

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Konsep Kecemasan**

##### **1. Pengertian Kecemasan**

Kecemasan merupakan reaksi alami yang muncul dalam diri seseorang ketika menghadapi situasi yang dianggap mengancam atau berbahaya. Kondisi ini biasanya ditandai dengan berbagai gejala yang menimbulkan ketidaknyamanan, antara lain rasa tertekan, ketegangan, kegelisahan, bahkan kepanikan terhadap kemungkinan terjadinya peristiwa buruk yang terasa tidak terhindarkan, baik yang secara nyata berkaitan dengan rangsangan eksternal maupun yang hanya muncul dalam pikiran. Kecemasan dapat dimaknai sebagai suatu keadaan kebingungan disertai kekhawatiran terhadap hal-hal yang belum jelas kepastiannya, yang menimbulkan perasaan tidak menentu serta perasaan seolah-olah kehilangan kendali atas diri sendiri.(Amir, 2016).

Fenomena kecemasan tidak hanya dialami oleh orang dewasa, tetapi juga sering terjadi pada anak-anak. Pada anak, tingkat keparahan kecemasan umumnya lebih tinggi dibandingkan orang dewasa, sehingga hal ini menjadi salah satu kendala bagi dokter gigi ketika akan melakukan prosedur perawatan. Rasa cemas yang timbul seringkali berawal dari minimnya informasi atau adanya pemahaman keliru mengenai tindakan medis tertentu. Kondisi ini mendorong munculnya keyakinan bahwa

prosedur tersebut berbahaya dan dapat menimbulkan akibat buruk. Oleh karena itu, kecemasan yang terjadi dapat diminimalkan apabila terdapat komunikasi yang efektif, jelas, dan terbuka antara petugas kesehatan dengan pasien maupun pendampingnya.(Amir, 2016). Kecemasan yang dialami anak-anak menjadi masalah yang berdampak luas, karena bukan hanya mengakibatkan anak menunda atau bahkan menghindari perawatan kesehatan gigi, melainkan juga turut memengaruhi kinerja dokter gigi serta tenaga kesehatan gigi lainnya. Situasi ini dapat memperpanjang waktu perawatan, meningkatkan risiko komplikasi gigi yang tidak segera ditangani, dan menciptakan pengalaman negatif bagi anak yang berpotensi bertahan hingga dewasa.(Jumriani dkk., 2023).

## **2. Faktor-faktor yang mempengaruhi rasa cemas pada anak**

1. Anak-anak yang berada pada rentang usia lebih muda umumnya memiliki tingkat imajinasi yang sangat tinggi. Hal ini membuat mereka cenderung membayangkan berbagai hal yang menyeramkan atau menakutkan berkaitan dengan prosedur medis yang akan dijalani. Selain itu, anak-anak pada kelompok usia ini juga belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai durasi pemeriksaan, sehingga mereka tidak mampu memperkirakan kapan proses tersebut akan berakhir. Akibatnya, anak-anak usia dini menjadi lebih rentan merasakan kecemasan yang intens ketika harus menjalani tindakan medis, termasuk perawatan gigi.

Berbeda dengan anak-anak yang usianya lebih tua, tingkat kecemasan yang ditunjukkan biasanya lebih rendah. Hal ini disebabkan oleh kemampuan kognitif yang sudah lebih berkembang, sehingga mereka mulai memahami tujuan dan proses tindakan medis, meskipun pengetahuan tersebut masih bersifat terbatas. Selain itu, anak-anak yang lebih besar sudah memiliki kemampuan untuk mengekspresikan perasaan mereka dengan lebih jelas dan mulai dapat mengendalikan emosi maupun reaksi yang muncul saat menghadapi situasi yang menegangkan..(Rahmadiani dkk., 2024)

2. Pola asuh yang diterapkan dalam keluarga memegang peranan penting dalam memengaruhi proses tumbuh kembang seorang anak, baik dari aspek fisik, emosional, maupun sosial. Apabila pola asuh dilaksanakan secara tepat dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak, maka hal tersebut akan memberikan pengaruh positif terhadap pembentukan kepribadian dan perilaku anak dalam jangka panjang. Sebaliknya, pola asuh yang kurang sesuai dapat menimbulkan dampak negatif yang berpengaruh pada perkembangan mental dan emosionalnya. Oleh sebab itu, penting bagi setiap orang tua, serta pasangan yang tengah mempersiapkan pernikahan, untuk memahami berbagai konsep pola asuh yang efektif. Pengetahuan ini diperlukan agar mereka dapat menyadari konsekuensi atau dampak yang mungkin timbul dari penerapan pola asuh tertentu terhadap anak-anak mereka.(Utari, 2023).

