

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Studi Pendahuluan Dan Permohonan Data Awal Ke Kesbangpol





**Universitas
Bhakti Kencana**

Jl. Pembangunan No. 12 Tarogong Kidul Kab. Garut 44151
02621 2248380 / 2800993

✉ bku.ac.id ✉ psdtkgarut@bku.ac.id

No : 127/03.FKP.LPPM-K.GRT/XII/2024
Lampiran : -
Perihal : Studi Pendahuluan

Garut, 11 Desember 2024

Kepada Yth.
Badan Kesatuan Bangsa & Politik (Bakesbangpol)
Di Tempat

Assalamualaikum wr.wb.

Berdasarkan kurikulum Prodi D III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut T.A 2024.2025 mahasiswa/l dituntut untuk melaksanakan penelitian berupa karya tulis ilmiah sebagai salah satu dari tiga pilar dalam Pendidikan di Perguruan Tinggi dan sebagai tugas akhir Pendidikan di UBK Garut.

Sehubungan dengan hal tersebut, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk kesediaannya memberikan izin studi pendahuluan kepada Mahasiswa/l kami yang terlampir dibawah ini :

Nama : WULAN CAHYA SEPTIANI
NIM : 221FK06088

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapan terimakasih.

Wassalamualaikum wr.wb.

Hormat Kami
Ketua Panitia

Santi Ririjani, S.Kep.,Ners.,M.Kep
NIDN. 0430058904

 Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 2 Surat Kesbangpol Ke Dinas Kesehatan



PEMERINTAH KABUPATEN GARUT
BADAN KESATUAN BANGSA DAN
POLITIK

Jl. Patriot No.10A, Telp. (0262) 2247473 Garut, Jawa Barat 44151

Nomor : 072/0318-Bakesbangpol/III/2025

Garut, 18 Maret 2025

Lampiran : 1 Lembar

Kepada :

Perihal : Permohonan Data Awal

Yth. Kepala Puskesmas

Limbangan Kabupaten Garut

Dalam rangka membantu Mahasiswa/ Universitas Bhakti Kencana Garut bersama ini terlampir Keterangan Permohonan Data Awal Nomor : 072/0318Bakesbangpol/III/2025 Tanggal 18 Maret 2025, Atas Nama **WULAN CAHYA SEPTIANI / 221FK06088** yang akan melaksanakan Permohonan Data Awal dengan mengambil lokasi di Puskesmas Limbangan Kabupaten Garut. Demi kelancaran Permohonan Data Awal dimaksud, mohon bantuan dan kerjasamanya untuk membantu Kegiatan tersebut. Demikian atas perhatiannya, kami ucapan terima kasih.

Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik



Drs. H. NURRODHIN, M.Si.
Pembina Utama Muda, IV/c
NIP. 19661019 199203 1 005

Tembusan, disampaikan kepada:

1. Yth. Kepala Bappeda Kabupaten Garut;
2. Yth. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Garut;
3. Yth. Ketua Universitas Bhakti Kencana Garut;
4. Arsip.



PEMERINTAH KABUPATEN GARUT
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jl. Patriot No.10A, Telp. (0262) 2247473 Garut, Jawa Barat 44151

SURAT KETERANGAN PERMOHONAN DATA AWAL

Nomor : 072/0318-Bakesbangpol/III/2025

- a. Dasar : 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 41 Tahun 2010 tentang Organisasi dan Tata Kerja Kementerian Dalam Negeri (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2010 Nomor 316), sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 14 Tahun 2011 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 41 Tahun 2010 tentang Organisasi dan Tata Kerja Kementerian Dalam Negeri (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2011 Nomor 168)
 2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 2018 tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian.
- b. Memperhatikan : Surat dari Universitas Bhakti Kencana Garut, Nomor 479/03.FKP.LPPM-K.GRT/I/2025 Tanggal 16 Januari 2025

KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK, memberikan Surat Keterangan Penelitian kepada:

- | | |
|--|--|
| 1. Nama / NPM /NIM /NIDN : | WULAN CAHYA SEPTIANI / 221FK06088 |
| 2. Alamat : | Kp. Babakan Jambe RT/RW 002/012, Ds. Pasawahan, Kec. Tarogong Kaler, Kab. Garut |
| 3. Tujuan : | Permohonan Data Awal |
| 4. Lokasi/ Tempat : | Puskesmas Limbangan Kabupaten Garut |
| 5. Tanggal Permohonan Data Awal/ Lama Permohonan Data Awal | : 18 Maret 2025 s/d 31 Maret 2025 |
| 6. Bidang/ Status/ Judul Permohonan Data Awal | : Penerapan Terapi Senam Aerobic Impact dalam Asuhan Keperawatan Jiwa pada Pasien Skizofrenia dengan Kecemasan |
| 7. Penanggung Jawab : | Santi Rinjani, S.Kep., Ners., M.Kep |
| 8. Anggota : | - |

Yang bersangkutan berkewajiban melaporkan hasil Permohonan Data Awal ke Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Garut. Menjaga dan menjunjung tinggi norma atau adat istiadat dan Kebersihan, Ketertiban, Keindahan (K3) masyarakat setempat di lokasi Permohonan Data Awal. Serta Tidak melakukan hal-hal yang bertentangan dengan hukum.

Tembusan, disampaikan kepada:

1. Yth. Kepala Bappeda Kabupaten Garut.
2. Yth. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Garut.
3. Yth. Ketua Universitas Bhakti Kencana Garut.
4. Asp.

Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik



Drs. H. NURRODHIN, M.Si.
 Pembina Utama Muda, IV/c



**PEMERINTAH KABUPATEN GARUT
DINAS KESEHATAN**

Jalan Proklamasi No.7 Garut 44151 Tlp/Fax.(0262) 232670 - 2246426

Nomor : 800.1.11.8/22765/Dinkes
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Permohonan Data Awal

Garut, 24 Desember 2024

Kepada Yth,
Kepala UPT Puskesmas Limbangan
Di
Tempat

Menindaklanjuti Surat Dari Mahasiswa/i Universitas Bhakti Kencana Nomor 072/1086-Bakesbanpol/XII/2024 Perihal Permohonan Data Awal Pada Prinsipnya kami Tidak Keberatan dan Memberikan Ijin kepada :

Nama	:	Wulan Cahya Septiani
NPM	:	221FK06088
Tujuan	:	Permohonan Data Awal
Lokasi/Tempat	:	UPT Puskesmas Limbangan
Tanggal/Observasi	:	16 Desember 2024 s/d 16 Januari 2025
Bidang/Judul	:	Penelitian Terapi Senam Aerobic Low Impact Dalam Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Skizofrenia Dengan Masalah Keperawatan Kecemasan

Untuk Melaksanakan Permohonan Data Awal/ Di UPT Puskesmas Limbangan
Demikian agar menjadi maklum

An.Kepala Dinas Kesehatan
Seketaris
u.b.

Kepala Sub Bagian Umum Dan
Kepegawaian



Engkus Kusman,S.IP MSI
Penata Tingkat 1
NIP.19710620 199103 1 002

Lampiran 4 Surat Permohonan data awal dan Sudi Pendahuluan ke Puskesmas



Jl.Pemberanuan No.112 Tarogong Kidul Kab.Garut 44151
 (0262) 2248360 - 2800993
 bku.ac.id psdku.garut@bku.ac.id

No : 485/03.FKP.LPPM-K.GRT/I/2025
 Lampiran : -
 Perihal : Permohonan Data Awal

Garut, 16 Januari 2025

KepadaYth.
 Kepala Puskesmas Limbangan
 Di Tempat

Assalamualaikumwr.wb.

