

PENGARUH TERAPI WISATA BATIK GEDOG TERHADAP TINGKAT STRES REMAJA PADA MASA PANDEMI COVID-19

Windi Setya Oktavianti¹⁾, Maya Sofiyanti²⁾, Anneke Triya Galuh Parameswari³⁾, Nur Risa Meilani⁴⁾, Ratri Virianita^{1*)}

¹Departemen Sains dan Komunikasi Pengembangan Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor, Jalan Raya Dramaga, Bogor, Jawa Barat 16680

²Departemen Manajemen, Fakultas Ekonomi Manajemen, Institut Pertanian Bogor, Jalan Raya Dramaga, Bogor, Jawa Barat 16680

³Departemen Teknologi Industri Pertanian, Fakultas Teknologi Pertanian, Institut Pertanian Bogor, Jalan Raya Dramaga, Bogor, Jawa Barat 16680

⁴Departemen Kimia, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Institut Pertanian Bogor, Jalan Raya Dramaga, Bogor, Jawa Barat 16680

*Penulis korespondensi: ratru_v@apps.ipb.ac.id

ABSTRAK

Pandemi Covid-19 memaksa semua kalangan usia untuk beradaptasi dengan keadaan yang membuat tingkat stres meningkat terutama pada kalangan remaja. Terapi wisata batik gedog yang merupakan perpaduan dari wisata, *music* dan *art therapy* di Desa Margorejo, Kecamatan Kerek, Kabupaten Tuban, Jawa Timur dicanangkan sebagai alternatif solusi terhadap penurunan stres terutama di kalangan remaja. Penelitian bertujuan untuk menganalisis tingkat stres remaja pada masa pandemi dan menganalisis pengaruh terapi wisata batik gedog terhadap tingkat stres remaja. Penelitian menggunakan metode eksperimen dengan *pretest-posttest control group design* pada 30 partisipan yang terdiri dari kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Adapun penarikan sampel menggunakan *purposive sampling* dari remaja SMA/SMK sederajat. Pengukuran stres menggunakan 14 pernyataan yang diadaptasi dari *DASS-42*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres remaja berada pada tingkat sedang dan terdapat perbedaan pengaruh terapi wisata batik gedog pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Dapat disimpulkan bahwa wisata terapi batik gedog bermanfaat sebagai alternatif solusi dalam penurunan stres remaja di masa pandemi Covid-19.

Kata-kata kunci: *art therapy*, batik gedog, Covid-19, *music therapy*, remaja

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic forces all ages to adapt to conditions that make stress levels increase, especially among teenagers. Gedog batik tourism therapy which is a combination of tourism, music and art therapy in Margorejo Village, Kerek District, Tuban Regency, East Java was launched as an alternative solution to reducing stress, especially among teenagers. This study aims to analyze the stress level of adolescents during the pandemic and to analyze the effect of batik gedog tourism therapy on adolescent stress levels. The study used an experimental method with a pretest-posttest control group design on 30 participants consisting of a control group and a treatment group. The sample was taken using purposive sampling from high school/vocational high school teenagers. Stress measurement uses 14 statements adapted from DASS-42. The results showed that the stress level of adolescents was at a moderate level and there were differences in the effect of batik gedog tourism therapy in the treatment group and the control group. It can be concluded that batik gedog therapy tourism is useful as an alternative solution in reducing adolescent

stress during the Covid-19 pandemic.

Keywords: art therapy, batik gedog, Covid-19, music therapy, youth

Pendahuluan

Kasus Covid-19 pertama kali dilaporkan pada tahun akhir tahun 2019. Covid-19 (coronavirus disease) adalah nama baru yang diberikan oleh World Health Organization bagi pasien dengan infeksi virus Novel Corona 2019. Penyebaran kasus Covid-19 terjadi secara cepat dan membuat ancaman pandemi baru (Handayani *et al.*, 2015). Covid-19 merupakan virus jenis baru yang menginfeksi pernapasan manusia. Kasus Covid-19 tidak hanya mengganggu kesehatan fisik, tetapi juga mengganggu kesehatan mental manusia. Penularan sangat cepat dilakukan pencegahan pembelajaran secara daring.

Upaya pencegahan penyebaran Covid-19 dilakukan dengan berbagai cara, salah satunya adalah himbauan untuk melakukan aktivitas dari rumah. Himbauan tersebut mengakibatkan kegiatan akademis juga dialihkan dari pembelajaran tatap muka menjadi pembelajaran daring. Perubahan tersebut mengakibatkan siswa harus beradaptasi terhadap sistem baru. Pembelajaran daring memiliki beberapa tantangan dalam pelaksanaannya, diantaranya adalah jaringan internet dan jumlah kuota yang dimiliki harus stabil dan cukup, penyampaian materi yang tidak sejelas tatap muka, dan jadwal akademik yang mundur dan tertunda. Selain masalah yang berhubungan langsung dengan proses pembelajaran, terdapat juga stresor dari kehidupan sehari-hari siswa itu sendiri (Fauziyyah *et al.*, 2021).

Menurut Fauziyyah *et al.* (2021), masalah kesehatan mental yang mengalami peningkatan di masa pandemi adalah stress, kecemasan, dan depresi. Bagi siswa, pandemi mengakibatkan stress akibat dari perubahan proses pembelajaran dan kehidupan sehari-hari. Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) melakukan survei mengenai kesehatan mental melalui swaperiksa yang dilakukan secara daring melalui website PDSKJI yaitu <http://pdskji.org/home>. Hasil swaperiksa yang dilakukan oleh 4.010 responden (71% perempuan dan 29% laki-laki) dalam jangka waktu lima bulan (April-Agustus 2020) didapatkan bahwa 64,8% responden mengalami masalah psikologis dengan proporsi 64,8% mengalami cemas, 61,5% mengalami depresi, dan 74,8% mengalami trauma. Masalah psikologis terbanyak ditemukan pada kelompok usia 17-29 tahun dan diatas 60 tahun (Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia, 2020).

