

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN *BRAIN GYM* PADA ANAK HOSPITALISASI
DENGAN GANGGUAN ANSIETAS DI UPTD RSUD
dr.M.THOMSEN NIAS



JERNIH ALWINAR TELAUMBANUA
P07520322015

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI
TAHUN 2025

**PENERAPAN *BRAIN GYM* PADA ANAK HOSPITALISASI
DENGAN GANGGUAN ANSIETAS DI UPTD RSUD
dr.M.THOMSEN NIAS**

Karya Tulis Ilmiah /Laporan Kasus
Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi
dan memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep)
pada Program Studi D-III Keperawatan Gunungsitoli Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



JERNIH ALWINAR TELAUMBANUA
P07520322015

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI
TAHUN 2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN *BRAIN GYM* PADA ANAK HOSPITALISASI
DENGAN GANGGUAN ANSIETAS DI UPTD RSUD
dr.M.THOMSEN NIAS**

Diusulkan Oleh:

JERNIH ALWINAR TELAUMBANUA
NIM. P07520322015

Telah Diterima dan Disetujui untuk Diuji dihadapan penguji
Gunungsitoli, 26 Juni 2025

Pembimbing Utama



Hadirat Candra Laoli, S.Kep.,Ns.,MKM
NIDK. 8904350022

Pembimbing Pendamping



Cipta Citra Karyani Gulo, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN. 3426048701

Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli
Kemenkes Poltekkes Medan,



Cipta Citra Karyani Gulo, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP.198704262015032004

LEMBAR PENGESAHAN

**PENERAPAN *BRAIN GYM* PADA ANAK HOSPITALISASI
DENGAN GANGGUAN ANSIETAS DI UPTD RSUD
dr.M.THOMSEN NIAS**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh




JERNIH ALWINAR TELAUMBANUA
NIM. P07520322015

Karya Tulis Ilmiah ini telah Diuji pada Seminar Hasil Karya Tulis Ilmiah
Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli Poltekkes Kemenkes Medan
Tahun 2025

Dewan Penguji :

1. **Ketua Penguji:**
Hadirat Candra Laoli, S.Kep.,Ners.,MKM
NIDK. 8904350022
2. **Penguji 1:**
Wahyu Ningsih Lase, S.Kep.,Ners.,M.Kep
NIDN. 3405029001
3. **Penguji 2:**
Evi Martalinda Harefa, SST. M. Kes
NIDN. 3419038401

Tanda Tangan

: 
: 
: 

Gunungsitoli, 26 Juni 2025

Mengetahui:

Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli
Kemenkes Poltekkes Medan




Cipta Citra Karyani Gulo, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP. 198704262015032004

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Jernih Alwinar Telaumbanua
NIM : P07520322015
Program Studi : Diploma III
Jurusan : Keperawatan
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam
Penulisan Karya tulis ilmiah saya yang berjudul:

PENERAPAN *BRAIN GYM* PADA ANAK HOSPITALISASI DENGAN GANGGUAN ANSIETAS DI UPTD RSUD dr.M.THOMSEN NIAS

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka
saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.
Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar – benarnya.

Gunungsitoli, 26 Juni 2025

Peneliti,



Jernih Alwinar Telaumbanua

NIM. P07520322015



BIODATA PENULIS

Nama : Jernih Alwinar Telaumbanua
Tempat/Tgl lahir : Lasara Sawo, 02 April 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Alamat Rumah : Lasara Botogawu
Nomor HP : 081361260838

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDN 071026 Lasara Sawo
2. SMP : SMP Negeri 1 Sawo
3. SMA : SMA Negeri 1 Sawo

ABSTRAK

PENERAPAN *BRAIN GYM* PADA ANAK HOSPITALISASI DENGAN GANGGUAN ANSIETAS DI UPTD RSUD dr.M.THOMSEN NIAS

Jernih Alwinar Telaumbanua, Hadirat Candra Laoli, Cipta Citra Karyani Gulo
(Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan)
Email : winartelaumbanua@gmail.com

Latar Belakang Hospitalisasi pada anak usia sekolah (6– 12 tahun) seringkali menimbulkan kecemasan akibat lingkungan rumah sakit yang asing, prosedur medis yang menakutkan, serta perpisahan dari orang tua. Gangguan ansietas yang tidak tertangani dapat mengganggu proses penyembuhan dan menyebabkan dampak psikologis jangka panjang. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat mengurangi ansietas adalah *brain gym* yaitu serangkaian gerakan sederhana yang merangsang kerja otak dan memberikan efek relaksasi. **Tujuan Penelitian** untuk mengidentifikasi pengaruh penerapan *Brain gym* pada anak hospitalisasi dengan gangguan ansietas di UPTD RSUD dr.M. Thomsen Nias.

Metode studi kasus: Karya tulis ilmiah ini menggunakan metode studi kasus deskriptif, dengan pendekatan studi kasus mendalam yang melibatkan dua anak hospitalisasi dengan gangguan kecemasan di UPTD RSUD dr. M. Thomsen Nias. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi format pengkajian, prosedur operasional standar, lembar observasi, serta kuesioner SCAS (*Spence Children's Anxiety Scale*).