Berdasarkan kurikulum Prodi D III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut T.A 2024.2025 mahasiswa/l dituntut untuk melaksanakan penelitian berupa karya tulis ilmiah sebagai salah satu dari tiga pilar dalam Pendidikan di Perguruan Tinggi dan sebagai tugas akhir Pendidikan di UBK Garut.

Sehubungan dengan hal tersebut, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk kesediaannya memberikan izin studi pendahuluan kepada Mahasiswa/l kami yang terlampir dibawah ini :

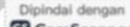
Nama : WULAN CAHYA SEPTIANI
 NIM : 221FK06088

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapan terimakasih.

Wassalamualaikum wr.wb.

Hormat Kami
 Ketua Panitia

Santi Rinjani, S.Kep.,Ners.,M.Kep
 NIDN. 0430058904

Dipindai dengan




Universitas
Bhakti Kencana

Jl.Pembangunan No.112 Tarogong Kidul Kab.Garut 44151
(0262) 2248360 - 2800993
bku.ac.id psdku.garut@bku.ac.id

No : 484/03.FKP.LPPM-K.GRT/I/2025
Lampiran : -
Perihal : Studi Pendahuluan

Garut, 16 Januari 2025

Kepada Yth.
Kepala Puskesmas Limbangan
Di Tempat

Assalamualaikum wr.wb.

Berdasarkan kurikulum Prodi D III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut T.A 2024.2025 mahasiswa/l dituntut untuk melaksanakan penelitian berupa karya tulis ilmiah sebagai salah satu dari tiga pilar dalam Pendidikan di Perguruan Tinggi dan sebagai tugas akhir Pendidikan di UBK Garut.

Sehubungan dengan hal tersebut, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk kesediaannya memberikan izin studi pendahuluan kepada Mahasiswa/l kami yang terlampir dibawah ini :

Nama : WULAN CAHYA SEPTIANI
NIM : 221FK06088

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum wr.wb.

Hormat Kami
Ketua Panitia

Santi Rinjani, S.Kep., Ners., M.Kep.
NIDN. 0430058904

Lampiran Surat Uji Etik



Jl. Soekarno Hatta No 754 Bandung
022 7830 760, 022 7830 768
bku.ac.id contact@bku.ac.id

No : 063/KEPK_UBK_GRT/06/2025
Lampiran :-
Perihal : Surat Keputusan Uji Etika

Garut, 10 Juni 2025

Kepada Yth.
KEPALA PUSKESMAS UPT LIMBANGAN
Di Tempat

Assalamualaikum wr.wb.

Berdasarkan kurikulum Universitas Bhakti Kencana (UBK) Garut Tahun Akademik 2024/2025 Mahasiswa/i dituntut untuk membuat Karya Tulis Ilmiah (KTI) sebagai salah satu tugas akhir dan merupakan satu dari tiga pilar dalam pendidikan Perguruan Tinggi. Untuk menjamin keamanan penelitian KTI di UBK Garut harus melalui Uji Etik oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) dari penelitian yang akan dilaksanakan.

Sehubungan dengan hal tersebut, maka setelah dilaksanakan Uji Etik Penelitian tersebut kami menyatakan penelitian Mahasiswa/i kami dibawah ini:

Nama	:	WULAN CAHYA SEPTIANI
NIM	:	221FK06088
Judul KTI	:	PENERAPAN TERAPI SENAM AEROBIC LOW IMPACT DALAM ASUHAN KEPERAWATAN JIWA PADA PASIEN SKIZOFRENIA DENGAN KECEMASAN DI WILAYAH KERIA PUSKESMAS LIMBANGAN KABUPATEN GARUT TAHUN 2025
Kesimpulan	:	<u>LOLOS UJI ETIK</u> untuk bisa dilanjutkan ketahap penelitian

Demikian surat pernyataan ini kami sampaikan dan dapat digunakan sembagaimana mestinya.
Atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapan terima kasih.

Wassalamualaikum wr.wb.

Penelaah KEPK UBK Garut

 Ridwan Riajudin, SKM, M.Si.
 NIDN : 0424088404

Lampiran 5 Halaman Persetujuan

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI SENAM AEROBIC LOW IMPACT
DALAM ASUHAN KEPERAWATAN JIWA PADA
PASIEN SKIZOFRENIA DENGAN KECEMASAN
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
LIMBANGAN KABUPATEN
GARUT TAHUN 2025**

Wulan Cahya Septiani

221FK06088

Disetujui oleh pembimbing untuk mengajukan ujian Sidang Akhir KTI pada program studi DIII Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut

Garut, Oktober 2025

Pembimbing I

Santi Rinjani S.Kep., Ners., M.Kep
B,Skep.,Ners.,M.Kep

NIDN. 0430058904

Pembimbing II

Yani Annisa Fauziah

NIDN. 0401088903

**PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN TERAPI SENAM AEROBIC LOW IMPACT
DALAM ASUHAN KEPERAWATAN JIWA PADA
PASIEN SKIZOFRENIA DENGAN KECEMASAN
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
LIMBANGAN KABUPATEN
GARUT TAHUN 2025**

WULAN CAHYA SEPTIANI

221FK06088

Untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan Program Studi DIII
Keperawatan

Garut, Oktober 2025

Pembimbing Utama

Santi Rinjani, S.Kep.,Ners.,M.Kep
NIDN.0430058904

Pembimbing Serta

Yani Annisa Fauziah Bastian,S.,Kep.,Ners.,M.kep
NIDN.0401088903

Mengetahui,

Ketua Program Studi D III Keperawatan Garut

Ns. Winasari Dewi,M.Kep
NIK: 62013020009

**Lampiran 6 SOP (Standar Operasional Prosedur) Terapi Senam Aerobic
Implact**

STANDAR OPERASINAL PROSEDUR

SENAM AEROBIC LOW IMPACT	
Topik	Penerapan terapi senam aerobic low impact pada pasien pasien kecemasan
Pengertian	Senam aerobic low impact adalah olahraga yang melibatkan gerakan tubuh dan untuk membantu mengurangi stres dan mendorong relaksasi
Tujuan	Mengarahkan secara lembut seseorang ke dalam keadaan dimana pikiran mereka tenang dan tetap rileks.
Manfaat	Mengurangi stress menjaga kesehatan otot, meningkatkan suasana hati.
Prosedur	<p>Tahap pre interaksi:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengeksplorasi perasaan, harapan, dan kecemasan diri sendiri. 2. Menganalisis kekuatan dan kelemahan diri perawat sendiri. 3. Mengumpulkan data tentang pasien 4. Merencanakan pertemuan pertama dengan klien. <p>Tahap Persiapan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Berikan salam, tanyakan nama pasien dan perkenalkan diri. 2. Menjelaskan prosedur dan tujuan kepada klien atau keluarga klien. 3. Memberi kesempatan klien untuk bertanya 4. Lalu Persiapan diri 5. Menyiapkan tempat dan alat (Speaker, music senam) 6. Memakai pakaian olahraga, jika perlu 7. Menyiapkan kondisi mental dan kemampuan dalam menguasai situasi 8. Dapat menguasai tindakan yang diberikan kepada klien 9. Mengidentifikasi apa yang diketahui tentang masalah yang terjadi 10. Menjaga lingkungan agar tetap aman dan nyaman 11. Menjaga privasi klien <p>Tahap Pelaksanaan :</p> <p>-- Menentukan derajat kecemasan klien dengan menggunakan <i>HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale)</i> dengan kategori:</p> <ul style="list-style-type: none"> 0 = tidak ada gejala sama sekali 2 = satu gejala yang ada 3 = berat/lebih dari separuh gejala yang ada 4 = sangat berat semua gejala ada

- Setelah itu mulai dengan proses relaksasi pada umumnya yaitu meminta kepada klien untuk fokus. Klien didorong untuk relaks, membuat damai dan tenang. memberikan pelatihan senam selama durasi 10-15 menit yg terdiri dari pemanasan 5 menit latihan inti selama 15 menit dan pendinginan selama 5 menit.