Swaperiksa lain dilakukan terhadap 1.552 responden berkaitan dengan tiga masalah psikologis yaitu cemas, depresi, dan trauma. Responden paling banyak adalah perempuan (76,1%) dengan usia minimal 14 tahun dan maksimal 71 tahun. Sebanyak 64,3% responden mengalami gangguan psikologis dengan proporsi 63% mengalami cemas dan 66% mengalami depresi. Selain itu, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) juga menerima laporan bahwa 79,9% siswa tidak senang belajar dari rumah karena 76,8% guru tidak melakukan interaksi selain memberikan

tugas (Fakhri 2020). Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan jika sistem belajar daring memiliki potensi meningkatkan tingkat stres pada siswa, terutama siswa sekolah menengah tingkat akhir (Fakhri, 2020).

Stresor yang dihadapi siswa selain perubahan metode belajar yaitu diantaranya kekhawatiran ekonomi, kekhawatiran akan kesehatan keluarga dan diri sendiri, penundaan akademik, terbatasnya interaksi sosial, lapangan pekerjaan yang berkurang, dan faktor- faktor lain pada kehidupan pribadi siswa. Faktor akademik juga menyumbangkan potensi stres pada siswa, misalnya karena perubahan gaya belajar dari sekolah menengah ke pendidikan tinggi, tugas-tugas yang diberikan, target pencapaian nilai, serta prestasi akademik. Peningkatan tingkat stres yang di kalangan siswa dapat menyebabkan penurunan dalam hal prestasi akademis, selain itu juga dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan mental siswa (Fauziyyah *et al.*, 2021).

Namun, karena konsultasi dengan psikolog masih dianggap hal yang tabu di kalangan masyarakat. Maka upaya terus dilakukan untuk mencari alternatif baru untuk menurunkan tingkat stress. Salah satunya yaitu batik gedog terapi. Batik gedog merupakan salah satu batik khas di Desa Margorejo, Kecamatan Kerek. Batik ini diproduksi secara rumahan oleh pengrajin melalui proses yang sangat unik, selain itu waktu yang dibutuhkan untuk membuat batik ini lebih lama, dan pengerjaannya lebih sulit dibandingkan pembuatan batik lainnya. Proses pembuatan batik gedog diawali dengan kapas yang dibersihkan, kemudian dipintal menjadi benang dan dikuatkan dengan tepung kanji, menenun benang menjadi kain, membatik, dan diwarnai menggunakan pewarna alami. Nama gedog sendiri diambil dari suara keras “dog-dog” pada alat tenun tipe *back strap loom* yang terbuat dari kayu, yang terdengar ketika proses penenunan berlangsung.

Wisata budaya ini, dapat dimanfaatkan sebagai alternatif terapi penurunan stres yaitu dengan terapi wisata batik gedog. Wisata terapi batik gedog merupakan gabungan dari wisata, *music* dan *art therapy*. Dalam rangka pengobatan mental khususnya stres, wisata ini mengkombinasikan serta memanfaatkan musik dan proses melukis pada pembuatan batik gedog. Terapi musik dapat melibatkan sumberdaya musik yang nyaring, serta ekspresi dan gerakan. Suara musik, yang terintegrasi dalam sistem representasi yang memberinya kekuatan khusus, mengejutkan tidak hanya karena mengintervensi secara langsung kondisi kesadaran individu, tetapi juga karena kemampuannya untuk mempengaruhi perilaku kolektif orang (Fiana and Cahyani, 2019). Sementara itu, *art therapy* merupakan terapi menggambar yang mampu mempengaruhi tingkat stres (Erwanto and Kurniasih, 2018). Dalam proses pembuatan batik gedog terdapat tahapan proses penenunan benang menjadi kain yang menghasilkan suara dog-dog sehingga berpotensi sebagai *music therapy* dan pada tahapan berikutnya terdapat proses menggambar atau membatik yang berpeluang menjadi *art therapy*. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti ingin mengetahui bagaimana tingkat stres remaja pada masa pandemi Covid-19? Serta bagaimana pengaruh wisata batik gedog terapi sebagai

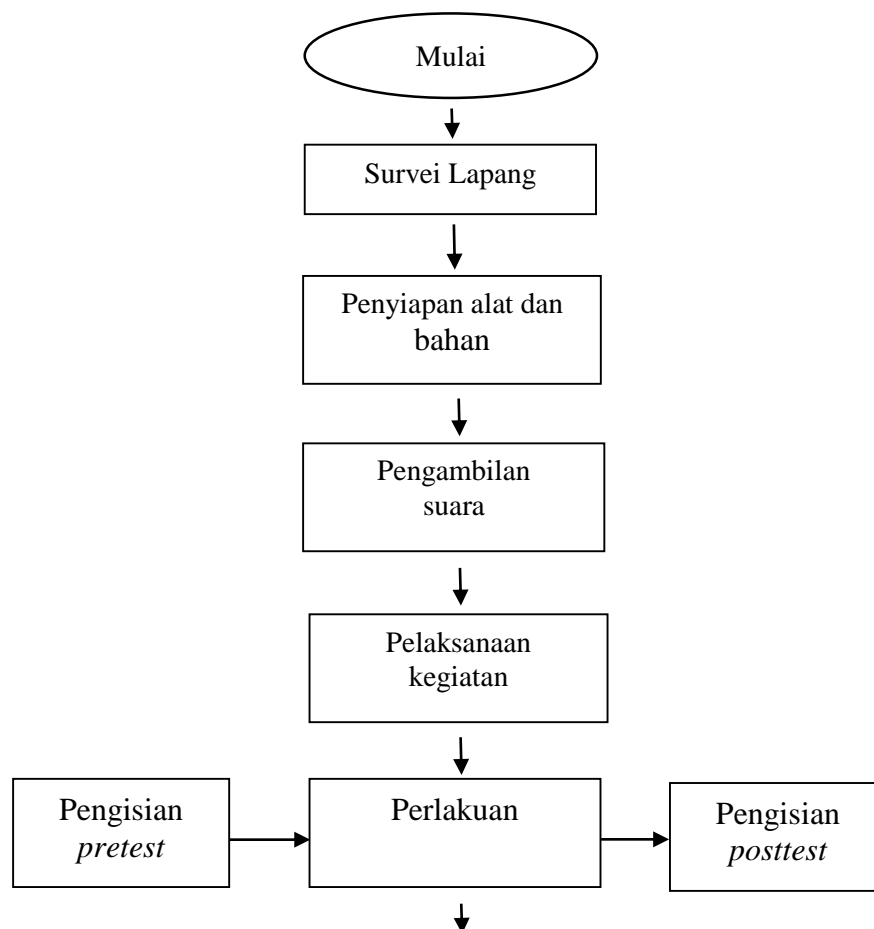
alternatif penurunan stres pada remaja? Dengan demikian, tujuan penelitian ini yaitu menganalisis tingkat stres remaja pada masa pandemi Covid-19 dan mengetahui pengaruh wisata batik gedog terapi sebagai alternatif penurunan stres pada remaja, serta patut diduga bahwa stres mampu diatasi dengan terapi wisata batik gedog sebagai alternatif terapi dalam penurunan stres bagi remaja dalam masa pandemi seperti ini.