Hasil: Setelah dua hari pelaksanaan Gerakan *Brain gym* pada an. V dan an. J, menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan yang ditandai dengan penurunan dalam ekspresi kebingungan, kekhawatiran terhadap kondisi yang dialami, perilaku gelisah, ketegangan, serta keluhan pusing.

Kesimpulan dan saran: Kesimpulan dari penelitian ini adalah penerapan *Brain gym* terbukti efektif sebagai terapi nonfarmakologis dalam menurunkan tingkat ansietas pada anak hospitalisasi. Disarankan agar orang tua dan tenaga kesehatan dapat memanfaatkan *Brain gym* sebagai salah satu intervensi dalam menangani ansietas pada anak hospitalisasi

Kata kunci : *Brain gym*, hospitalisasi, anak usia sekolah, ansietas, keperawatan anak.

Daftar bacaan : 51 (2015-2024)

ABSTRACT

THE APPLICATION OF BRAIN GYM IN HOSPITALIZED CHILDREN WITH ANXIETY DISORDER AT REGIONAL PUBLIC HOSPITAL TECHNICAL IMPLEMENTATION UNIT DR. M. THOMSEN NIAS

**Jernih Alwinar Telaumbanua, Hadirat Candra Laoli, Cipta Citra Karyani Gulo
(Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health)
Email: winartelaumbanua@gmail.com**

Background and Objective: Hospitalization in school-aged children (6–12 years) often causes **anxiety** due to the unfamiliar hospital environment, frightening medical procedures, and separation from parents. Untreated anxiety can disrupt the healing process and lead to long-term psychological impacts. One non-pharmacological intervention that can reduce anxiety is Brain Gym, a series of simple movements that stimulate brain function and provide a relaxing effect. **The objective of this case study:** was to identify the influence of applying Brain Gym in hospitalized children with anxiety disorder at Regional Public Hospital Technical Implementation Unit Dr. M. Thomsen Nias

Case Study Method: This scientific paper used a descriptive case study method, with an in-depth case study approach involving two hospitalized children with anxiety disorder at Regional Public Hospital Technical Implementation Unit Dr. M. Thomsen Nias. The instruments used in this study included assessment formats, Brain Gym standard operational procedures, observation sheets, and the SCAS (Spence Children's Anxiety Scale) questionnaire.

Results: After two days of performing Brain Gym movements on child V and child J, there was a decrease in anxiety levels, indicated by a reduction in expressions of confusion, worry about their condition, restless behavior, tension, and complaints of dizziness.

Conclusion and Recommendation: The conclusion of this study is that the application of Brain Gym proved effective as a non-pharmacological therapy in reducing anxiety levels in hospitalized children. It is suggested that parents and healthcare professionals can utilize Brain Gym as an intervention in managing anxiety in hospitalized children.

Keywords: Brain Gym, hospitalization, school-aged children, anxiety, pediatric nursing

References : 51 (2015-2024)



PRAKATA

Puji syukur saya ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan karya tulis ilmiah yang berjudul “Penerapan *Brain Gym* Pada Anak Hospitalisasi Dengan Gangguan Ansietas Di UPTD RSUD dr. M.Thomsen Nias” dapat terselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Bapak Hadirat Candra Laoli, S.Kep.,Ners.MKM selaku pembimbing utama dan Ibu Cipta Citra Karyani Gulo, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesaikannya karya tulis ilmiah ini, perkenankan pula peneliti untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT.,M.Keb, Plt. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
2. Ibu Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep.,Ners,M.Kes, Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Medan.
3. Ibu Cipta Citra Karyani Gulo, S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Ibu Wahyu Ningsih Lase, S.Kep.,Ners.,M.Kep selaku penguji I.
5. Ibu Evi Martalinda Harefa SST.,M.Kes selaku penguji II.
6. Bapak/Ibu Dosen dan Civitas Akademik Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan Keperawatan Gunungsitoli, yang telah memberikan dukungan dan motivasi serta membekali dengan ilmu pengetahuan dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini.
7. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Nias yang telah memberikan izin untuk melakukan survei di UPTD RSUD dr.M.Thomsen Nias.
8. Direktur UPTD RSUD dr.M.Thomsen Nias yang telah memberikan izin untuk melakukan survei dan memberikan data penelitian kepada penelitian.
9. Teristimewa kepada keluarga yaitu (Ayah : Poniwan Telaumbanua, Ibu Masaderita Telaumbanua, Adek Jefrin Maswan Telaumbanua, Jesika Kurniat Telaumbanua dan Jonathan Telaumbanua) yang selalu mensupport doa, terimakasih telah memberi dukungan dalam memudahkan setiap langkah

mulai dari awal sampai menyelesaikan karya tulis ilmiah saya ini.