Ada 5 gerakan senam dengan hitungan 1x8 :

a. Tahap pemanasan

1) Jalan ditempat

2) Step Close Stop touch (Gerakan langkah kaki ke samping secara bergantian ke kanan dan kekiri)



3) V-Step (Gerakan melangkah kaki membentuk huruf "V" Segitiga, dengan lutut sedikit ditekuk)





4) Zigzag (Gerakan yang dilakukan dengan membentuk pola seperti huruf "Z" kedapan kebelakang)



5) Griviphine (Gerakan langkah menyamping yang dilakukan dengan menyilangkan satu kaki dibelakang kaki yang lain seperti melangkah kaki kanan ke arah kanan, melangkah kaki kiri secara menyilang ke belakang, mejejakan ibu jari kaki kiri disebelah kaki kanan).



Terminasi	<p>Tahap Terminasi:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menanyakan perasaan klien terhadap senam aerobic low impact 2. Evaluasi kecemasan klien menggunakan <i>HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale)</i> dengan kategori:
------------------	--

	<p>0 = tidak ada gejala sama sekali 2 = satu gejala yang ada 3 = berat/lebih dari separuh gejala yang ada 4 = sangat berat semua gejala ada</p> <p>Penentuan derajat kecemasan dengan menjumlahkan skor 1-14 :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Skor kurang dari 14 = tidak ada kecemasan sedang skor 28-41 - Skor krcrmasan berat 28-41 - Skor Kecemasan 45-52 = kecemasan berat sekali
Dokumentasi	<p>Cara hasil kegiatan yang telah dilakukan</p> <p>Berupa kemampuan pasien yang dimiliki pada catatan proses keperawatan tiap pasien. Contoh pasien mengikuti terapi senam aerobic low impact. Pasien mampu mengalihkan kecemasan nya, serta jumlah skor kecemasan yang setelah dilakukan terapi (Ay andini, 2020).</p>

Pembimbing I**Santi Rinjani S. Kep.,M.Kep****NIDN 0430058904****Pembimbing II****Yani Annisa Fauziah B, S.Kep.,Ners.,M.Kep****NIDN 0401088903***Lampiran 7 SAP Terapi senam Aerobic Low Impact*

**SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP) TERAPI SENAM AEROBIC
LOW IMPACT**



Oleh :

WULAN CAHYA SEPTIANI

221FK06088

UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA PSDKU GARUT

FAKULTAS KEPERAWATAN

PROGRAM DIPLOMA III KEPERAWATAN

GARUT 2025

**SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP) TERAPI SENAM AEROBIC
LOW IMPACT**

- Bidang Studi : Keperawatan
Pokok Bahasan : Kecemasan
Sub Pokok Bahasan : SENAM AEROBIC LOW IMPACT
Sasaran : Keluarga Responden
Tempat :
Hari / Tanggal :

Waktu : _____

A. TUJUAN

1. Tujuan Umum

Setelah dilakukan penyuluhan tentang Halusinasi pendengaran selama 20 menit diharapkan pasien dan keluarga mampu memahami tentang Terapi senam aerobic low impact.

2. Tujuan Khusus

- a) Menyebutkan pengertian Terapi Senam Aerobic Low Impact
- b) Menyebutkan tujuan Terapi Senam Aerobic Low Impact
- c) Menyebutkan manfaat Terapi Senam Aerobic Low Impact
- d) Menyebutkan indikasi dan kontraindikasi Terapi Senam Aerobic Low Impact
- e) Menyebutkan kembali prosedur tindakan Terapi Senam Aerobic Low Impact

B. MATERI

Terlampir

C. MEDIA

- a. Leaflet

D. METODE

- a) Ceramah
- b) Tanya jawab

E. KRITERIA EVALUASI

1) Evaluasi Struktur

- a. Keluarga pasien hadir dalam kegiatan
- b. Penyelenggaraan penyuluhan dilaksanakan oleh mahasiswa

2) Evaluasi proses

- a. Keluarga pasien antusias terhadap materi yang diberikan
- b. Keluarga pasien tidak meninggalkan tempat penyuluhan
- c. Keluarga pasien mengajukan pertanyaan dan menjawab pertanyaan

3) Evaluasi hasil

- a. Keluarga pasien mampu menyebutkan pengertian Terapi senam aerobic low impact
- b. Keluarga pasien mampu menyebutkan tujuan Terapi senam aerobic low impact
- c. Keluarga pasien mampu menyebutkan manfaat Terapi senam aerobic low impact
- d. Keluarga pasien mampu menyebutkan indikasi dan kontraindikasi Terapi senam aerobic low impact
- e. Keluarga pasien mampu menyebutkan kembali prosedur tindakan Terapi senam aerobic low impact

F. PROSES PELAKSANAAN

No	KEGIATAN PENYULUH	KEGIATAN PESERTA	WAKTU	MEDIA	METODE
1.	Pembukaan : Membuka kegiatan dengan mengucapkan salam Memperkenalkan diri Menjelaskan tujuan dari pertemuan Menyebutkan materi yang akan diberi	Menjawab salam Mendengarkan Memperhatikan	5 menit		Ceramah
2	Pelaksanaan :				

	<p>Persepsi mengenai pengertian terapi Senam aerobic low impact Mengklarifikasi dengan menjelaskan tentang tujuan terapi senam aerobic low impact Mengklarifikasi dengan menjelaskan indikasi dan kontraindikasi terapi senam aerobic low impact Mengklarifikasi dengan menjelaskan dan mendemostrasikan prosedur tindakan terapi senam aerobic low impact</p>	<p>Menjawab pertanyaan Memperhatikan Mendengarkan Menjawab pertanyaan Mendengarkan</p>	15 menit	Leaflet	Tanya jawab dan ceramah
3	<p>Evaluasi : Menanyakan kepada keluarga tentang materi penyuluhan yang telah diberikan, mengevaluasi tentang materi yang telah disampaikan dan reinforcement kepada keluarga yang dapat menjawab pertanyaan</p>	Menjawab pertanyaan	5 menit		
4	<p>Terminasi Mengucapkan terima kasih atas peran keluarga</p>	Mendengarkan Menjawab salam	5 menit		

	Mengucapkan salam penutup				
--	------------------------------	--	--	--	--

G. PERTANYAAN EVALUASI

1. Apa yang dimaksud dengan terapi Senam Aerobic Low Impact?
2. Apa tujuan dari terapi Senam Aerobic Low Impact ?
3. Apa manfaat terapi Senam Aerobic Low Impact?
4. Apa indikasi dan kontraindikasi terapi Senam Aerobic Low Impact?
5. Bagaimana prosedur tindakan terapi Senam Aerobic Low Impact?

Lampran materi

TERAPI SENAM AEROBIC LOW IMPACT

A. Pengertian

Terapi senam aerobik low impact adalah bentuk latihan fisik berdampak ringan yang digunakan sebagai metode terapi untuk meningkatkan kesehatan fisik dan mental, khususnya bagi individu dengan keterbatasan kondisi fisik atau gangguan psikologis seperti kecemasan, stres, dan depresi.

