

LAMPIRAN

Lampiran 1 : *informed consent*

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN (INFORMED CONSENT)

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Erna
Umur : 34 Tahun
Jenis : perempuan
Kelamin :
Alamat : Talang harapan cager 001/009 kotabumi adik lampung

Menyatakan bersedia menjadi responden studi kasus

Nama : Elan Sena
Peneliti
Nim : 2214471012
Institusi : Poltekkes kemenkes Tanjungkarang prodi D-III Keperawatan
Kotabumi
Judul : Penerapan *Brain Gym* Pada Anak Usia Sekolah Dengan
Masalah Kecemasan Akibat Hospitalisasi Di Rumah Sakit
Umum Handayani Kotabumi Lampung Utara

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa adanya paksaan atau ancaman apapun.

Mengetahui Penelitian

Kotabumi, 18 Maret 2025

Menyetujui

Responden Wali Responden

()
Elan Sena

()
Erna

Lampiran 2 : Implementasi dan evaluasi

No	Tanggal	Implementasi	Evaluasi
1.	18 Maret 2025	Pukul 08.00 1. Mengidentifikasi pilihan teknik distraksi sesuai dengan usia anak dengan cara terapi <i>brain gym</i> 2. Menjelaskan manfaat dari jenis distraksi terapi <i>brain gym</i> bagi kecemasan anak 3. Memberikan terapi <i>brain gym</i> dengan gerakan <i>cross crawl</i>, <i>hook ups</i>, <i>brain buttons</i>, <i>lazy 8s</i> pada klien selama 15 menit. 4. Mengobservasi kegiatan terapi <i>brain gym</i> yang di lakukan 5. Mengukur tingkat kecemasan anak dengan DASS sebelum dan sesudah terapi <i>brain gym</i>	Pukul : 15.00 S: 1. Ibu klien mengerti tentang apa itu teknik distraksi. 2. Ibu klien mengatakan bahwa anaknya terlihat takut akan kedatangan perawat yang akan memeriksanya 3. Ibu klien mengatakan bahwa anaknya pertama kali di rawat O: 1. Klien tampak gelisah dan tegang saat dilakukan pemeriksaan 2. Saat disapa klien tampak takut dan menegangi tangan ibunya 3. Klien masih belum dapat didekati oleh penulis 4. Klien melakukan terapi <i>brain gym</i> selama 5 menit 5. Hasil skor DASS 19 sebelum terapi, dan 18 setelah di lakukan terapi <i>brain gym</i> A: Masalah ansietas belum teratasi P: Lanjutkan intervensi Paraf Elan
2.	19 Maret 2025	Pukul : 13.00 1. Melanjutkan teknik distraksi <i>brain gym</i> 2. Mengobservasi kegiatan terapi <i>brain gym</i> yang dilakukan klien 3. Memberikan kegiatan <i>brain gym</i> pada dengan gerakan <i>cross crawl</i>, <i>hook ups</i>, <i>brain buttons</i>, <i>lazy 8s</i> klien selama 15 menit 4. Mengukur tingkat kecemasan	Pukul : 15.00 S: 1. Ibu klien mengatakan bahwa anaknya sudah tidak merasa cemas berlebihan pada saat bertemu dengan petugas O: 1. An. H sudah terlihat tidak takut saat terapi <i>brain gym</i> diajak walaupun masih

		anak dengan DASS sebelum dan sesudah terapi <i>brain gym</i>	ditemani ibunya 2. saat disapa klien sudah mau menjawab 3. klien melakukan <i>brain gym</i> selama 10 menit 4. Hasil skor DASS 18 sebelum terapi dan 15 setelah dilakukan terapi <i>brain gym</i> A: masalah teratasi sebagian P: lanjutkan intervensi terapi <i>brain gym</i> Paraf Elan
3.	20 Maret 2025	Pukul 13.00 1. Melanjutkan teknik distraksi <i>brain gym</i> 2. Memantau perubahan ekspresi klien selama terapi 3. Memberikan kegiatan <i>brain gym</i> pada dengan gerakan <i>cross crawl, hook ups, brain buttons, lazy 8s</i> klien selama 15 menit 4. Mengukur tingkat kecemasan anak dengan DASS sebelum dan sesudah terapi <i>brain gym</i>	Pukul 15.00 S : 1. ibu klien mengatakan bahwa anaknya sudah tidak cemas pada saat bertemu perawat O: 1. An. H sudah terlihat tidak takut saat melakukan kegiatan terapi <i>brain gym</i> 2. Klien sudah mulai tersenyum saat melakukan <i>brain gym</i> 3. klien melakukan terapi <i>brain gym</i> selama 15 menit 4. Hasil skor DASS 15 sebelum dilakukan terapi dan 12 setelah dilakukan terapi <i>brain gym</i> A : masalah teratasi sebagian P: intervensi di lanjutkan secara mandiri Paraf Elan