3. Penelitian yang dilakukan oleh Mardelita (2018) mengungkapkan bahwa dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan yang dialami anak. Hal ini terjadi karena ada kecenderungan sebagian orang tua memberikan gambaran yang menakutkan atau informasi yang tidak tepat mengenai prosedur tindakan medis. Akibatnya, anak-anak mulai meragukan keamanan layanan kesehatan dan merasa ragu untuk mendatangi fasilitas kesehatan yang seharusnya dapat membantu mereka. Kondisi tersebut secara tidak langsung memicu munculnya kecemasan yang berlebihan, di mana anak mulai membayangkan kemungkinan bahwa semua hal yang dikatakan oleh anggota keluarganya benar adanya. Pemikiran ini kemudian berkembang menjadi ketakutan yang kuat untuk menerima perawatan di fasilitas kesehatan, termasuk layanan kesehatan gigi.
4. Pendidikan Orang Tua dengan pendidikan terakhir yang lebih tinggi menunjukkan perhatian yang lebih tinggi terhadap kesehatan anak termasuk kesehatan gigi dan mulut pada anak, sehingga waktu kunjungan ke dokter gigi baik itu untuk pemeriksaan rutin ataupun perawatan lebih banyak sehingga anak menjadi terbiasa, dari orang tua dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah. (Lesmana dkk., 2023).
5. Kurangnya pengetahuan tentang edukasi kesehatan gigi sehingga menyebabkan anak tidak terbiasa dengan sesuatu yang menyangkut kesehatan apalagi kesehatan gigi sehingga ketika berbicara tentang

cabut gigi maka dalam pandangan mereka akan menyebabkan kebutaan pada mata dan itu berbahaya sehingga anak menjadi takut ketika berbicara tentang kesehatan gigi apalagi ke fasilitas kesehatan gigi.(Rahmadiani dkk., 2024).

## **B. Penggunaan Audiovisual**

### **1. Pengertian Audiovisual**

Audiovisual merupakan suatu media perantara yang pemanfaatannya melibatkan indera penglihatan dan pendengaran secara bersamaan. Melalui kombinasi rangsangan visual dan audio, media ini mampu menciptakan kondisi pembelajaran yang kondusif, sehingga peserta didik dapat lebih mudah memperoleh pengetahuan, mengembangkan keterampilan, maupun membentuk sikap yang berguna dalam mendukung pencapaian tujuan pembelajaran secara optimal.(Taufik & Wardatul jannah, 2024)

Menurut pendapat (Agata, 2013) terdapat lima elemen penting pada media audiovisual yang turut memengaruhi tingkat ketertarikan seseorang, khususnya anak-anak, terhadap konten video animasi

#### **1. Karakter**

Karakter yang ditampilkan dalam audiovisual, misalnya boneka atau figur yang menyerupai manusia, memiliki peran penting dalam membangun keterhubungan emosional dengan penonton. Ketika anak-anak menyaksikan karakter manusia secara langsung

dalam tayangan tersebut, mereka terdorong untuk meniru perilaku positif, mengeksplorasi makna cerita, serta menjadikan karakter itu sebagai teladan yang membantu membentuk sikap dan persepsi mereka dalam menghadapi rasa takut.

## 2. Warna

Penggunaan warna-warna yang bersifat menenangkan, seperti biru, hijau, dan ungu, dapat menciptakan kesan damai, elegan, serta nyaman. Warna-warna ini berfungsi untuk membantu anak-anak merasa lebih rileks dan tidak terancam, karena lingkungan visual yang tercipta melalui warna-warna lembut pada tayangan dapat dikendalikan sedemikian rupa agar mendukung suasana aman bagi anak.

## 3. Suara

Elemen suara dalam audiovisual harus menggunakan nada yang lembut dan menenangkan agar dapat meningkatkan rasa aman pada diri anak. Suara juga berfungsi sebagai elemen pendukung suasana hati, sehingga pesan dan dialog penting yang disampaikan melalui tayangan dapat diterima dengan lebih baik. Efek suara tertentu yang bersifat positif dan menenangkan juga akan membantu anak memahami isi cerita secara lebih mendalam.

## 4. Musik

Musik yang digunakan dalam tayangan audiovisual sebaiknya sesuai dengan tema video yang ditampilkan. Penggunaan musik

yang menyeramkan, seperti genre horor, tidak dianjurkan karena dapat memunculkan kecemasan. Sebaliknya, musik yang menyenangkan dan harmonis mampu menghadirkan atmosfer yang positif, membantu anak mengingat momen penting dalam cerita, serta mempengaruhi suasana hati menjadi lebih tenang dan ceria.