B. Tujuan

1. Mengatasi kecemasan
2. Memanfaatkan gerakan fisik ringan
3. Membantu menstabilkan kondisi mental dan emosional
4. Mendorong relaksasi

C. Manfaat

1. Mendukung stabilitas emosional dan mental
2. Meningkatkan mood

3. Memberi rasa kontrol diri
4. Mengalihkahkan pikiran dari kekhawatiran

D. Indikasi dan Kontraindikasi

Indikasi

1. gangguan tidur
2. gangguan keseimbangan
3. gangguan emosi dan mental

Kontraindikasi

1. Pasien dengan depresi
2. Pasien dengan lumpuh
3. Pasien dengan penurunan kognitif

E. Prosedur Tindakan Terapi Senam Aerobic Low Impact

1. Tahap Prainteraksi

- a). Mencuci tangan
- b). Menyiapkan alat

2. Tahap Orientasi

- a). Memberikan salam kepada pasien dan memperkenalkan diri
- b). Menjelaskan tujuan dan prosedur pelaksanaan
- c). Menanyakan kesiapan/persetujuan klien

3. Tahap kerja

- a). Menjaga privasi klien

b). Mengatur klien dalam posisi

4. Tahap Teriminasi

a). Evaluasi respon klien

b). Berpamitan pada klien

c). Membereskan alat

d). Mencuci tangan

e). Mencatat lembar kegiatan

Lampiran 8 Leaflet Terapi Senam Aerobic Low Impact

PENANGANAN

- Terapi Psichologis-CBT
- Terapi hospital perihal sangat efektif
- Olahraga aerobik (meningkatkan aktivitas serta kesehatan tubuh secara keseluruhan)
- Gaya Hidup Sehat: Olahraga, tidak rokok, hindari kafein/alkohol.
- Bantuan Medis, perbaikan dalam diri, juga Dokter Spesialis Dicari dengan sangat terpercaya atau profesional.



DUKUNGAN

- Mendengarkan teman menghadapi
- Memberi rasa aman dan tenang
- Berpemahaman untuk mencari bantuan
- Mendengarkan saat berbicara teman
- Menghargai perasaan mereka, jangan memarahi
- Bantu mereka tetap tenang saat sangat cemas.
- Salurkan emosi dalam mandukung

APA ITU KECEMASAN?

Kecemasan adalah suatu respon emosional yang muncul ketika seseorang merasa terancam, tidak aman, atau menghadapi situasi yang tidak pasti. Ini adalah respon alami tubuh terhadap stres, dan bisa bermanfaat dalam beberapa situasi karena membuat kita lebih waspada terhadap bahaya. Namun, jika terjadi secara berlebihan atau terus-menerus, kecemasan bisa menjadi gangguan psikologis yang memengaruhi kualitas hidup.

GEJALA UMUM

- Jantung berdebar cepat atau tidak teratur (palpitasi)
- Napas pendek atau sesak napas
- Ciri tegas atau nyeri otot
- Sakit kepala atau pusing
- Keringat berlebih
- Perut tidak nyaman (mual, diare, atau sakit perut)
- Mual jalih
- Gemirat atau merasa gelisah secara fisik

PENYEBAB

- Stres berkepanjangan (pekerjaan, sekolah, masalah keluarga, kesengsaraan)
- Tidak merasa lahir (sport) kelelahan, penekanan, kelelahan)
- Pola pikir negatif (overthinking, perfeksionisme, takut gagal)
- Pengaruh: Tumbuh dalam lingkungan yang penuh rekanan atau kurang dukungan emosional

SKIZOFRENIA PADA KECEMASAN




Ditulis oleh:
Nama : Wulan Cahya Septiani

Universitas Bhakti
Kencana Garut

SIAPA YANG COCOK UNTUK MENGIKUTI SENAM INI?

Siapa yang Cocok Mengikuti?

- Pria/wanita dalam usia dewasa
- Lansia
- Siapa pun (tidak ada dokter)
- Orang dengan masalah sehat atau pemulihannya segera

SIAPA YANG COCOK UNTUK MENGIKUTI SENAM INI?

Tips Sebelum Membuka:

- Gunakan pakaian dan sepatu olahraga yang nyaman
- Lakukan pemanasan dan pendinginan
- Minum air putih sebelum dan sesudah latihan
- Lakukan secara rutin, minimal 3x seminggu



MANFAAT TERAPI SENAM

Manfaat Senam Aerobik Low Impact:

- ✓ Mengajak kebugaran jantung dan paru
- ✓ Meningkatkan fleksibilitas dan kekuatan otot
- ✓ Membantu menurunkan berat badan
- ✓ Mengurangi stres dan meningkatkan mood
- ✓ Aman untuk persendirian

CIRI CIRI GERAKAN

Ciri-Ciri Gerakan Low Impact:

- Kebut kali sedikit bergerakkan menyentuh lantai
- Tidak ada korengan tinggi atau berontak kaki
- Gerakan ritme, disesuaikan dengan musik
- Dapat dilakukan dengan lembutnya, tanpa tebing



APA ITU SENAM AEROBIC LOW IMPACT

Senam low impact adalah jenis senam aerobik dengan gerakan ringan tanpa hentakan keras, cocok untuk semua usia, terutama pemula, lansia, atau yang sedang dalam pemulihran cedera.

Lampiran 9 Catatan Bimbingan

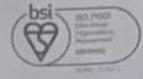
No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	Jumat/17/01/2025	<ul style="list-style-type: none"> - Bab 1 - Ganti judul - Perbaiki ansar alinea - Tambah Prevalensi - Fenomena - Jurnal terkait 	 Santi Rinjani, S.Kep., Ners., M.Kep.
2.	Rabu, 8 Januari 2025	<ul style="list-style-type: none"> - ACC judul - Lengkapi kalimat 	
3.	12. Maret 2025	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaiki urutan penulisan - Tambahkan data trasus penyajian 	

JL.Pembangunan No.112 Tarogong Kidul Kab.Garut 44151
 (0262) 2248380 - 2800993
 bsi.ac.id santi.rinjani@bsi.ac.id

Bhakti Kencana			
12.03.00/FRM-03/CAB.GRT-SPMI			
CATATAN BIMBINGAN			
Nama Mahasiswa NIM	: Wulan Cahya septiani : 221FK06088		
Judul Proposal	: Penerapan Terapi senam aerobic low impact dalam asuhan keperawatan		
Nama Pembimbing	: Ibu Pd. Santi Pirjani, S.Kep., Ners., M.Kep.		
No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1	Kamis 10-09-2025	<p>Pertama Pertemuan Bab 1</p> <p>Diprakirakan di bab 3 tambahan</p> <p>Kapitikan penulisan</p> <p>Istampa = tambahan</p> <p>Dari teman pertama tambahan.</p>	

Jl. Pembangunan No.112 Tarobong Kidul Kab. Garut 44151
 (0262) 2248380 - 2800993
 bku.ac.id psdku.ganut@bku.ac.id

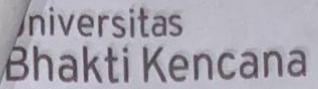
DIBACA DAN DILAKUKAN

	Universitas Bhakti Kencana		
12.03.00/FRM-03/CAB.GRT-SPMI			
CATATAN BIMBINGAN			
<p>Nama Mahasiswa : Wulan Cahya Septiani NIM : 221FK0608E Judul Proposal : Pengembangan Terapi senam aerobic low impact dalam alihuan keperawatan Nama Pembimbing : Santi Rinjani S.Kep., Ners, M.Kep.</p>			
No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	5 Mei 2025	datang di pukul Sumber kurang terbukti. Penulis belum.	sh
2.	7 Mei 2025	Lampiran lengkap.	sh
3.	8 Mei 2025	Lampiran kurang lengkap.	sh
4.	9 Mei 2025	Ace Sidoar proposal	sh

Jl. Pembangunan No.112 Taripigong Kidul Kab. Garut 44151
 Telp. 0262 2248360 - 2800993
 E-mail: psdikugarut@bkuk.ac.id