**Lampiran 3 : Hasil Evaluasi Kecemasan Sebelum dan Sesudah Dilakukan
Terapi *Brain Gym***

Hari	Jam	Tingkat Kecemasan	Hasil	
			Sebelum dilakukan terapi <i>brain gym</i>	Sesudah dilakukan terapi <i>brain gym</i>
Hari pertama 18 Maret 2025	08.00 WIB	Normal : 0-14 Ringan : 15-18 Sedang : 19-25 Parah : 26-33 Sangat parah : >34	Skor 19	Skor 18
Hari kedua 19 Maret 2025	13.00 WIB	Normal : 0-14 Ringan : 15-18 Sedang : 19-25 Parah : 26-33 Sangat parah : >34	Skor 18	Skor 15
Hari ketiga 20 Maret 2025	13.00 WIB	Normal : 0-14 Ringan : 15-18 Sedang : 19-25 Parah : 26-33 Sangat parah : >34	Skor 15	Skor 12

Lampiran 4 : Instrumen Studi Kasus

No	Aspek Penilaian	0	1	2	3
1.	Menjadi marah karena hal-hal kecil/sepele				
2.	Cenderung bereaksi berlebihan pada situasi				
3.	Kesulitan untuk relaksasi/bersantai				
4.	Mudah merasa kesal				
5.	Merasa banyak menghabiskan energy karena cemas				
6.	Tidak sabaran				
7.	Mudah tersinggung				
8.	Sulit untuk beristirahat				
9.	Mudah marah				
10.	Kesulitan untuk tenang setelah sesuatu yang mengganggu				
11.	Sulit mentoleransi gangguan-gangguan terhadap hal yang sedang dilakukan				
12.	Berada pada keadaan tegang				
13.	Tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi anda untuk menyelesaikan hal yang sedang anda lakukan				
14.	Mudah gelisah				
15.	Ketakutan				

Lampiran 5 : SOP

No	Komponen kerja	Gambar
1	ALAT DAN BAHAN	
	6) Musik, bisa melalui berbagai media seperti radio/tape atau VCD. 7) Speaker 8) LCD multi media untuk membantu menampilkan gambar 9) Kursi, sebagai media tambahan untuk memfasilitasi beberapa gerakan senam. 10) Air mineral, untuk dikonsumsi dan dapat menstabilkan cairan tubuh.	
2	TAHAP PRA-INTERAKSI	
	4) Menyiapkan diri secara fisik dan psikologis (tidak ada konflik internal yang dapat mempengaruhi proses terapi) 5) Menyiapkan lingkungan yang tenang, nyaman, dan aman 6) Mengatur kursi antara pasien, diberi jarak agar tidak saling bersentuhan	
3	TAHAP ORIENTASI	
	6) Menyapa pasien sesuai kultur/sosial budaya setempat 7) Memperkenalkan diri 8) Melakukan kontrak topik, waktu, dan pertemuan 9) Menanyakan keluhan klien saat ini 10) Menjelaskan maksud dan tujuan pertemuan	
4	TAHAP KERJA	
	m. Gerakan Cross Crawl (silang) 3) Angkat kaki kanan ke depan sambil mengarahkan kedua tangan ke samping kanan, 4) Kemudian lakukan Gerakan sebaliknya.	
	n. Gerakan lazy -8 4) Tangan kanan diluruskan ke depan sejajar mata, dengan posisi ibu jari ditegakkan 5) Mulai gerakan tangan seperti menggambar angka 8 tidur atau simbol "tak terhingga" 6) Gerakan tangan dapat dilakukan secara bergantian	