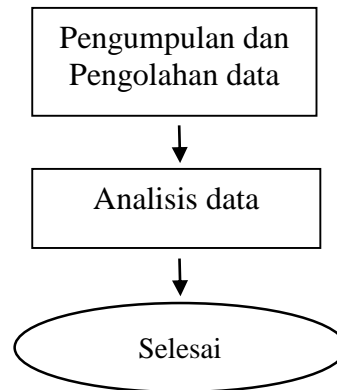
Metode

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain *pretest-posttest control group*. *Pretest* diberikan untuk mengetahui keadaan awal, adakah perbedaan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol (Sugiyono, 2016). Penelitian ini dilakukan dengan skema *hybrid*, yaitu kombinasi daring dan luring dengan tetap menerapkan protokol kesehatan Covid-19.

Waktu dan Lokasi Penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan dalam jangka waktu 3 bulan (Juni 2021—Agustus 2021) di Kampung Wisata Batik Gedog di Desa Margorejo, Kecamatan Kerek, Kabupaten Tuban, Jawa Timur.





Gambar 1. Diagram alir penelitian

Berdasarkan gambar 1 diketahui bahwa penelitian dimulai dengan pelaksanaan survei lapang, kemudian dilanjutkan dengan persiapan alat dan bahan. Kemudian dilakukan pengambilan suara dan editing suara, serta pelaksanaan kegiatan yang meliputi perlakuan kepada kelompok perlakuan dan control dan pengisian *pretest*, dan di akhir perlakuan dilakukan pengisian *posttest*. Setelah itu, dilakukan pengumpulan dan pengolahan data serta analisis data.

Metode Pengambilan Suara

Pengambilan suara dilakukan dengan merekam suara menggunakan alat *recorder*. Alat *recorder* dipilih karena dapat fokus menangkap sampel suara yang diambil dari proses pembuatan kain batik oleh pengrajin. Sampel suara yang didapatkan kemudian dipindahkan dalam perangkat lunak untuk kemudian diedit dengan menghilangkan *noise* atau pengotor dalam sampel suara. Hasil dari pengambilan suara ini merupakan sampel suara ‘dog-dog’ yang akan digunakan sebagai *music therapy*.

Metode Pengumpulan Data

Data yang digunakan dalam penelitian didapatkan dengan menggunakan metode penarikan sampel *purposive sampling*, yaitu pengambilan sumber data yang dilakukan dengan beberapa pertimbangan tertentu yaitu remaja perempuan usia 15-18 tahun, berdomisili di lingkungan Desa Margorejo, dan sedang dalam pembelajaran daring. Partisipan dalam penelitian terdiri dari 30 remaja yang dibagi dalam dua kelompok, yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol (Sugiyono, 2016).

Metode Analisis Data

Penelitian ini merupakan kegiatan eksperimen yang menggunakan desain *pre-test post-test control group*, yaitu para partisipan dibagi ke dalam kelompok perlakuan dan kontrol. Pada tahapan *pre-test* setiap partisipan mengisi kuesioner yang terdiri dari 14 pernyataan pengukur stres yang diadaptasi dari *DASS-42* (Lovibond and Lovibond, 1995) yang merupakan kepanjangan dari *Depression*,

Anxiety, and Stress Scale-42 items untuk mengetahui tingkat stres partisipan.

Tidak semua pernyataan dalam *DASS-42* digunakan untuk mengukur stres partisipan melainkan 14 pernyataan yang terdiri dari nomor 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18, 22, 27, 29, 32, 33, 35 dan 39 (Lovibond dan Lovibond, 1995). Lebih rinci, indikator stres dalam *DASS-42* menyangkut fisik pada nomor 12, psikologis (emosi) pada nomor 1, 6, 11, 18, 27, 29, 32, 39 dan perilaku pada nomor 8, 14, 22, dan 35. Kemudian, skala yang digunakan dalam tabel 2, yaitu normal (0-8), ringan (9-17), sedang (18-26), berat (27-35), sangat berat (>36)

Tabel 1. Pertanyaan indikator stres dalam *DASS Scale 42*

Indikator stres	Pertanyaan
Fisik	Saya menghabiskan banyak energi karena cemas
Psikologis	Saya merasa kesal dengan hal-hal sepele Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap situasi Saya menemukan diri saya menjadi agak mudah marah Saya merasa bahwa saya agak sensitive Saya menemukan bahwa saya sangat mudah tersinggung Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal Saya merasa sulit untuk mentolerir gangguan pada apa yang saya lakukan
Perilaku	Saya menemukan diri saya menjadi gelisah Saya merasa sulit untuk bersantai Saya mendapati diri saya menjadi tidak sabar ketika saya tertunda terus menunggu dengan cara apa pun (misalnya lift, lampu lalu lintas, terus menunggu) Saya merasa sulit untuk bersantai Saya tidak toleran terhadap apa pun yang membuat saya tidak melanjutkan apa yang saya lakukan

Tabel 2. Panduan penilaian untuk stres

Tingkat Stres	Skala/skor
Normal	0-8
Ringan	9-17
Sedang	18-26
Berat	27-35
Sangat Berat	> 36

Selanjutnya, partisipan dalam kelompok perlakuan mendapatkan intervensi berupa terapi batik gedog. Adapun partisipan dalam kelompok kontrol tidak

mendapatkan intervensi apa pun. Partisipan dalam kelompok perlakuan dengan menerapkan protokol kesehatan Covid-19 secara bergantian mengunjungi kampung wisata batik gedog di mana para partisipan akan mendengarkan rekaman suara proses pembuatan kain tenun batik gedog yang menghasilkan suara 'dog-dog-dog', dan melakukan kegiatan membatik. Intervensi ini diberikan selama 4 hari berturut-turut dan pada hari terakhir seluruh partisipan, baik dalam kelompok perlakuan maupun kontrol, melakukan *post-test* dengan mengisi kuesioner kembali.