Universitas Bhakti Kencana		CATATAN BIMBINGAN	
Nama Mahasiswa NIM	: Wulan Cahya Septiani : 221FK06088		
Judul Proposal	: Pengaruh Terapi senam aerobik low impacthadam airan kerawatan pada pasien sklerofrenia dengan kecemasan		
Nama Pembimbing	: Yani Annisa Fauziah B.Sep., Ners., M.Kep		
No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	23/Maret/2025	<p>Revisi judul SK120frenia dari PK kekecemasan</p> <p>Perbaiki Penulisan bab 2</p> <p>Penomena perjelas</p> <p>Rumusan Masalah dipergelaskan</p>	
2.	Jumat 09/05-2025	<ul style="list-style-type: none"> - Format penulisan perbaiki - Justifikasi sluzo → bipolar - Daftar pustaka - Skoring kecemasan di Bab 2 - SOP lengkap - SPTK sesuaikan - Implementasi dan evaluasi lengkap. 	
3.	Rabu 17/05-2025	<ul style="list-style-type: none"> - Justifikasi sluzo → bipolar - Kritik inilah dan eksekusi 	

Jl. Pembandungan No.112 Tarogong Kidul Kab.Garut 44151
 (0262) 2248360 - 2800993
 bku.ac.id psdku.garut@bku.ac.id

 Universitas Bhakti Kencana	 12.03.00/FRM-03/CAB.GRT-SPMI								
CATATAN BIMBINGAN									
Nama Mahasiswa : Wulan Cahya septiani NIM : 221FK06088 Judul Proposal : Pengembangan Terapi schema darsibit-low Impact dalam asuhan kesehatan pada pasien skizofrenia dengan tecerminah Nama Pembimbing : Yani Annisa Faiziah, S.Kep., Ners - M.Kep									
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center; padding: 5px;">No</th> <th style="text-align: center; padding: 5px;">Hari/Tanggal</th> <th style="text-align: center; padding: 5px;">Catatan Pembimbing</th> <th style="text-align: center; padding: 5px;">Paraf Pembimbing</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center; padding: 5px;">9.</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;">Famis 15/05</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;"> - ACC sedang proposal - </td> <td style="text-align: center; padding: 5px;">  </td> </tr> </tbody> </table>		No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing	9.	Famis 15/05	- ACC sedang proposal -	
No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing						
9.	Famis 15/05	- ACC sedang proposal -							
Jl.Pembangunan No.112 Tarogong Kidul Kab.Garut 44151 (0262) 2248360 - 2800993 lku.ac.id psdku.garut@lku.ac.id									


**Universitas
Bhakti Kencana**


 12.03.00/FRM-03/CAB.GRT-SPA/II

CATATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa	: Wulan Dhyia Septiani
NIM	: 221FK06088
Judul Proposal	: Penerapan Terapi senam aerobic low Impact pada pasien stroke Gangguan kesehatan
Nama Pembimbing	: Busantir Nugraha, S.Kep., M.Kes.

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	20 Juli 2015	Pembuktikan penulisan implementasi postur dan gerakan, - pembuktian pembahasan kaitan hasil di lapangan dan kedua pasien dg teori / jurnal yg mendukung hasil penelitian. - kesimpulan pembuktian	SR
2.	4 Agustus 2015	- buat abstrak, b. lindo h. b. literatur - lengkap, drspt kesi	SR
3.	5 Agustus 2015	Ace sideng keti	SR

CATATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Wulan Cahya Septiani
 NIM : 211PK06098
 Judul Proposal : Pengaruh Terapi senam aerobic low impact dalam keterawaran gula pada pasien
 sepsis dengan kehamilan
 Nama Pembimbing : Bu Yani Annisa Fauziah, B. Ed., M. Kep.

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
	4 Agustus	<ul style="list-style-type: none"> - Pembahasan bagi lebih dalam mekanisme aerobic low impact - Bab 3 → KTI butak proposal bag - Implementasi ps. 2 → same day Pasien 1 - CTP aerobic → TTV Bina hub saling percaya 	/
	5. Agustus 2018	<ul style="list-style-type: none"> - Abstrak - lengkap: lampiran - ACC tidak lengkap 	/

Lampiran 10 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

(INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian yang dilakukan oleh Mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut dengan judul “Penerapan Terapi Senam Aerobic Low Impact Dalam Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Skizofrenia Dengan Kecemasan Di Wilayah Kerja Puskesmas Limbangan Kabupaten Garut Tahun 2025”.

Nama :

Umur :

Alamat :

Agama :

Saya memahami penelitian ini dimaksudkan untuk kepentingan ilmiah dalam rangka menyusun Karya Tulis Ilmiah bagi peneliti dan tidak akan mempunyai dampak negatif, serta merugikan bagi saya. Sehingga jawaban dan hasil observasi, benar-benar dapat dirahasiakan. Dengan demikian secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun, saya bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini

Demikian lembar persetujuan ini saya tanda tangan dan apabila digunakan sebagaimana mestinya.

Garut, Mei 2025

Responden

Peneliti

Wheat

Sentjani

Wulan Cahya

Lampiran 11 Lembar Persetujuan Setelah Penjelasan

Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informend Consent*)

Saya Wulan Cahya Septiani adalah peneliti dari **Universitas Bhakti Kencana Garut**, dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul "**Penerapan Terapi Senam Aerobic Low Impact Dalam Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Skizofrenia Dengan Kecemasan Di Wilayah Kerja Puskesmas Limbangan Kabupaten Garut Tahun 2025**" dengan beberapa penjelasan sebagai berikut :

1. Tujuan dari penelitian ini untuk memberikan perawatan non farmakologis pada pasien skizofrenia halusinasi pendengaran, dengan penerapan terapi senam aerobic low impact di wilayah kerja Puskesmas Limbangan Kabupaten Garut dengan metode/prosedur Studi Kasus.
2. Anda dilibatkan dalam penelitian karena untuk menyelesaikan tugas akhir dan pasien skizofrenia. Keterlibatan anda dalam penelitian ini bersifat sukarela.
3. Seandainya anda tidak menyetujui cara ini maka anda dapat memilih cara lain yaitu mengundurkan diri atau anda boleh tidak mengikuti penelitian ini sama sekali. Untuk itu anda tidak akan dikenai sanksi apapun
4. Penelitian ini akan berlangsung selama 4 hari dengan 2 pasien yang mempunyai salah satu Anggota Keluarga yang mengalami penyakit skizofrenia. Dengan teknik pengambilan data secara wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi.
5. Anda akan diberikan imbalan pengganti/ kompensasi berupa cendramata atas kehilangan waktu/ketidaknyamanan lainnya
6. Setelah selesai penelitian, anda akan diberikan informasi tentang hasil penelitian secara umum melalui personal dari peneliti langsung.
7. Anda akan mendapatkan informasi tentang keadaan kesehatan anda selama pengambilan data/sampel yakni berupa informasi tentang kondisi pasien selama penelitian, serta infomasi berupa pengetahuan tentang Skizofrenia serta tentang tatacara penerapan terapi senam aerobic low impact
8. Anda akan mendapatkan informasi bila ditemukan temuan yang tidak diharapkan selama penelitian ini.
9. Anda juga akan diinformasikan data lain yang berhubungan dengan keadaan anda yang kemungkinan ditemukan saat pengambilan sampel/data berlangsung.
10. Prosedur pengambilan sampel adalah dengan melakukan wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, studi dokumentasi, dan hasil evaluasi dari

penerapan terapi senam aerobic low impact, cara ini mungkin menyebabkan Rasa sakit dan rasa tidak nyaman yang kemungkinan dialami oleh subjek, dari tindakan/ intervensi/ perlakuan yang diterima selama penelitian; dan kemungkinan bahaya bagi subjek (atau orang lain termasuk keluarganya) akibat keikutsertaan dalam penelitian. Termasuk risiko terhadap kesehatan dan kesejahteraan subjek dan keluarganya.