	o. Gerakan putaran leher (<i>neck roll</i>) 5) Tundukkan kepala dan ayunkan seperti bandul bergoyang 6) Gerakan kepala ke arah kanan dan kiri dengan sikap tubuh tegak	
	p. Gerakan burung hantu (<i>the owl</i>) 3) Berdiri dengan kedua kaki meregang 4) Letakkan telapak tangan kiri pada bahu kanan, sementara tangan kanan dibiarkan bebas. 7) Sambil menengok ke kiri dan ke kanan, telapak tangan kiri meremas-remas bahu, tarik nafas pada saat kepala menghadap lurus ke depan, lalu buang nafas ketika kepala menengok ke samping. 8) Ulangi untuk posisi tangan yang satunya. Lakukan latihan sebanyak 10 kali.	
	q. Gerakan mengaktifkan tangan (<i>Arm Activation</i>) 5) Luruskan satu tangan ke kanan, sementara lipat tangan kiri ke arah samping, telinga melewati belakang kepala 6) Buang nafas lalu gerakan tangan kedepan, belakang, dalam dan luar. 7) Sementara satu tangan lainnya menahan dorongan tersebut. 8) Lakukan berulang-ulang dengan tangan bergantian.	
	r. Gerakan luncuran gravitasi (<i>the Gravity Gider</i>) 5) Duduk di kursi yang rendah, posisikan kaki lurus sejajar lalu silangkan kaki. 6) Tundukkan badan ke depan dengan tangan lurus, seperti berusaha menyentuh ibu jari kaki 7) Lakukan dengan 8 hitungan. 8) Ganti posisi silangan kaki.	

	s. Gerakan saklar otak (<i>Brain Button</i>) 5) Letakan tangan kanan di bagian kiri tengah dada. 6) Pijat daerah tersebut 7) Sementara tangan lainnya menggosok daerah pusar. 8) Lakukan gerakan arah sebaliknya.	
	t. Gerakan tombol bumi (<i>Earth Buttons</i>) 4) Sentuhlah bagian dagu/bawah bibir dengan dua jari tangan kanan (telunjuk dan jari tengah) dengan agak sedikit menekannya. 5) Telapak tangan kiri diletakan sekitar 15 cm di bawah pusar. 6) Sentuhlah dalam 8 hitungan 30 detik, setelah itu lakukan pergantian tangan.	
	u. Gerakan tombol angkasa (<i>Space Buttons</i>) 5) Letakan dua jari tangan (telunjuk dan jari tengah) pada bibir di garis tengah depan 6) Tangan yang satu memegang garis tengah belakang pada tulang ekor atau lebih ke atas. 7) Tarik nafas. Tombol angkasa ini perlu disentuh setidaknya 30 detik. 8) Lakukan gerakan sebaliknya	
	v. Gerakan pasang telinga 4) Letakan tangan di telinga dengan jari jempol di belakang telinga 5) Pelan-pelan buka daun kuping keluar, dari atas kebawah 6) Lakukan sebanyak tiga kali atau lebih.	
	w. Gerakan penguapan berenergi (<i>The Energy Yawn</i>) 3) Taruh jari di rahang yang terasa tegang 4) Buat suara menguap lebar dan relaks, sambil memijat pelan untuk melepaskan ketegangan.	

	x. Gerakan Hooks Up (Kait Relaks) 4) Posisi duduk sambil menyilangkan pergelangan kaki kiri ke atas kaki kanan. 5) Letakan tangan di daerah dada. Silangkan pergelangan tangan kirinya ke atas tangan kanan, lalu menjalinkan jari-jari, menarik kedua tangan, 6) Sambi menutup mata, bernafas dalam dan relaks selama 1 menit	
5	TAHAP EVALUASI	
	4) Mengeksplorasi perasaan pasien setelah melakukan psikoterapi suportif 5) Memberikan kesempatan kepada pasien untuk memberikan umpan balik dilakukan setelah melakukan psikoterapi suportif 6) Melakukan kontrak : topic, waktu, dan tempat untuk kegiatan selanjutnya / Terminasi jangka panjang setelah melakukan psikoterapi suportif	
6	DOKUMENTASI TINDAKAN	
	5) Mencatat semua tindakan yang dilakukan dan respon klien selama tindakan dan kondisi setelah tindakan 6) Mencatat dengan jelas, mudah dibaca, ditandatangani disertai nama jelas 7) Tulisan yang salah tidak dihapus tetap dicoret dengan disertai paraf 8) Catatan dibuat dengan menggunakan ballpoint atau tinta	