11. Kepada keluarga Ayah dan Ibu yang telah memberikan dukungan serta membantu dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah Ini.
12. Kepada Apriliani Daeli, Putri Lase, Ferningsi Zalukhu, Putri Zega, Mince Hulu, Dewi Hulu, Safna Zega, Dasar Zai, Dwi Zebua, Gesthik Zendrato, dan Adik-adik saya tingkat 1 dan 2 kamar 8 yang selalu memberikan dukungan dan semangat untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
13. Kepada teman-teman angkatan tahun 2022 dan adik-adik Mahasiswa Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli yang selalu memberikan dukungan dan semangat untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

Peneliti telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun karya tulis ilmiah ini. Peneliti tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan karya tulis ilmiah ini. Semoga hasil peneliti ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Gunungsitoli, 26 Juni 2025

Peneliti



Jernih Alwinar Telaumbanua

Nim. P07520322015

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN	
LEMBAR PENGESAHAN	
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	i
BIODATA PENULIS.....	ii
ABSTRAK	iii
<i>ABSTRACT</i>	iv
PRAKATA	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Studi Kasus.....	5
D. Manfaat.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Konsep Dasar Ansietas	7
1. Defenisi Ansietas	7
2. Penyebab Ansietas	9
3. Tanda Dan Gejala Ansietas.....	10
4. Bentuk Kecemasan.....	12
5. Patofisiologi	13
6. Etiologi Ansietas	14
7. Tingkat Ansietas	15
8. Skala Kecemasan SCAS	16
9. Konsep Asuhan Keperawatan Ansietas	17
B. Gangguan Ansietas	19
1. Defenisi Gangguan Ansietas	19
2. Penyebab Gangguan Ansietas	20
3. Tanda Dan Gejala Gangguan Ansietas	20
C. Konsep Anak Hospitalisasi	21
1. Defenisi Gangguan Anak Hospitalisasi.....	21
2. Penyebab Anak Hospitalisasi	22
3. Manfaat Anak Hospitalisasi	23
4. Tanda Dan Gejala Anak Hospitalisasi.....	24
5. Penanganan Dampak Hospitalisasi	25
D. Konsep Dasar <i>Brain Gym</i>	25
1. Defenisi <i>Brain Gym</i>	25
2. Pelaksanaan Gerakan <i>Brain Gym</i>	27

3. Manfaat <i>Brain Gym</i>	28
4. Standar Prosedur Operasional <i>Brain Gym</i>	29
BAB III METODEDE STUDI KASUS	32
A. Rancangan Studi Kasus	32
B. Subyek Studi Kasus	32
C. Fokus Studi Kasus	32
D. Defenisi Operasional Studi Kasus	33
E. Instrumen Studi Kasus	34
F. Metode Pengumpulan Data	34
G. Lokasi Dan Waktu Studi Kasus.....	34
H. Analisis Data Penyajian Data	34
I. Etika Studi Kasus	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	36
A. Hasil Studi Kasus	36
B. Pembahasan.....	52
C. Keterbatasan Studi Kasus.....	56
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	63
A. Kesimpulan.....	63
B. Saran	64
DAFTAR PUSTAKA.....	65
LAMPIRAN	69

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Standar Prosedur Operasional <i>Brain gym</i>	29
Table 3.1 Defisit Operasional Fokus Studi.....	33
Table 4.1 Analisa Data An.V	43
Table 4.2 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan An. V Pada Hari Senin 26 Mei 2025	45
Table 4.3 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan An. V Pada Hari Selasa 27 Mei 2025.....	47
Table 4.4 Analisa Data An J.....	52
Table 4.5 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan An. J Pada Hari Senin 29 Mei 2025.....	54
Table 4.6 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan An. J Pada Hari Selasa 30 Mei 2025.....	56

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 <i>Pathway</i>	14
Gambar 4.1 Genogram An. V	40
Gambar 4.2 Genogram An. J.....	49

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1: Surat Izin Survey Pendahuluan	69
Lampiran 2: Surat Pemberitahuan Melaksanakan Survey Pendahuluan.....	72
Lampiran 3: Surat izin Melaksanakan Survey Pendahuluan.....	74
Lampiran 4: Data Hasil Survey Pendahuluan	76
Lampiran 5: Surat Izin Penelitian Dinas Penanaman Modal	78
Lampiran 6: Surat Keterangan Penelitian	80
Lampiran 7: Surat Izin Penelitian UPTD RSUD dr.M.Thomsen Nias	81
Lampiran 8: Surat Pemberitahuan Melaksanakan Penelitian.....	83
Lampiran 9: Surat Pernyataan Telah Melaksanakan Penelitian	85
Lampiran 10: Permohonan Menjadi Responden.....	87
Lampiran 11: Persetujuan Menjadi Responden An. V	88
Lampiran 12: Persetujuan Menjadi Responden An. J.....	89
Lampiran 13: Format Pengkajian Responden 1 dan Responden 2	90
Lampiran 14: Lembar Kuesioner An.V dan An. J.....	102
Lampiran 15: Lembar Observasi An. V dan An. J	110
Lampiran 16: Dokumentasi An. V dan An. J	111
Lampiran 17: Lembar Bukti Konsultasi.....	115
Lampiran 18: <i>Etichal Clerance</i>	133
Lampiran 19: Hasil Uji <i>Turnitin</i>	134