Prosedur penelitian dimulai dengan mobilisasi dan pengkondisian peserta, peserta diarahkan menuju ke tempat pembuatan batik gedog. Kemudian, dilakukan pengarahan dan pengenalan prosedur penelitian. Tahap selanjutnya adalah pengisian kuesioner *DASS-42* oleh partisipan. Pada tahap kedua, partisipan mendengarkan rekaman suara proses pembuatan batik gedog sebagai intervensi dari *music therapy*. Lalu pada tahap ketiga partisipan memasuki ruangan membatik untuk mengikuti kegiatan melukis dan membatik sebagai intervensi dari *art therapy*. Partisipan melakukan kegiatan membatik dengan gambar yang sesuai dengan apa yang ingin partisipan ungkapkan ke dalam sebuah gambar di atas kain tenun gedog. Adapun partisipan pada kelompok kontrol mengisi kuesioner *DASS-42* pada tahap *pretest* dan akan mengisi kuesioner *DASS-42* kembali pada tahap *posttest* di hari ke empat. Pengujian rekaman suara proses pembuatan batik gedog juga dilakukan untuk membuktikan bahwa suara yang dihasilkan dari proses penenunan kain dalam pembuatan Batik Gedog tidak menimbulkan stres baru. Pengujian suara ini dilakukan dengan menggunakan *Sound Level Meter*.

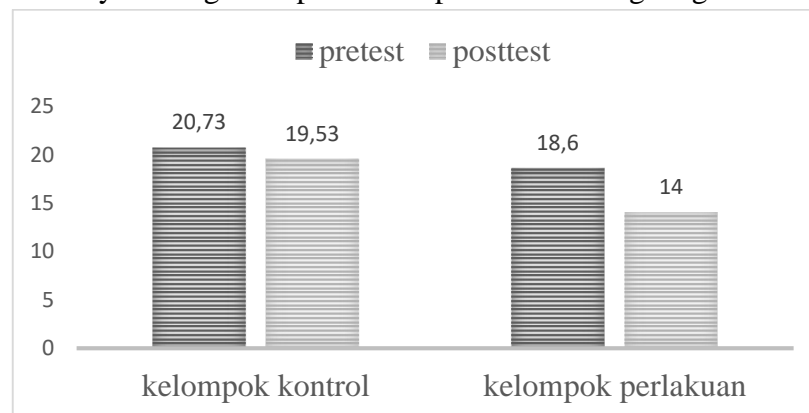
Metode analisis data yang digunakan adalah Uji *paired t-test* dan Uji *independent t-test* yang diolah menggunakan bantuan program komputer *SPSS (Statistical Product and Service Solutions)* 25. Uji-t berpasangan atau *paired t-test* menggunakan data yang tidak bebas atau saling berpasangan, yaitu dengan adanya perlakuan yang tidak sama pada dua populasi atau sampel, sehingga mendapatkan dua data sampel yaitu dari perlakuan pertama dan perlakuan kedua (Montolalu dan Langi, 2018).

Hasil dan Pembahasan

Tingkat Stres Remaja pada Masa Pandemi Covid-19 di Desa Margorejo Kecamatan Kerek Kabupaten Tuban

Hasil analisis pada gambar 2 menunjukkan bahwa rata-rata skor partisipan dari hasil *pre-test* pada kelompok yang tidak mengikuti batik gedog terapi sebesar 20,7 yang berarti pada kelompok kontrol tergolong dalam kondisi stres sedang. Adapun rata-rata skor kelompok yang mendapatkan perlakuan terapi sebesar 18,6 yang dapat diartikan bahwa tingkat stres pada kelompok perlakuan tergolong dalam kondisi stres ringan, penggolongan ini berdasarkan pada skala peringkat tingkat depresi, kecemasan, dan stress (Basha dan Kaya, 2016). Uji beda dilakukan pada hasil *pre-test* kelompok kontrol dan kelompok perlakuan untuk melihat kondisi awal tingkat stres partisipan. Uji tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan

yang signifikan antara hasil *pre-test* kelompok kontrol dan kelompok perlakuan ($t\text{-test}=0,738$; $p>0,05$). Hal ini dapat diartikan terdapat kesamaan kondisi partisipan sebelum dilakukannya serangkaian proses terapi wisata batik gedog.



Gambar 2. Hasil rata-rata *pre-test post-test* kelompok kontrol dan perlakuan

Hasil ini diperkuat dengan data dari pertanyaan yaitu dihasilkan data sebanyak 73% partisipan kelompok kontrol dan 86,67% partisipan kelompok perlakuan mengalami tekanan akibat pembelajaran daring. Tekanan diakibatkan oleh materi pembelajaran yang sulit dimengerti apabila tidak ada penjelasan langsung dari pengajar, serta banyaknya tugas yang diterima partisipan. Selain itu, kondisi lingkungan keluarga dan minimnya interaksi dengan teman sekolah membuat fokus belajar dirumah menjadi lebih sulit dicapai.

Pembelajaran jarak jauh atau daring merupakan salah satu cara yang digunakan untuk mencegah penularan pandemi Covid-19 berdasarkan surat edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 yang mengatakan bahwa semua kegiatan pembelajaran di sekolah maupun perguruan tinggi tidak boleh dilaksanakan secara tatap muka. Penerapan proses belajar mengajar yang menggunakan teknologi ini memiliki kelebihan dan kekurangan. Kelebihannya yaitu dapat dilakukan secara fleksibel tanpa terikat ruang dan waktu, kemudahan untuk mendapatkan informasi, serta mampu memunculkan sikap tanggung jawab terhadap tugas. Sementara itu, kekurangan metode pembelajaran jarak jauh ini ditunjukkan dengan kondisi psikologis siswa yang seperti kecemasan, kekhawatiran yang berlebihan sehingga menimbulkan psikosomatis jika siswa mengalami stres (Lindasari *et al.*, 2021).

