



**PENGARUH *CREATIVE HEALTH PROGRAM* TERHADAP
MOOD SISWA SEKOLAH DASAR**

**LAPORAN HASIL PENELITIAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**Diajukan sebagai syarat untuk mencapai gelar Sarjana
mahasiswa Program Studi Kedokteran**

**MATILDA KATARINA
22010119130070**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS DIPONEGORO
2022**

**LEMBAR PENGESAHAN LAPORAN HASIL KARYA TULIS ILMIAH
PENGARUH *CREATIVE HEALTH PROGRAM* TERHADAP *MOOD* SISWA
SEKOLAH DASAR**

Disusun oleh

MATILDA KATARINA

22010119130070

Telah disetujui,

Semarang, 15 September 2022

Pembimbing 1

Pembimbing 2

**dr. Tanjung Ayu Sumekar, M.Si.Med. Sp. KJ
NIP 198510252009122002**

**dr. Muflihatul Muniroh, M.Si., Med.,
Ph.D
NIP 198302182009122004**

Dosen Penguji

**dr. Darmawati Ayu Indraswari, M.Si.Med
NIP 198608012010122004**

Mengetahui,
Ketua Program Studi Kedokteran

**dr. Muflihatul Muniroh, M.Si.Med, Ph.D
NIP. 198302182009122004**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama mahasiswa : Matilda Katarina

NIM : 22010119130070

Program Studi : Program Pendidikan Sarjana Program Studi Kedokteran
Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

Judul KTI : Pengaruh *Creative Health Program* terhadap *Mood* pada
Siswa Sekolah Dasar

Dengan ini menyatakan bahwa:

- (a) Karya tulis ilmiah saya ini adalah asli dan belum pernah dipublikasi atau diajukan untuk mendapatkan gelar akademik di Universitas Diponegoro maupun di perguruan tinggi lain.
- (b) Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan orang lain, kecuali pembimbing dan pihak lain sepengetahuan pembimbing.
- (c) Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan judul buku aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 2 Maret 2022

Yang membuat pernyataan,



Matilda Katarina

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat, rahmat dan karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan tugas karya tulis ilmiah yang berjudul “Pengaruh *Creative Health Program* terhadap *Mood* pada Siswa dan Guru Sekolah Dasar”. Karya tulis ilmiah ini dibuat dalam rangka memenuhi syarat mencapai gelar Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang. Peneliti juga menyadari bahwa tanpa bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak mulai dari penyusunan proposal, peneliti tidak dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Bersama ini peneliti menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya serta penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Rektor Universitas Diponegoro Semarang yang telah memberi kesempatan kepada peneliti untuk menempuh pendidikan di Universitas Diponegoro.
2. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro yang telah memberikan sarana dan prasarana kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian dan tugas ini dengan baik dan lancar
3. dr. Tanjung Ayu Sumekar, M.Si.Med., Sp.KJ dan dr. Muflihatul Muniroh, M.Si.Med., Ph.D, selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing peneliti dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini
4. dr. Darmawati Ayu Indraswari, M.Si.Med., selaku dosen penguji peneliti yang telah memberikan kritik dan saran yang membangun selama ujian karya tulis ilmiah
5. Kedua orang tua peneliti, Bapak Marcel dan Ibu Lanny, yang senantiasa mendukung peneliti baik secara moral dan material selama proses penyusunan karya tulis ilmiah ini
6. Verena Regina, saudari tersayang peneliti, yang senantiasa menjadi pendukung moral dan tempat bersandar peneliti di saat paling terpuruk

7. P.M.P Rahardhika, Prudence Lucianus dan Qinanti Akhilla Zayda selaku teman seperjuangan peneliti dalam penyusunan karya tulis ilmiah dan penelitian ini yang senantiasa menyemangati di kala kesulitan
8. Felix Joviandi, Andrew Nathaniel, Alicia Geraldine Adinda Bramanjaya, Maria Fransiska Gunawan, Patricia Bong dan segenap anggota Pasukan Pentol Putih selaku sahabat-sahabat peneliti yang senantiasa mendukung dan memberikan yang terbaik selama penyusunan tugas ini
9. Serta pihak lain yang tidak mungkin peneliti sebutkan satu-satu atas bantuannya secara langsung maupun tidak langsung sehingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik

Akhir kata, peneliti berharap Tuhan yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi kita.