11. Keuntungan yang anda peroleh dengan keikutsertaan anda adalah akan memperoleh, penerapan terapi senam aerobic low impact secara komprehensif yang bisa dilakukan dirumah, mendapatkan perkembangan setiap kali menerapkan terapi selama penelitian berlangsung. Mendapatkan informasi terkait gangguan yang diderita skizofrenia serta cara penanganan skizofrenia yang bisa dilakukan keluarga secara langsung dirumah tanpa membutuhkan biaya yang sangat besar.
12. Penelitian dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi dunia kesehatan dan Dunia pendidikan dalam upaya menanggulangi masalah skizofrenia ditatatan keluarga dengan penatalaksanaan penerapan terapi thought stoping, serta penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan keluarga yang memiliki anggota keluarga dengan skizofrenia untuk merawat klien dengan metode penerapan terapi senam aerobic low impact yang bisa langsung diaplikasikan dengan mudah ditatatan keluarga.
13. Anda tidak memerlukan perawatan setelah penelitian karena tidak terdapat intervensi dalam penelitian ini
14. Anda tidak mendapatkan intervensi dengan risiko tertentu yang memerlukan pengobatan atau tindakan kesehatan setelah penelitian ini karena penelitian ini hanya menggunakan kuesioner.
15. Anda tidak memerlukan pengobatan atau tindakan tertentu karena penelitian ini hanya menggunakan kuesioner
16. Anda akan diberikan informasi bila didaptn informasi baru dari penelitian ini ataupun dari sumber lain.
17. Semua data dalam penelitian ini akan disimpan oleh peneliti (tim peneliti) dalam bentuk soft file dan hard file selama masa penelitian ini sampai penelitian selesai.
18. Semua informasi yang anda berikan dalam penelitian ini tidak akan disebarluaskan sehingga kerahasiaannya akan terjamin.
19. Penelitian ini merupakan penelitian pribadi dan tidak ada sponsor yang mendanai penelitian ini.
20. Peneliti menjadi peneliti sepenuhnya dalam penelitian ini.
21. Peneliti tidak memberikan jaminan kesehatan atau perawatan kepada subyek karena penelitian ini tidak mengandung unsur intervensi yang berbahaya.

22. Tidak ada pengobatan atau rehabilitasi dan perawatan kesehatan pada individu / subyek karena penelitian ini tidak mengandung unsur intervensi yang berbahaya terhadap subyek.
23. Peneliti tidak menjamin apabila terjadi resiko pada subyek karena penelitian ini intervensi yang tidak beresiko terhadap pasien dan tidak ada organisasi yang bertanggung jawab karena ini merupakan penelitian pribadi.
24. Penelitian ini tidak melibatkan unsur-unsur yang membahayakan kepada individu/subyek sehingga tidak ada jaminan hukum untuk hal tersebut
25. Penelitian ini telah mendapat persetujuan laik etik dari KEPK UBK Garut
26. Anda akan diberikan informasi apabila terjadi pelanggaran pelaksanaan protokol penelitian ini; dan jika terjadi pelanggaran, maka ketua peneliti akan menghentikan penelitian
27. Anda akan mendapatkan penjelasan tentang rancangan penelitian dan perlakuan yang akan dilakukan hingga penelitian selesai.
28. Semua informasi penting akan diungkapkan selama penelitian berlangsung dan anda berhak untuk menarik data/informasi selama penelitian berlangsung
29. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner tidak menggunakan hasil tes genetik dan informasi genetik keluarga.
30. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner, tidak menggunakan catatan medis dan hasil laboratorium perawatan klinis milik anda.
31. Penelitian ini tidak menggunakan catatan medis dan hasil laboratorium perawatan klinis milik anda, sehingga tidak diperlukan pengumpulan, penyimpanan, dan penggunaan bahan biologi.
32. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner, semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijelaskan oleh peneliti, termasuk bila ada wanita usia subur.
33. Penelitian ini melibatkan anda dan atau wali, serta berhak mengikuti terus penelitian ini atau mengundurkan diri bila terjadi sesuai risiko penelitian.
34. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner, semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijelaskan oleh peneliti, termasuk disitu bila ada individu yang pernah mengalami atau menjadi korban bencana.
35. Penelitian ini tidak dilakukan secara online dan tidak menggunakan alat online atau digital.

Saya berharap Saudara bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini dimana saudara akan melakukan pengisian kuesioner yang terkait dengan penelitian. Setelah Saudara membaca maksud dan tujuan

penelitian diatas maka saya mohon untuk mengisi nama dan tanda tangan dibawah ini.

Saya setuju untuk ikut serta dalam penelitian ini.

Nama : _____

Tanda tangan : _____

Terimakasih atas kesediaan anda untuk ikut serta di dalam penelitian ini.

Dengan hormat

Saksi

Peneliti



.....

Wulan Cahya Septiani

Lampiran 12 Permohonan Menjadi Responden

SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa dari Universitas Bhakti Kencana Garut :

Nama : Wulan Cahya Septiani

NIM : 221FK06088

Alamat : Kp. Babakan Jambe, Rt 02 Rw 12 Desa Pasawahan Kecamatan Tarogong Kaler

Dengan ini saya akan mengadakan penelitian yang berjudul **“Penerapan Terapi Senam Aerobic Low Impact Dalam Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Skizofrenia Dengan Kecemasan Di Wilayah Kerja Puskesmas Limbangan Kabupaten Garut Tahun 2025”**

Dengan demikian untuk keperluan tersebut saya memohon ketersediaan dari bapak/ibu, saudara/i, untuk menjadi responden dalam penelitian ini dan mengharapkan bapak/ibu, saudara/i, dijamin kerahasiaanya. Penelitian ini akan bermanfaat semaksimal mungkin untuk mendapatkan *treatment* tanpa ada kerugian. Jika bapak/ibu, saudara/i, tidak bersedia maka tidak ada sanksi bagi bapak/ibu, saudara/i.

Atas perhatian dan kerjasamanya, saya ucapan terimakasih.

Garut, Mei
2025

Peneliti

Wulan Cahya
Septiani

Lampiran 13 Informend Consent

INFORMEND CONSENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut dengan judul **“Penerapan Terapi Senam Aerobic Low Impact Dalam Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Skizofrenia Dengan Kecemasan Di Wilayah Kerja Puskesmas Limbangan Kabupaten Garut Tahun 2025”**.

Nama :

Umur :

Pekerjaan :

Agama :

Alamat :

Saya memahami penelitian ini dimaksudkan untuk kepentingan ilmiah dalam rangka menyusun Karya Tulis Ilmiah bagi peneliti dan tidak akan mempunyai dampak negatif, serta merugikan bagi saya. Sehingga jawaban dan hasil observasi benar-benar dapat dirahasiakan. Dengan demikian secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun, saya bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

Demikian Lembar persetujuan ini saya tanda tangani dan apabila digunakan sebagai mestinya.

Garut, Mei 2025

Responden

(.....)

Lampiran 14 lembar Observasi

Kasus :

Nama Pasien :

Nama Mahasiswa :

No	Tanggal	Jam	Implementasi	Paraf Pasien	Paraf perawat

--	--	--	--	--	--

Lampiran 15 Strategi Pelaksanaan Tindakan Keperawatan Kecemasan

STRATEGI PELAKSANAAN TINDAKAN KEPERAWATAN (SP)

MASALAH KECEMASAN Pertemuan-1

1. Proses Keperawatan

A. Kondisi Pasien

Pertemuan pertama:

- 1) Pasien melamun/merenung,
- 2) Pasien tampak gelisah,
- 3) Pasien merasa curiga

B. Diagnosa Keperawatan

Ansietas b/d Ancaman Terhadap Konsep Diri.