Pengaruh Terapi Wisata Batik Gedog Terhadap Tingkat Stres Remaja

Terapi wisata batik gedog yang mengkombinasikan wisata, media *music* dan *art therapy* untuk membantu penurunan tingkat stres remaja ini memanfaatkan suara '*dog-dog-dog*' yang dihasilkan dari proses penenunan kain batik gedog dan membatik atau melukis di atas kain. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor *post-test* pada kelompok kontrol, yaitu 19,53. Nilai tersebut tidak jauh berbeda dengan nilai rata-rata skor *pre-test* sehingga berdasarkan kategori skor yang telah

ditetapkan oleh Sunarni *et al.* (2017) besaran angka tersebut menunjukkan tingkat stres dalam kategori sedang. Dengan demikian, hal tersebut berarti bahwa tingkat stres pada kelompok kontrol tidak mengalami perubahan, baik pada *pre-test* maupun *post-test*, partisipan pada kelompok kontrol memiliki tingkat stres sedang. Adapun hasil rata-rata skor *post-test* pada kelompok perlakuan yaitu 14, di mana bahwa besaran angka tersebut berada pada kategori normal. Artinya, terjadi perubahan pada kelompok perlakuan setelah mendapatkan intervensi berupa terapi wisata batik gedog yang semula berada pada kategori stres ringan menjadi normal.

Uji beda dilakukan pada hasil *post-test* kelompok kontrol dan kelompok perlakuan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *post-test* kelompok kontrol dan kelompok perlakuan ($t\text{-test} = 2,111; p < 0,05$). Artinya bahwa, terdapat kondisi yang berbeda antara kelompok kontrol dan perlakuan di mana kelompok kontrol yang tidak mendapatkan intervensi terapi wisata batik gedog tetap berada dalam kondisi stres sedang, sementara kelompok perlakuan yang semula dalam kondisi stres ringan menjadi normal setelah mendapatkan intervensi terapi wisata batik gedog.

Hasil uji beda *pre-test* dan *post-test* pada kelompok kontrol menunjukkan hasil $t\text{-test}$, yaitu 0,431 dengan nilai signifikansi sebesar $p = 0,673$ di mana nilai probabilitas yang lebih besar dari 0,05 sehingga dapat diartikan bahwa tidak ada perbedaan hasil *pre-test* dan *post-test* yang signifikan pada kelompok kontrol. Sementara dari hasil *paired t-test* pada kelompok perlakuan, diperoleh hasil $t\text{-test}$, yaitu 2,682 dengan nilai signifikansi 0,018 yang kurang dari 0,05 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi batik gedog pada kelompok perlakuan. Sehingga dapat diketahui bahwa terapi batik gedog ini mampu menurunkan stres remaja. Temuan ini sejalan dengan riset yang dilakukan oleh Christiani *et al.* (2021) yang membuktikan bahwa penerapan terapi seni mampu menurunkan kecemasan pada mahasiswa yang menjalani proses pembelajaran daring selama pandemi Covid-19. Perubahan yang dialami oleh partisipan selama empat hari berturut-turut selama mengikuti terapi batik gedog yaitu menjadi lebih rileks dalam menghadapi kesibukan dan tekanan tugas dari pembelajaran daring. Namun ini mungkin disebabkan oleh adanya. dalam pelaksanaan kegiatan terhadap kelompok perlakuan untuk bertemu dan berinteraksi dengan temannya kurang terkontrol dengan baik.

Kesimpulan

Tingkat stres remaja pada masa pandemi Covid-19 tergolong pada kategori sedang. Hal ini disebabkan pandemi telah memaksa para remaja melakukan kegiatan sehari-hari di dalam rumah termasuk kegiatan pembelajaran yang menggunakan metode pembelajaran daring sehingga menimbulkan kebosanan dan stres. Terapi wisata batik gedog yang merupakan perpaduan wisata, *music* dan *art therapy* terbukti mampu memengaruhi dalam menurunkan tingkat stres remaja sehingga dapat menjadi alternatif penyembuhan mental remaja di masa pandemi.

Sehubungan dengan itu, Kampung Wisata Batik Gedog Tuban potensial dikembangkan sebagai tempat wisata yang memberikan fasilitas terapi wisata batik gedog dalam rangka menurunkan tingkat stres di kalangan remaja dan masyarakat pada umumnya. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengambil sampel yang lebih besar sehingga hasilnya lebih representative serta membuat desain yang lebih ketat agar data yang dihasilkan *cateris paribus*.

Ucapan terima kasih

Terima kasih kepada Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia yang telah membiayai penelitian ini. Terima kasih juga kepada Institut Pertanian Bogor, Fakultas Ekologi Manusia, dosen pendamping, dosen *reviewer* dan tim PKM Center IPB yang telah memfasilitasi mahasiswa dan banyak memberi arahan dalam menyelesaikan penelitian ini, serta tiga puluh partisipan beserta pihak ketiga yang turut berperan aktif dalam proses penelitian.

Kontribusi penulis

Penulis Satu melakukan pengumpulan data pustaka, melakukan koordinasi, pengumpulan data Pustaka, melakukan penelitian, menyiapkan draft manuskrip dan menyusun artikel; Penulis Dua mempersiapkan perlengkapan dan peralatan, pengambilan suara, melakukan penelitian, menyusun artikel; Penulis Tiga melakukan penelitian, mengambil data lapang dan koordinasi dengan responden, menyusun artikel; Penulis Empat melakukan penelitian, melakukan analisis dan olah data, menyusun artikel; Penulis Kelima melakukan arahan riset, desain percobaan dan penyelesaian naskah (manuskrip).

Daftar Pustaka

- Basha, E. dan Kaya, M. 2016. Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS): The Study of Validity and Reliability. *Universal Journal of Educational Research*. 4(12):2701–2705.
- Christiani, Y., Mulyanto, M. dan Wahida, A. 2021. Terapi Seni di Masa Pandemi Corona Virus Disease-19 (Covid-19). *Panggung*. 31(1):106–116.
- Erwanto, R. dan Kurniasih, D.E. 2018. Perbedaan Efektivitas Art therapy dan Brain gym terhadap Fungsi Kognitif dan Intelektual pada Lansia Demensia di BPSTW Yogyakarta. *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 7(2):34–41.
- Fakhri, F. 2020. *KPAI Nilai Belajar Jarak Jauh Bikin Anak Tak Naik Kelas* : *Okezone Nasional*, *okezone.com*. URL: <https://nasional.okezone.com/read/2020/07/23/337/2250667/han-2020-kpai-nilai-belajar-jarak-jauh-bikin-anak-tak-naik-kelas>. Diakses tanggal 27 Maret 2022.
- Fiana, D.N. dan Cahyani, A. 2019. Dampak Terapi Musik pada Fungsi Kognitif Pasien dengan Demensia. *Jurnal Kedokteran Universitas Lampung*. 3(1):221-225.