Semarang, 15 September 2022



Peneliti

DAFTAR ISI

| | |
|--|-----|
| LEMBAR PENGESAHAN LAPORAN HASIL KARYA TULIS ILMIAH | ii |
| PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN | iii |
| KATA PENGANTAR | iv |
| DAFTAR ISI | vi |
| DAFTAR TABEL | ix |
| DAFTAR GAMBAR | x |
| DAFTAR LAMPIRAN | xi |
| DAFTAR SINGKATAN | xii |
| ABSTRAK | xiv |
| BAB I PENDAHULUAN | 2 |
| 1.1 Latar Belakang | 2 |
| 1.2 Permasalahan Penelitian | 4 |
| 1.2.1 Permasalahan Umum | 4 |
| 1.2.2 Permasalahan Khusus | 4 |
| 1.3 Tujuan Penelitian | 5 |
| 1.3.1 Tujuan Umum | 5 |
| 1.3.2 Tujuan Khusus | 5 |
| 1.4 Manfaat Penelitian | 5 |
| 1.4.1 Manfaat untuk Ilmu Pengetahuan | 5 |
| 1.4.3 Manfaat untuk Masyarakat | 6 |
| 1.4.4 Manfaat untuk Penelitian Selanjutnya | 6 |
| 1.5 Keaslian Penelitian | 6 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 10 |

| | | |
|---------------------------------|---|----|
| 2.1 | Mood | 10 |
| 2.1.1 | Definisi Mood..... | 10 |
| 2.1.2 | Fisiologi Mood | 11 |
| 2.1.3 | Faktor-faktor yang Mempengaruhi Mood..... | 16 |
| 2.1.4 | Mood di Remaja | 19 |
| 2.1.5 | Pengukuran Mood dengan The Profile of Mood States (POMS)..... | 20 |
| 2.2 | Creative Health Program..... | 20 |
| 2.2.1 | Definisi Creative Health Program | 20 |
| 2.2.2 | Metode Creative Health Program..... | 21 |
| 2.3 | Creative Health Program dan Mood | 22 |
| 2.4 | Kerangka Teori..... | 23 |
| 2.5 | Kerangka Konsep..... | 24 |
| 2.6 | Hipotesis..... | 24 |
| 2.6.1 | Hipotesis Mayor | 24 |
| 2.6.2 | Hipotesis Minor | 24 |
| BAB III METODE PENELITIAN | | 25 |
| 3.1 | Ruang Lingkup Penelitian..... | 25 |
| 3.2 | Tempat dan Waktu Penelitian | 25 |
| 3.3 | Jenis dan Rancangan Penelitian | 25 |
| 3.4 | Populasi dan Sampel | 26 |
| 3.4.1 | Populasi Target..... | 26 |
| 3.4.2 | Populasi Terjangkau | 26 |
| 3.4.3 | Sampel | 26 |
| 3.4.4 | Cara Sampling | 28 |
| 3.4.5 | Besar Sampel..... | 28 |

| | | |
|---------------------------------|---|----|
| 3.5 | Variabel Penelitian..... | 29 |
| 3.5.1 | Variabel Bebas..... | 29 |
| 3.5.2 | Variabel Terikat..... | 29 |
| 3.6 | Definisi Operasional..... | 29 |
| 3.7 | Cara Pengumpulan Data..... | 30 |
| 3.7.1 | Alat | 30 |
| 3.7.2 | Bahan..... | 30 |
| 3.7.3 | Jenis Data | 30 |
| 3.7.4 | Cara Kerja..... | 30 |
| 3.8 | Alur Penelitian | 34 |
| 3.9 | Analisis Data | 35 |
| 3.10 | Etika Penelitian | 36 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN..... | | 37 |
| 4.1 | Karakteristik Umum Subjek Penelitian..... | 37 |
| 4.2 | Pengukuran Skor Mood | 39 |
| 4.3 | Analisis Perbandingan Kondisi Puasa dan Tidak Puasa | 41 |
| BAB V PEMBAHASAN | | 42 |
| BAB VI SIMPULAN DAN SARAN | | 46 |
| 6.1 | Simpulan | 46 |
| 6.2 | Saran..... | 46 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | | 48 |
| LAMPIRAN | | 54 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 1. Tabel Orisinalitas | 6 |
| Tabel 2. Isi mini workshop Participatory Theater Creative Health Program..... | 21 |
| Tabel 3. Definisi Operasional | 29 |
| Tabel 4. Distribusi Karakteristik Subjek Penelitian..... | 38 |
| Tabel 5. Uji Normalitas Data dengan Kolmogorov-Smirnov | 39 |
| Tabel 6. Profile of Mood States Sebelum dan Sesudah Perlakuan | 39 |
| Tabel 7. Analisa Perbandingan Kondisi Puasa dan Tidak Puasa | 41 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 1. Struktur Mood | 11 |
| Gambar 2. Sirkuit Neuron Monoaminergik | 12 |
| Gambar 3. Jaras Neuron Serotonergik | 13 |
| Gambar 4. Jaras Neuron Noradrenergik..... | 14 |
| Gambar 5. Jaras Neuron Dopaminergik..... | 15 |
| Gambar 6. Kerangka Teori..... | 23 |
| Gambar 7. Kerangka Konsep | 24 |
| Gambar 8. Rancangan Penelitian | 25 |
| Gambar 9. Alur Penelitian..... | 34 |
| Gambar 10. Alur Pemilihan Subjek Penelitian | 37 |
| Gambar 11. Grafik Skor <i>Profile of Mood States Pretest Posttest</i> Kelompok Kontrol Perlakuan | 40 |
| Gambar 12. Boxplot Selisih Skor Pretest dan Posttest | 40 |
| Gambar 13. Dokumentasi Tes POMS | 84 |
| Gambar 14. Dokumentasi Intervensi Creative Health Program..... | 85 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|----|
| Lampiran 1. <i>Ethical Clearance</i> | 54 |
| Lampiran 2. Persetujuan Setelah Penjelasan (<i>Informed Consent</i>) | 55 |
| Lampiran 3. Data Subjek Penelitian | 58 |
| Lampiran 4. Hasil Analisis Data Dengan SPSS..... | 64 |
| Lampiran 5. Formulir Identitas Responden | 70 |
| Lampiran 6. Kuesioner <i>Profile of Mood States</i> | 78 |
| Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian..... | 84 |
| Lampiran 8. Biodata Mahasiswa..... | 86 |

