intervensi & kontrol adalah 19,52 dan 31,48 dengan SD 488 pada bagian intervensi dan 787 pada bagian kontrol. Hasil uji statistik $P = 0,004$ artinya ada perselisihan bermakna diantara 2 kelompok yaitu kelompok intervensi&kelompok kontrol.

Tabel 4. Hasil Uji *Wilconxon Signed Rank* Tingkat Stres di RW 01 Desa Wage Kecamatan Taman Sidoarjo, Mei 2020 (n=50 anak)

No	Kelompok	Mean	SD	P Value	N
1.	Pre intervensi dan Post intervensi terapi audiovisual (film kartun)	49,93	1.275	0,008	50

Berdasarkan dari hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test*, sebelum dan sesudah diberikan intervensi maka rata-rata tingkat stres rata-rata tingkat stres anak adalah 49,93 dan dan diketahui hasil uji statistik *P Value* adalah 0,008 maka dinyatakan bahwa hipotesis di terima, yaitu terdapat perbedaan

antara *sebelum* dan *sesudah diberikan tes*, maka bisa diartikan hasilnya terdapat pengaruh terapi audiovisual (film kartun) terhadap tingkat stres pada anak usia sekolah yang menjalani *physical distancing*.

PEMBAHASAN

Tingkat stres yang dialami anak usia sekolah yang menjalani *physical distancing* mengalami penurunan tingkat stres setelah diberikan terapi audiovisual dengan menonton film kartun. Sebelumnya terdapat 60 % yang mengalami stres sedang dan 40 % mengalami stres ringan dan setelah diberikan terapi audiovisual dengan menonton film kartun maka terdapat 84 % mengalami stres ringan dan 16 % sudah tidak mengalami stres. Perubahan ini membuktikan bahwa terapi audiovisual dengan menonton film kartun ada pengaruh terhadap tingkat stres pada anak usia sekolah yang menjalani *physical distancing*. sedangkan pada kelompok kontrol yang diberikan *pre-test* didapatkan responden dengan tingkat stres sedang sebanyak 32 % dan tingkat stres ringan sebanyak 68 % dan pada saat dilakukan *post-test* didapatkan sebagian besar responden tingkat stres ringan sebanyak 32 % dan tingkat stres sedang sebanyak 68 %. Perubahan tersebut tingkat stres pada anak semakin meningkat jika tidak diberikan terapi audiovisual.

Pada kelompok intervensi didapatkan sebagian besar responden dengan jenis kelamin perempuan 60 % dan berjenis kelamin laki-laki 40 %, sedangkan pada kelompok kontrol yang didapatkan berjenis kelamin perempuan 64 % dan berjenis kelamin laki-laki 36 %. Berdsarkan asal sekolah responden pada kelompok intervensi yang didapatkan responden yang bersekolah di SDN Wage sebanyak 60 %, dan responden yang bersekolah di MI-AI Qodir sebanyak 40 %. Sedangkan pada kelompok kontrol responden bersekolah di SDN Bangah sebanyak 56 % dan responden yang bersekolah di SDN Pepelegi sebanyak 44 %.

Hasil dari uji *Wilcoxon Signed Rank Test* memperoleh nilai *P Value*= 0,008 (<0,05) menunjukkan hasil hipotesis diterima, berarti terdapat pengaruh yang relevan antara terapi audiovisual (film kartun) dan tingkat stres pada anak yang saat ini berusia sekolah yang

menjalani *physical distancing* di RW 01 Desa Wage Kecamatan Taman Sidoarjo.

Penelitian yang dilakukan (Utami, 2014), Sebagian besar anak sangat rentan menghadapi situasi yang membuat stres. Hal tersebut di karenakan kondisi coping pada anak belum berkembang secara sempurna. Stres yang dialami oleh anak tidak semata-mata langsung terjadi tetapi ada stressor yang mempengaruhi. Stressor yang dihadapi oleh seseorang akan diterima di otak dan disalurkan melalui akson dan kelenjar pituitari yang menghasilkan hormon *oksitosin* dari neuron dalam *hipotalamus* yang dapat mempengaruhi sistem saraf simpatik. *Hipotalamus* merupakan bagian dari otak yang berfungsi penting dalam mengatur proses homeostatis seperti untuk mengatur emosi.