- Handayani, D. Hadi, D.R. Isbaniah, F. Burhan, E. Agustin H. 2015. Corona Virus Disease 2019. *Jurnal Respirologi Indonesia*. 40(2):119–129.
- Lindasari, S.W. Nuryani, R. Sukaesi, NS. 2021. Dampak Pembelajaran Jarak Jauh Terhadap Psikologis Siswa Pada Masa Pandemi Covid 19. *Journal of Nursing Care*. 4(2):130–137.
- Lovibond, S.H. dan Lovibond, P.F. 1995. Manual for the Depression Anxiety Stress Scales. 2nd ed. Sydney Psychology Foundation of Australia. Sydney. AU.
- Montolalu, C. dan Langi, Y. 2018. Pengaruh Pelatihan Dasar Komputer dan Teknologi Informasi bagi Guru-Guru dengan Uji-T Berpasangan (Paired Sample T-Test). *D'cartesian*. 7(1):44-46.
- Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia. 2020. *Masalah Psikologis 2 Tahun Pandemi Covid-19 di Indonesia*, *pdsjki.org*. URL: <http://pdsjki.org/home>. Diakses tanggal 27 Maret 2022.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. PT Alfabet. Bandung. ID.
- Sunarni, T., Husaini, A. dan Pratama, Y.D. 2017. Analisis Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan dalam Mengikuti Sistem Pembelajaran Blok. *Saintek*. 1(1): 44–60.
- UNICEF Indonesia. 2021. *Dampak COVID-19 terhadap rendahnya kesehatan mental anak-anak dan pemuda hanyalah 'puncak gunung es'*, *unicef.org/indonesia*. URL: <https://www.unicef.org/indonesia/id/press-releases/dampak-covid-19-terhadap-rendahnya-kesehatan-mental-anak-anak-dan-pemuda-hanyalah>. Diakses tanggal 13 Februari 2022.

Lampiran

Lampiran 1. Biodata Ketua dan Anggota

Ketua

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap	Windi Setya Oktavianti
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Program Studi	Sains Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat
4	NIM	I34190051
5	Tempat dan Tanggal Lahir	Tuban, 10 Oktober 2001
6	Alamat E-mail	windisetyaokwindi@apps.ipb.ac.id
7	Nomor Telepon/HP	085895230441

B. Kegiatan Kemahasiswaan Yang Sedang/Pernah Diikuti

No	Jenis Kegiatan	Status dalam Kegiatan	Waktu dan Tempat
1	Paguyuban Bidik Misi	Staff BMTD	Bogor, 2019-2020
2	Paguyuban Bidik Misi	Staff BMTD	Bogor, 2020-2021
3	Himasiera	Staff Journalistic	Bogor, 2020-2021
4	Himasiera	Staff Journalistic	Bogor, 2021-2022

C. Penghargaan Yang Pernah Diterima

No	Jenis Penghargaan	Pihak Pemberi Penghargaan	Tahun
1	PKM RSH Didanai	Ditjen Diktiristek-Kemendikbud	2021
2			

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata

dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi. Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan **PKM-AI**.

Bogor, 16 Maret 2022

Ketua Tim



(Windi Setya Oktavianti)

Anggota 1

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap	Maya Sofiyanti
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Program Studi	Manajemen
4	NIM	H24190028
5	Tempat dan tanggal lahir	Tuban, 3 April 2001
6	Email	sofiyanti341maya@apps.ipb.ac.id
7	Nomor telepon/HP	085337729368

B. Kegiatan Kemahasiswaan yang sedang/pernah diikuti

No.	Jenis Kegiatan	Status dalam Kegiatan	Waktu dan Tempat
1	The Doctor Ormawa PPKU	Staff Wirausaha Muda	2019/2020, IPB secara daring
2	DPM FEM IPB	Staff Komisi Pengawasan	2020/2021, IPB secara daring
3	IPB Finance Club	Staff Public Relation	2020/2021, IPB secara daring
4	IPB Marketing Club	Ketua Divisi Public Relation	2022-Sekarang, IPB secara daring

C. Penghargaan yang Pernah Diterima

No	Jenis Penghargaan	Pihak Pemberi Penghargaan	Tahun
1	Juara 3 Voli Putri	Passion PPKU IPB	2019
2	PKM-K Didanai	Kemendikbud Ristek	2021
3	PKM-R Didanai	Kemendikbud Ristek	2021

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan PKM-AI.

Tuban, 16 Maret 2022
Anggota



(Maya Sofiyanti)

Anggota 2

Biodata Anggota

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap	Anneke Triya Galuh Parameswari
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Program Studi	Teknik Industri Pertanian
4	NIM	F34190007
5	Tempat dan Tanggal Lahir	Tuban, 02 Mei 2001
6	Alamat E-mail	anneketriya@apps. ipb.ac.id
7	Nomor Telepon/HP	08990202209

B. Kegiatan Kemahasiswaan Yang Sedang/Pernah Diikuti

No	Jenis Kegiatan	Status dalam Kegiatan	Waktu dan Tempat
1	Summer Course	Peserta	5 Oktober-14 November 2020, Tuban Jawa Timur
2	Festival of Agroindustry	Peserta	7 November 2020, Tuban Jawa Timur
3	PKM RSH	Anggota	Februari-Oktober 2021, Tuban Jawa Timur
4	PKM RE	Anggota	Februari-Mei 2021, Tuban Jawa Timur

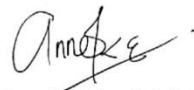
C. Penghargaan Yang Pernah Diterima

No	Jenis Penghargaan	Pihak Pemberi Penghargaan	Tahun
1			
2			

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi. Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan **PKM-AI**.