C. Tujuan Khusus

TUK 2: Klien mampu mengenal ansietasnya

TUK 4: Klien dapat menggunakan mekanisme coping yang adaptif

TUK 5: Klien dapat menggunakan teknik relaksasi

D. Tindakan Keperawatan

1) Pasien dapat membina hubungan saling percaya

Tindakan keperawatan :

a) Sapa pasien dengan nama baik verbal dan non verbal

b) Perkenalkan diri dengan sopan

c) Tanya nama lengkap pasien dan nama panggilan yang disukai

d) Jelaskan tujuan pertemuan

e) Jujur dan menepati janji

f) Tunjukkan sikap empati dan menerima keadaan

g) Berikan perhatian kepada pasien dan perhatikan kebutuhan dasar

2) Pasien dapat menyebutkan minimal satu penyebab ketidak kooperatifan dalam meminum obat

Tindakan keperawatan :

a) Tanyakan pada pasien tentang

- Orang yang tinggal serumah/teman pasien
- Orang terdekat pasien dirumah/diruang perawatan

b) Diskusikan dengan keluarga tentang:

- Cara merawat pasien dirumah
- Tindakan tindak lanjut dan pengobatan yang teratur

- Lingkungan yang tepat untuk pasien
- Obat pasien (nama obat, dosis, frekuensi, efek samping, akibat penghentian obat)
- Kondisi pasien yang memerlukan konsultasi segera.

2. Strategi Komunikasi Pelaksanaan Tindakan Keperawatan

A. Orientasi

1. Salam Terapiutik

"Hallo,kak. Perkenalkan saya perawat A, saya perawat yang dinas pada pagi ini mulai pukul 07.00-14.00. Ini dengan kakak siapa? Lebih senang dipanggil siapa kak?"

2. Evaluasi

"Apa yang kakak rasakan saat ini? "

"Bagaimana keadaan kakak saat ini?"

3. Kontrak

- a) Topik: Membahas tentang perihal yang membuat klien cemas
- b) Tempat: Ruang teras di depan rumah
- c) Waktu: pukul 09.00-09.20 (20 menit)

B. Kerja

"kakak mengatakan kalau merasa khawatir dengan penyakit kakak, sudah beberapa hari mengalami gelisah, dan sulit tidur. Coba kakak ceritakan lebih lanjut tentang perasaan kakak, kenapa kakak meraskan hal tersebut, apa yang kakak pikirkan? Oh, jadi kakak takut kalau penyakit kakak kambuh lagi? Bagaimana kalau kita coba megatasi kecemasan kakak dengan teknik relaksasi, dengan cara tarik napas dalam. Ini merupakan salah satu cara untuk mengurangi kecemasan yang kakak rasakan."

"Bagaimana kalau kita latihan sekarang. Saya akan lakukan, dan kakak memperhatikan saya, lalu mengikuti yang sudah saya ajarkan. Kita mulai ya kak?

Pertama-tama kakak tarik napas dalam perlahan-lahan, setelah itu tahan napas. Dalam hitungan ketiga setelah itu kakak hempaskan udara melalui mulut dengan meniup udara secara perlahan-lahan. Sekarang coba kakak praktikan."

C. Terminasi

a) Evaluasi Subyektif

"Nah, sekarang bagaimana perasaan kakak? Apakah perasaan cemasnya sudah berkurang kak? Apakah sudah merasa lebih baik sekarang?"

b) Evaluasi Objektif

"Sekarang coba kakak lakukan lagi tahapan-tahapan melakukan relaksasi yang seperti saya contohkan tadi ya?"

c) Kontrak

"Baiklah. Bagaimana kalau kita lanjutkan percakapan kita besok pagi lagi pukul 9 pagi seperti saat ini di serambi depan?

d) Rencana Tindakan Lanjutan

"Selanjutnya kakak harus mengingat-ingat apa yang sudah saya ajarkan ya?"

STRATEGI PELAKSANAAN TINDAKAN KEPERAWATAN (SP)

Pertemuan ke 2

1. Proses Keperawatan

A. Kondisi Pasien

- 1) Pasien melamun/merenung,
- 2) Pasien tampak gelisah,
- 3) Pasien merasa curiga

B. Diagnosa Keperawatan

Ansietas b/d Ancaman Terhadap Konsep Diri.

C. Tujuan Khusus

TUK 2: Klien mampu mengenal ansietasnya

TUK 4: klien dapat menggunakan mekanisme coping yang adaptif

TUK 5: Klien dapat menggunakan teknik relaksasi

D. Tindakan Keperawatan

- 1) Pasien dapat membina hubungan saling percaya

Tindakan keperawatan:

- a) Sapa pasien dengan nama baik verbal dan non verbal

- b) Perkenalkan diri dengan sopan
 - c) Tanya nama lengkap pasien dan nama panggilan yang disukai
 - d) Jelaskan tujuan pertemuan
 - e) Jujur dan menepati janji
 - f) Tunjukkan sikap empati dan menerima keadaan
 - g) Berikan perhatian kepada pasien dan perhatikan kebutuhan dasar
- 2) Pasien dapat menyebutkan minimal satu penyebab ketidakkooperatifan dalam meminum obat

Tindakan keperawatan:

- a) Tanyakan pada pasien tentang
 - Orang yang tinggal serumah/teman pasien Orang terdekat pasien dirumah/diruang perawatan
- b) Diskusikan dengan keluarga tentang:
 - Cara merawat pasien dirumah
 - Tindakan tindak lanjut dan pengobatan yang teratur
 - Lingkungan yang tepat untuk pasien
 - Obat pasien (nama obat, dosis, frekuensi, efek samping, akibat penghentian obat)
 - Kondisi pasien yang memerlukan konsultasi segera.

2. Strategi Komunikasi Pelaksanaan Tindakan Keperawatan

A. Orientasi

1. Salam Terapiutik

"Hallo,kak. Perkenalkan saya perawat A, saya perawat yang dinas pada pagi ini mulai pukul 07.00-14.00. Ini dengan kakak siapa? Lebih senang dipanggil siapa kak?"

2. Evaluasi

"Apa yang kakak rasakan saat ini?"

"Bagaimana keadaan kakak saat ini?"

3. Kontrak

- a) Topik: Membahas tentang perihal yang membuat klien cemas
- b) Tempat: Di Serambi Depan
- c) Waktu: pukul 09.00-09.20 (20 menit)

B. Kerja

"Kakak kemarin mengatakan kalau merasa khawatir dengan penyakit kakak, sudah beberapa hari mengalami gelisah dan sulit tidur. Apakah kakak masih merasa gelisah saat ini? Baiklah kalau kakak masih merasa gelisah. Kemarin kita sudah mempelajari teknik napas dalam, apakah kakak sudah melakukannya lagi? Kalau begitu kali ini kita akan mempelajari teknik relaksasi otot. Ikuti instruksi saya ya kak."

- 1) Kepalkan dengan kencang sesaat telapak tangan anda seolah-olah hendak meninju untuk mengencangkan otot bisep dan lengan bawah, dan rileks.
- 2) Kerutkan semua otot-otot diwajah anda, mulai dari dahi, mata, hidung,mulut, sampai leher dan bahu sekitar 4 hitungan dan rasakan ketegangan itu lalu tarik nafas panjang dan perlahan-lahan hepaskan nafas anda dan sambil kedurkan mulai dari dahi, mata, hidung, mulut. Leher, hidung.
- 3) Luruskan kaki anda lalu tegangkan rasakan tegang mulai dari jari kaki, lutut, betis, paha, pantat, rasakan ketegangan beberapa saat, lalu kembali tarik napas dalam sambil menghempaskan nafas secara perlahan.

C. Terminasi

- 1) Evaluasi Subyektif

"Nah, sekarang bagaimana perasaan kakak? Apakah perasaan cemasnya sudah berkurang kak? Apakah sudah merasa lebih baik sekarang?"

2) Evaluasi Objektif

"Sekarang coba kakak lakukan lagi tahapan-tahapan melakukan relaksasi yang seperti saya contohkan tadi ya?"