## 5. Narasi

Narasi berfungsi menggugah emosi penonton dan menciptakan ikatan emosional antara audiens dengan karakter atau situasi dalam tayangan. Narasi yang baik dapat menyampaikan informasi dan konsep secara jelas dan terstruktur tanpa mengganggu aspek visual, serta memotivasi anak-anak untuk merespons atau mengubah cara pandang mereka terhadap pengalaman yang menakutkan.

Anak-anak pada umumnya memiliki ketertarikan tinggi terhadap unsur-unsur seperti gambar visual, warna, musik, suara karakter, dan alur cerita dalam film kartun animasi. Dalam konteks pembelajaran anak prasekolah, unsur grafis menjadi komponen yang paling dominan, karena perhatian mereka terhadap elemen lisan dan audio hanya sekitar 2%, sementara 98% sisanya terfokus pada aspek visual statis (Agata, 2013)

## **2. Manfaat Audiovisual dalam mengurangi rasa cemas pada anak**

### 1. Mengalihkan Perhatian

Audiovisual berperan dalam mengarahkan fokus perhatian anak kepada rangsangan yang lebih menyenangkan, sehingga pikiran

mereka dapat teralihkan dari hal-hal yang menjadi sumber ketakutan. Penerapan terapi audiovisual umumnya diberikan kepada anak-anak yang mengalami kondisi stres, kecemasan, maupun ketakutan berlebihan. Metode ini terbukti menjadi salah satu pendekatan yang efektif dalam membantu mengalihkan perhatian anak dari objek atau situasi yang dapat memicu munculnya perasaan cemas, stres, dan takut, sehingga anak menjadi lebih tenang dan kooperatif (Novitasari dkk., 2021) .

Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa salah satu metode yang dapat diterapkan dalam upaya mengendalikan kecemasan adalah penggunaan teknik distraksi audiovisual, yang bertujuan untuk mengalihkan fokus perhatian anak. (Tamsuri, 2007, dalam Agustina, 2015). Melalui metode ini, perhatian anak dialihkan pada tayangan film kartun yang sesuai dengan minat dan kesukaannya. Ketertarikan anak terhadap tontonan tersebut membuat mereka berhenti memikirkan tindakan medis yang sedang atau akan dilakukan oleh tenaga kesehatan. Akibatnya, anak menjadi lebih rileks, merasa nyaman, dan tingkat kecemasannya pun dapat berkurang secara signifikan.(Fatmawati dkk., 2019)

## 2. Menciptakan Imajinasi Positif

Menurut pendapat Walter Fisher, penggunaan audiovisual memiliki kemampuan untuk menciptakan pengalaman yang positif melalui kekuatan narasi yang mampu menjalin hubungan erat antara

emosi dan nilai-nilai yang dimiliki penonton. Dengan memanfaatkan unsur visual dan audio secara optimal, media ini dapat menggali lebih dalam dimensi pengalaman manusia, sehingga pesan yang disampaikan menjadi lebih bermakna, mendalam, dan memberikan pengaruh yang kuat. Pendekatan ini juga berkontribusi dalam membangun rasa empati penonton terhadap cerita atau karakter yang ditampilkan. Akhirnya, tercipta ikatan emosional yang kokoh antara narasi dan audiens, yang bukan hanya dapat mengubah cara pandang, tetapi juga mampu memengaruhi sikap serta perilaku mereka (Assilah, 2023).

### 3. Mendorong Relaksasi

Audiovisual yang disusun secara khusus memiliki potensi untuk menstimulasi respons relaksasi dalam tubuh, misalnya menurunkan frekuensi denyut jantung serta membantu pernapasan menjadi lebih tenang dan teratur. Pendekatan melalui media kartun animasi dinilai sangat efektif, sebab tayangan ini bersifat menghibur dan sangat diminati oleh anak-anak. Ketertarikan tersebut membuat anak lebih mudah terfokus pada tontonan, sehingga proses intervensi penyembuhan tidak terganggu. Selain itu, metode ini membantu anak mencapai kondisi yang lebih rileks dan merasa lebih santai dibandingkan sebelumnya. (Afrilliyani & Sahronih, 2022)

#### 4. Memudahkan Pemahaman

Visualisasi berperan penting dalam membantu anak memahami berbagai konsep yang bersifat abstrak atau situasi yang kompleks, yang sering kali sulit dijelaskan hanya melalui penjelasan lisan. Dalam konteks pendidikan, Richard E. Mayer memperkenalkan teori kognitif multimedia, yang menekankan bahwa pemahaman dapat meningkat secara signifikan ketika materi pembelajaran disajikan dengan memadukan elemen teks dan gambar secara bersamaan. Pendekatan ini memungkinkan informasi yang terkandung dalam tayangan video dapat diterima dan dimaknai dengan lebih mudah oleh anak, sehingga pesan yang ingin disampaikan menjadi lebih jelas dan mudah dipahami. (Mayer, 2024)

#### C. Karangka Konsep