Lampiran 6: Lembar Konsul Pembimbing 1

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING 1

Nama : ELAN SENA
 Nims : 2214471012
 Program Studi : DIII Keperawatan Kotabumi
 Judul KTI : Penerapan *Brain Gym* Pada Anak Usia Sekolah Dengan Masalah Kecemasan Akibat Hospitalisasi Di Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi Lampung Utara
 Pembimbing 1 : Zenni Puspitarini, S.Kep., Ners., M.Kep

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf
1.	13 Januari 2025	Bimbingan bersama membahas KTI	<i>[Signature]</i>
2.	10 Februari 2025	Bimbingan dan Aca Judul	<i>[Signature]</i>
3.	30 Maret 2025	Revisi BAB I - perbaikan latar belakang - Tambahkan gambaran di bangsal - penutupan kutipan (tabel)	<i>[Signature]</i>
4.	8 April 2025	Revisi BAB II dan III - konatkan penutupan kesimpulan - menambahkan konten evaluasi - memperbaiki definisi operasional - menambahkan sop	<i>[Signature]</i>
5.	14 April 2025	Revisi BAB IV - perbaikan gambaran lokasi studi kasus - perbaikan hasil pengisian - tambahan genogram - perbaikan hasil observasi - perbaikan tabel implementasi dan evaluasi - perbaikan pembahasan	<i>[Signature]</i>

6.	28 April 2015	- BAB I Acc - BAB II Acc - BAB III Acc - BAB IV Revisi - Runtir gambaran studi kasus - pengelompokan penelitian pasien kelolaan - evaluasi penerapan program I hari	A
7.	2 Mei 2015	- perbaikan Rupa' dalam bab I - BAB IV - Acc BAB IV	A
8.	19 Mei 2015	- Runtir Akutale - Lengkapi alayus - Coni menurut Penerimaan Rupa di bab IV implementasi - Acc BAB IV dan II - perbaikan dalam pertama	A
9.	22 Mei 2015	- Acc Ujian.	A

Lampiran 6 : Lembar Konsul Pembimbing 2

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING 2

Nama : ELAN SENA
 Nim : 2214471012
 Program Studi : DIII Keperawatan Kotabumi
 Judul KTI : Penerapan *Brain Gym* Pada Anak Usia Sekolah Dengan Masalah Kecemasan Akibat Hospitalisasi Di Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi Lampung Utara
 Pembimbing 1 : Ns. Deni Metri, S.Kep., M.Kes

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf
1.	12 Januari 2025	- Perbaikan Duduk dirapikan - Perbaiki BAB I - Perbaiki pengucapan huruf, tanda baca, huruf, koma	
2.	30 April 2025	- BAB I Ace - BAB II - Perbaiki Spasi - Perbaiki Aksen - Perbaiki tanda baca dan huruf kapital	
3.	2 Mei 2025	- BAB III perbaiki tabel Spasi dan Citat	
4.	2 Mei 2025	- BAB IV Ace - BAB IV Ace - BAB IV perbaiki dan selarasuan dengan tabel	
5.	9 Mei 2025	- Perbaiki penomoran BAB IV - Perbaiki huruf - Perbaiki huruf kapital	

6.	14 Mei 2015	- perbaiki penulisan Abstract - ACC BAB IV - Cek Pumber halaman - ACC BAB V	g
7.	20 Mei 2015	- perbaiki format basa - Cek kesesuaian Penulisan	h
8.	31 Mei 2015	- ACC LTM	g

Lampiran 7 : Foto-foto kegiatan studi kasus