Besar kecilnya respon stres bukan hanya bergantung pada stressor dan individunya. Respon stres yang bervariasi, respon tepatnya bergantung pada stressornya, kapan waktu stres terjadi, sifat stres yang dialami seseorang dan mekanisme reaksi stres pada stressornya (Pinel, 2012). Menurut teori (Goldman, 2012) audiovisual dengan cara menonton film kartun merupakan proses terbentuknya imajinasi, menangkap informasi, memberikan edukasi dan hiburan agar dapat memberikan ekspresi perasaannya.

Sebagian besar anak-anak menyukai film kartun menggunakan unsur kartun animasi. Unsur-unsur tersebut dan emosional dalam film animasi adalah unsur otak bagian kanan & unsur otak bagian merupakan suara yang timbul dari film tersebut. Unsur grafis yang disarankan pada anak usia sekolah adalah unsur terpenting dikarenakan pada anak usia sekolah unsur audio dan ekspresi sebagai akibatnya menerima perhatian sebanyak 98% dan 2% terdapat dalam unsur visual statis (Wahyuningrum, 2015). Akhirnya anak usia sekolah yang menonton film kartun animasi misalnya Si Kancil, Nussa Rara ataupun *The Little Tayo*, dalam otak kanan & otak kiri pada anak dipakai ketika bersamaan maka semuanya seimbang dan anak terdapat penekanan pada film kartun (Wahyuningrum, 2015)

Manfaat mempersembahkan visual (gambar yang tidak bergerak) dan video (gambar yang bergerak) maka masih ada

peningkatan pemusatan perhatian pada anak dan dapat memberikan kemudahan untuk pembelajaran (Febriana, D., & Wahyuningsih, 2011). Terapi audiovisual diberikan untuk anak yang mengalami stres dan terapi audiovisual merupakan cara efektif untuk menghilangkan perhatian anak dari suatu objek yang dapat membuat mereka stres. Pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa terapi audiovisual terhadap tingkat stres pada anak usia sekolah yang menjalani *physical distancing* memberikan pengaruh terhadap perubahan tingkat stres anak.

KESIMPULAN

Terapi audiovisual menonton film kartun mempengaruhi tingkat stres pada anak usia sekolah yang saat ini sedang menjalani *physical distancing* di RW 01 Desa Wage Kecamatan Taman Sidoarjo.

IMPLIKASI

Orangtua dapat menerapkan Terapi audiovisual menonton film kartun untuk menurunkan stress anak sekolah yang melakukan pembelajaran di rumah pada masa pandemic Covid 19.

DAFTAR PUSTAKA

- BNPB (2020) *sebanyak 81 pasien sembuh dan 1528 positif covid19 di indonesia*. Available at: <https://bnpb.go.id/berita/sebanyak-81-pasien-sembuh-dan-1-528-positif-covid19-di-indonesia>.
- Febriana, D., & Wahyuningsih, A. (2011) 'Kajian Stres Hospitalisasi Terhadap Pemenuhan Pola Tidur Anak Usia Prasekolah di Ruang Anak RS Baptis Kediri', *Journal STIKES RS. BAPTIS KEDIRI*, 4(2), pp. 66–72.
- Goldman, K. & (2012) 'Pediatric Psychosocial Oncology: Textbook for Multidisciplinary Care', USA: Springer.
- Kemendes (2020) 'Corona Virus di Indonesia'.
- Lilis Fatmawati, Yuanita Syaiful, D. R. (2019) 'Pengaruh Audiovisual Menonton Film Kartun Terhadap Tingkat Kecemasan Saat Prosedur Injeksi Pada Anak Prasekolah', *Pengaruh Audiovisual Menonton Film Kartun Terhadap Tingkat Kecemasan Saat Prosedur Injeksi Pada Anak Prasekolah*, 12,

- pp. 15–29.
- Pinel, J. P. J. (2012) ‘Stres dan Kesehatan Dalam: Biopsikologi’, edition 7.
- Utami, Y. (2014) ‘Dampak hospitalisasi terhadap perkembangan anak’, 2.
- Wahyuningrum (2015) ‘Pengaruh Cerita Melalui Audiovisual’, *Studi Ilmu Keperawatan*.
- WHO (2020) ‘Coronavirus Disease’.