Tuban, 24 Maret 2022

Anggota Tim



(Anneke Triya Galuh Parameswari)

Anggota 3

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap	Nur Risa Meilani
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Program Studi	Kimia
4	NIM	G44190027
5	Tempat dan Tanggal Lahir	Tuban, 8 Mei 2001
6	Alamat E-mail	nurrisamrisa@apps.ipb.ac.id
7	Nomor Telepon/HP	08884073896

B. Kegiatan Kemahasiswaan Yang Sedang/Pernah Diikuti

No	Jenis Kegiatan	Status dalam Kegiatan	Waktu dan Tempat
1	Paguyuban Bidik Misi	Staff Kesmah	Bogor, 2019-2020
2	Paguyuban Bidik Misi	Staff Kesmah	Bogor, 2020-2021
3	Imasika	Staff Adkesmah	Bogor, 2020-2021
4	Imasika	Staff Adkesmah	Bogor, 2021-2022

C. Penghargaan Yang Pernah Diterima

No	Jenis Penghargaan	Pihak Pemberi Penghargaan	Tahun
1	PKM RSH Didanai	Ditjen Diktiristek-Kemendikbud	2021
2			

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan **PKM-AI**.

Bogor, 16 Maret 2022

Anggota Tim

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Nur Risa Meilani', written over a horizontal line.

(Nur Risa Meilani)

Lampiran 2. Biodata Dosen Pendamping

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Dr. Ratri Virianita, S.Sos, M.Si
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Program Studi	Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat
4	NIP/NIDN	197006172005012001/0017067004
5	Tempat dan Tanggal Lahir	Bogor, 17 Juni 1970
6	Alamat E-mail	ratru_v@apps.ipb.ac.id
7	Nomor Telepon/HP	0251-8621407/08125824267

B. Riwayat Pendidikan

No	Jenjang	Bidang Ilmu	Institusi	Tahun Lulus
1	Sarjana (S1)	Ilmu Sosiatri	Universitas Gadjah Mada	1995
2	Magister (S2)	Ilmu Psikologi Kekhususan Sosial	Universitas Indonesia	2003
3	Doktor (S3)	Ilmu Psikologi	Universitas Indonesia	2015

C. Rekam Jejak Tri Dharma PT

Pendidikan/Pengajaran

No	Nama Mata Kuliah	Wajib/Pilihan	sks
1	Kuliah dan Praktikum Pengantar Komunikasi	Wajib	3
2	Praktikum Dasar-dasar Komunikasi	Wajib	2
3	Praktikum Psikologi Masyarakat Petani	Wajib	2
4	Kuliah Sosiologi Umum	Wajib	3
5	Kuliah Kerja Nyata	Wajib	3
6	Studi Pustaka	Wajib	3
7	Kolokium	Wajib	1
8	Kuliah dan Praktikum Berpikir dan Menulis Ilmiah	Wajib	3
9	Kuliah dan Praktikum Metodologi Penelitian Sosial	Wajib	3
10	Kuliah dan Praktikum Antropologi Sosial	Wajib	3
11	Kuliah dan Praktikum Psikologi sosial	Wajib	3
12	Kuliah dan Praktikum Gender dan Pembangunan	Wajib	3
13	Kuliah Kerja Bersama Masyarakat	Wajib	3
14	Kuliah dan Praktikum Masyarakat	Wajib	3
15	Kuliah Sosiologi	Wajib	2

16	Kuliah Kerja Nyata Tematik	Wajib	4
17	Kuliah Psikologi komunikasi	Wajib	3

Penelitian

No	Judul Penelitian	Penyandang Dana	Tahun
1	Ujicoba Indikator Pemantauan <i>CEDAW</i> (<i>Conferences on Eliminating Discrimination Against Women</i>) kerjasama PSW- PSP3 LPPM IPB dengan <i>CWGI</i> (<i>CEDAW Working Group Initiatives</i>)	Yayasan Kalyanamitra, Jakarta	2009
2	Profil Gender Kota Bogor 2009	Badan Pemberdayaan Masyarakat dan Keluarga Berencana (BPMKB) Kota Bogor	2009
3	Profil Gender dan Anak Kota Bogor 2010	Badan Pemberdayaan Masyarakat dan Keluarga Berencana (BPMKB) Kota Bogor	2010
4	Pemetaan Perkembangan Posdaya untuk Meningkatkan Kualitas Program	Dikti	2013
5	Respons Masyarakat terhadap Forum Pemberdayaan Masyarakat dengan Model Posdaya	Dikti	2013
6	Model Sinergitas Pemberdayaan Masyarakat Melalui Posdaya	Dikti	2013
7	“Parenting Class Mobile” sebagai Solusi Pencegahan Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) dan Trafficking di Tingkat Desa	Ristekdikti	2015
8	Resiliensi Komunitas pada Kondisi Rawan Pangan di Pedesaan Jawa Barat	Ristekdikti	2016
9	Peningkatan Kapasitas Kelembagaan Penyuluhan Pertanian sebagai Strategi Pengarusutamaan Pertanian dalam Perspektif Sustainable Development Goals	Ristekdikti	2017
10	Stakeholder Mapping pada Program Pemberdayaan Masyarakat JOB PertaminaMEDCO E&P Simenggari	MEDCO Energy	2019
11	Evaluasi Pelatihan Wirausaha Baru Kabupaten Bogor	Kabupaten Bogor	2019