DAFTAR SINGKATAN

| | |
|---|--|
| 5-HT | : 5-Hydroxytryptamine |
| AA | : Alpha-Amylase |
| ACTH | : Adrenocorticotrophic Hormone |
| APA | : American Psychological Association |
| BDNF | : Brain-derived Neurotrophic Factor |
| CHP | : Creative Health Program |
| COVID-19 | : Coronavirus Disease |
| ELS | : Early Life Stress |
| HPA | : Hypothalamus-Pituitary Axis |
| KEPK FK Undip Universitas Diponegoro | : Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro |
| MAOi | : Monoamine Oxidase Inhibitor |
| MDD | : Major Depressive Disorder |
| POMS | : Profile of Mood States |
| REM | : Rapid Eye Movement |
| SARS-CoV-2 | : Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 |
| SD | : Sekolah Dasar |
| SDI | : Sekolah Dasar Islam |
| SSRI | : Serotonin Reuptake Inhibitor |

| | |
|-----|-----------------------------|
| T4 | : Tiroksin |
| TCA | : Tricyclic Antidepressants |
| TMD | : Total Mood Disorder |
| VTA | : Ventral Tegmentum Area |
| WHO | : World Health Organization |

ABSTRAK

Latar Belakang: *Creative Health Program* adalah kegiatan dengan dasar metode *participatory theater*. Selama pandemi, karantina yang berkepanjangan menyebabkan *mood* negatif seperti depresi, stres dan kecemasan pada anak-anak usia sekolah karena berkurangnya aktivitas fisik dan interaksi sosial. *Creative Health Program* adalah salah satu bentuk terapi seni kreatif yang dapat menjadi sarana yang sederhana untuk meningkatkan *mood* di siswa.

Tujuan: Menganalisis pengaruh kegiatan *Creative Health Program* terhadap *mood* siswa sekolah dasar di Semarang.

Metode: Penelitian eksperimental dengan rancangan *quasi experimental* dan desain analisis *pretest-posttest control group design*. Subjek penelitian adalah siswa kelas 5 sekolah dasar yang dipilih dengan *consecutive sampling* dan dibagi menjadi 2 kelompok: kelompok perlakuan ($n=101$) yang akan mengikuti *Creative Health Program*, dan kelompok kontrol ($n=77$) yang tidak mengikuti kegiatan. *Mood* diukur dengan kuesioner *Profile of Mood States*. Analisis data dengan uji-t berpasangan dan uji-t tak berpasangan.

Hasil: Terdapat penurunan signifikan ($p<0,001$) pada skor *Total Mood Disorder* pada kelompok perlakuan dari $110,96\pm 31,036$ menjadi $101,06\pm 32,447$. Hasil *posttest* kelompok perlakuan lebih rendah signifikan ($p=0,017$) daripada kelompok kontrol dengan perbedaan $-11,81\pm 3,618$. Tidak terdapat perbedaan signifikan antara nilai subjek kelompok puasa dan tidak puasa.

Kesimpulan: *Creative Health Program* dapat meningkatkan *mood* pada siswa sekolah dasar.

Kata kunci: Siswa sekolah dasar, *Creative Health Program*, *mood*, *Profile of Mood States* (POMS).

ABSTRACT

Background: *Creative Health Program is a participatory theater-based activity. During the pandemic, prolonged quarantine causes negative mood such as depression, stress and anxiety in students due to the lack of physical activity and social interaction. Creative Health Program is a form of drama therapy that can be a simple medium to increase mood in students.*

Aim: *Analyzign the effect of Creative Health Program on mood in primary school students and teachers.*

Method: *Experimental research with a quasi-experimental design using a pretest-posttest control group design. Research subjects are grade-5 primary students which were selected by simple random sampling and grouped into 2 groups: Creative Health Therapy group (n=101) who will follow Creative Health Program, and control group (n=77). Mood is measured using Profile of Mood States, and datas are analyzed with T-paired and T-independent tests.*

Result: *Significant decrease ($p < 0,001$) in Total Mood Disorder score of Creative Health Program group from $110,96 \pm 31,036$ to $101,06 \pm 32,447$. Creative Health Program group posttest is significantly lower ($p = 0,017$) than control group with a difference of $-11,81 \pm 3,618$. No significant difference between the fasting group and non-fasting group.*

Conclusion: *Creative Health Program is proven to increase mood in students.*

Keyword: *Primary students, Creative Health Program, mood, Profile of Mood States (POMS).*