12	Evaluasi Program Sarana Air Bersih Daerah Tertinggal	Kementerian Desa	2019
Pengabdian kepada Masyarakat			
No	Judul Pengabdian kepada Masyarakat	Penyanggah Dana	Tahun
1	Pembekalan Kuliah Kerja Profesi Faperta IPB Tahun Ajaran 2005/2006		2006
2	Sebagai Juri <i>Scientific Paper Competition</i> dalam <i>ILAS Olympic 2008</i>		2008
3	Fasilitasi Pelatihan Metodologi Studi Gender PSW PSP3 LPPM IPB		2009
4	Sebagai Juri dalam Pemilihan Duta FEMA 2009		2009
5	Fasilitasi Semiloka Pemberdayaan Perempuan Berbasis Data Terpilah PSW PSP3 LPPM IPB		2010
6	IbM Posdaya (Pos Pemberdayaan Keluarga) Mitra Tani di Desa Cikarawang Kecamatan Dramaga Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat	Penerapan IPTEKS Dikti	2010
7	<i>Social Reporter dalam 3rd SATNET Policy Dialogue on the Role of Technology Transfer in Agriculture for Sustainable Development Outcomes</i>		2015
8	IbM Kelompok Wirausaha Wanita Berbasis Sumberdaya Lokal di Kelurahan Loji Kota Bogor dan Desa Darmaga, Kabupaten	Penerapan IPTEKS Dikti	2015
9	Supervisi dalam Pendampingan Assessment Desa Broadband	PSP3	2017
10	Pelatihan PEKERTI bagi Dosen Muda	P2SDM bekerjasama dengan UBP Karawang, Jawa Barat	2018
11	Pelayanan Mobil Curhat	Dinas Kesehatan Kota Bogor	2018
12	Pelayanan Kesehatan Balita	Puskesmas Kec. Bogor Barat	2018
13	Pelayanan Kegiatan PKK RT 01 RW 09 Kel. Curug Mekar Kec. Bogor Barat	RT 01, RW 09 Kel. Curug Mekar Kec. Bogor Barat	2018
14	Workshop Penyuluhan Pertanian dan Pembangunan Berkelanjutan	PIPT 2017	2018
15	Pelatihan Pembuatan Ekobrik di Desa Pakutandang, Kecamatan Ciparay,	LPPM IPB	2018

	Kabupaten Bandung		
16	Memberikan Materi Perkembangan dan Pembelajaran Orang Dewasa dalam Pelatihan PEKERTI	P2SDM IPB – Universitas Buana Perjuangan Karawang	2018
17	Menumbuhkan Motivasi Wirausaha pada Rumah tangga Nelayan melalui Pelatihan dan Pendampingan Kelompok	LPPM IPB	2019
18	Pelayanan Pos Layanan Terpadu Rajawali RW 09 Kel. Curugmekar Kec. Bogor Barat	Puskesmas Kec. Bogor Barat	2019
19	Pelayanan Kegiatan PKK RT 01 RW 09 Kel. Curug Mekar Kec. Bogor Barat	RT 01, RW 09 Kel. Curug	2019
20	Pelayanan Pos Layanan Terpadu Rajawali RW 09 Kel. Curugmekar Kec. Bogor Barat	Puskesmas Kec. Bogor Barat	2020
21	Pelayanan Kegiatan PKK RT 01 RW 09 Kel. Curug Mekar Kec. Bogor Barat	RT 01, RW 09 Kel. Curug Mekar Kec. Bogor Barat	2020

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi. Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan PKM-AI

Bogor, 08 Maret 2022

Dosen Pembimbing



Dr. Ratri Virianita, S.Sos, M.Si

NIP 197006172005012001

Lampiran 3. Kontribusi ketua, anggota, dan dosen pendamping

No	Nama	Posisi Penulis	Bidang Ilmu	Kontribusi
1	Windi Setya Oktavianti	Penulis pertama	Sains Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat	Melakukan koordinasi, pengumpulan data Pustaka, melakukan penelitian, menyiapkan draft manuskrip dan menyusun artikel
2	Maya Sofiyanti	Penulis kedua	Manajemen	mempersiapkan perlengkapan dan peralatan, pengambilan suara, melakukan penelitian, menyusun artikel
3	Anneke Triya Galuh Parameswari	Penulis ketiga	Teknologi Industri Pertanian	Melakukan penelitian, mengambil data lapang dan koordinasi dengan responden, menyusun artikel
4	Nur Risa Meilani	Penulis keempat	Kimia	Melakukan penelitian, melakukan analisis dan olah data, menyusun artikel
5	Ratri Virianita	Penulis kelima	Sains dan Komunikasi Pengembangan Masyarakat	Pengarah dan desain kegiatan serta penyelaras akhir

				manuskrip
--	--	--	--	-----------

Lampiran 4. Surat Pernyataan Ketua Pelaksana

SURAT PERNYATAAN KETUA TIM PELAKSANA

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama Ketua Tim : Windi Setya Oktavianti
Nomor Induk Mahasiswa : I34190051
Program Studi : Sains Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat
Nama Dosen Pendamping : Dr. Ratri Virianita S.Sos., M.Si
Perguruan Tinggi : Institut Pertanian Bogor

Dengan ini menyatakan bahwa PKM-AI. saya dengan judul Pengaruh Terapi Wisata Batik Gedog Terhadap Tingkat Stres Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19 yang diusulkan untuk tahun anggaran 2022 adalah asli karya kami dan belum pernah dibiayai oleh lembaga atau sumber dana lain.

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku dan mengembalikan seluruh biaya yang sudah diterima ke kas negara.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan dengan sebenarnya.

Bogor, 16 Maret 2022

Yang menyatakan,



(Windi Setya Oktavianti)

NIM. I34190051

Lampiran 5. Pernyataan Sumber Tulisan

SURAT PERNYATAAN SUMBER TULISAN PKM-AI

Saya yang menandatangani Surat Pernyataan ini:
Nama Ketua Tim : Windi Setya Oktavianti
Nomor Induk Mahasiswa : I34190051
Program Studi : Sains Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat
Nama Dosen Pendamping : Dr. Ratri Virianita S.Sos., M.Si
Perguruan Tinggi : Institut Pertanian Bogor

1. Menyatakan bahwa PKM-AI yang saya tuliskan bersama anggota tim lainnya benar bersumber dari kegiatan yang telah dilakukan:
 - a. Sumber tulisan dari hasil kegiatan yang telah dilakukan berkelompok oleh tim penulis, yaitu: Windi Setya Oktavianti, Maya Sofiyanti, Anneke Triya Galuh Parameswari, Nur Risa Meilani, dan Ratri Virianita
 - b. Topik Kegiatan: kesehatan mental
 - c. Tahun dan Tempat Pelaksanaan: 2021 dan Tuban
2. Naskah ini belum pernah diterbitkan/dipublikasikan dalam bentuk prosiding maupun jurnal sebelumnya dan diikutkan dalam kompetisi (termasuk PIMNAS tahun sebelumnya).
3. Kami menyatakan kesediaan artikel ilmiah ini dipublish di e-Journal Direktorat Belmawa Kemendikbud-Ristek.

Demikian Surat Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran tanpa paksaan pihak manapun juga untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bogor, 16 Maret 2022

Yang menyatakan,



(Windi Setya Oktavianti)

NIM. I34190051