3) Kontrak

"Baiklah. Bagaimana kalau kita lanjutkan percakapan kita besok pagi lagi pukul 9 pagi seperti saat ini di ruang depan?

4) Rencana Tindak Lanjut

Anjurkan klien untuk mengidentifikasi dan menguraikan perasaannya.

Pertemuan ke 3

1. Proses Keperawatan

A. Kondisi Pasien

- 1) Pasien melamun/merenung,
- 2) Pasien tampak gelisah,
- 3) Pasien merasa curiga

B. Diagnosa Keperawatan

Ansietas b/d Ancaman Terhadap Konsep Diri.

C. Tujuan Khusus

TUK 2: Klien mampu mengenal ansietasnya

TUK 4: klien dapat menggunakan mekanisme coping yang adaptif

TUK 5: Klien dapat menggunakan teknik relaksasi

D. Tindakan Keperawatan

- 1) Pasien dapat membina hubungan saling percaya

Tindakan keperawatan:

- a) Sapa pasien dengan nama baik verbal dan non verbal
- b) Perkenalkan diri dengan sopan
- c) Tanya nama lengkap pasien dan nama panggilan yang disukai
- d) Jelaskan tujuan pertemuan
- e) Jujur dan menepati janji
- f) Tunjukkan sikap empati dan menerima keadaan
- g) Berikan perhatian kepada pasien dan perhatikan kebutuhan dasar

2) Pasien dapat menyebutkan minimal satu penyebab ketidakkooperatifan dalam meminum obat

Tindakan keperawatan:

a) Tanyakan pada pasien tentang

- Orang yang tinggal serumah/teman pasien
- Orang terdekat pasien dirumah/diruang perawatan

b) Diskusikan dengan keluarga tentang:

- Cara merawat pasien dirumah
- Tindakan tindak lanjut dan pengobatan yang teratur
- Lingkungan yang tepat untuk pasien
- Obat pasien (nama obat, dosis, frekuensi, efek samping, akibat penghentian obat)
- Kondisi pasien yang memerlukan konsultasi segera.

2. Strategi Komunikasi Pelaksanaan Tindakan Keperawatan

A. Orientasi

1. Salam Terapiutik

"Hallo,kak. Perkenalkan saya perawat W, saya perawat yang dinas pada pagi ini mulai pukul 07.00-14.00. Ini dengan kakak siapa? Lebih senang dipanggil siapa kak?"

2. Evaluasi

"Apa yang kakak rasakan saat ini?"

"Bagaimana keadaan kakak saat ini?"

3. Kontrak

a. Topik: Membahas tentang perihal yang membuat klien cemas

b. Tempat: Di Halaman Rumah

c. Waktu: pukul 09.00-09.20 (20 menit)

B. Kerja

" Kakak kemarin mengatakan kalau merasa khawatir dengan penyakit kakak, sudah beberapa hari mengalami gelisah, dan sulit tidur. Apakah kakak masih merasa gelisah hari ini? Baiklah kalau masih merasa gelisah. Kemarin kita sudah mempelajari teknik napas dalam dan relaksasi otot, apakah kakak sudah melakukanya lagi? Kalo sudah kita akan belajar teknik selanjutnya lagi yaitu senam apakah bersedia? Kalo begitu kita pemasangan terlebih dahulu dilanjutkan senam.

C. Terminasi

1) Evaluasi Subyektif

"Nah, sekarang bagaimana perasaan kakak? Apakah perasaan cemasnya sudah berkurang kak? Apakah sudah merasa lebih baik sekarang?"

2) Evaluasi Objektif

"Sekarang coba kakak lakukan lagi tahapan-tahapan melakukan relaksasi yang seperti saya contohkan tadi ya?"

3) Kontrak

"Baiklah. Bagaimana kalau kita lanjutkan percakapan kita besok pagi lagi pukul 9 pagi seperti saat ini di Halaman Rumah?

4) Rencana Tindak Lanjut

Anjurkan klien untuk mengidentifikasi dan menguraikan perasaannya

Lampiran Format 16 Strategi Pelaksanaan Tindakan Keperawatan

Format Strategi Pelaksanaan Tindakan Keperawatan (SPTK)

Nama Pasien :.....

Masalah Keperawatan :.....

Pertemuan Ke :.....

a. Proses Keperawatan

 1. Kondisi :.....

 2. Diagnosis :.....

3.TUK

:.....

4.Tindakan Keperawatan :.....**b. Strategi Komunikasi dan Pelaksanaan****1. Fase Orientasi**

a. Salam Terapeutik

.....

b. Evaluasi / validasi

.....

c. Kontrak

-Topik :.....

-Tempat :.....

-Waktu :.....

2. Fase Kerja

.....

3. Fase Terminasi

a. Evaluasi Subjektif

.....

b. Evaluasi Objektif

.....

c. Rencana Tindak Lanjut

.....

d. Kontrak yang Akan Datang

-Topik :.....

-Tempat :.....

-Waktu :.....

Lampiran 17 Format Asuhan Keperawatan Jiwa

a. Pengkajian

1. Pengumpulan Data

Ruang rawat :.....

Tanggal dirawat :.....

- a) Identitas Klien

Tabel 4.1 Identitas Pasien

Identitas Pasien	Pasien 1
Nama	:
Umur	:
Jenis kelamin	:
No.Medrec	:

Informan : _____

- b) Alasan Masuk Rumah Sakit

Tabel 4.2 Alasan Masuk Rumah Sakit

Alasan Masuk Rumah Sakit	Pasien 1
---------------------------------	-----------------

Masalah keperawatan	:
---------------------	---

- c) Faktor Predisposisi

Tabel 4.3 Faktor Predisposisi

Faktor Predisposisi	Pasien 1
----------------------------	-----------------

Pernah mengalami gangguan jiwa	
--------------------------------	--

Masa lalu? pengobatan sebelumnya?	
-----------------------------------	--

Trauma? anggota keluarga yang	
-------------------------------	--

Gangguan jiwa?	
----------------	--

Pengalaman masa lalu yang tidak	
---------------------------------	--

Menyenangkan	
--------------	--

Masalah keperawatan	
---------------------	--

- d) Pemeriksaan fisik

Tabel 4.4 Pemeriksaan Fisik

Faktor Predisposisi	Pasien 1
----------------------------	-----------------

Tanda vital : Tekanan darah	
-----------------------------	--

Nadi, suhu respirasi	
----------------------	--

BB	
----	--

TB	
----	--

Keluhan fisik	
---------------	--

Masalah keperawatan	
---------------------	--

- e) Psikososial

1) Genogram

Tabel 4.5 Genogram

Genogram

Pasien 1

2) Konsep diri

Tabel 4.6 Konsep Diri

Konsep Diri	Pasien 1
Gambaran diri	
Identitas Peran	
Ideal diri	
Harga diri	
Masalah keperawatan	

3) Hubungan Sosial

Tabel 4.7 Hubungan Sosial

Hubungan Sosial	Pasien 1
Orang yang berarti	
Peran serta dalam kegiatan	
Kelompok/masyarakat	
Hambatan dalam berhubungan dengan orang lain	
Masalah keperawatan	

4) Spritual

Tabel 4.8 Spritual

Spiritual	Pasien 1
Nilai dan keyakinan	
Kegiatan ibadah	
Masalah keperawatan	

f) Status Mental

Tabel 4.9 Status Mental

Spiritual	Pasien 1
Penampilan	
Pembicara aktivitas	
Motorik alam perasaan	
Afek	
Interaksi selama wawancara	
Persepsi	
Proses berpikir	
Tingkat kesadaran	
Memori	
Tingkat konsentrasi berhitung	
Kemampuan penilaian	
Daya tilik diri	
Masalah keperawatan	

- g) Kebutuhan persiapan pulang

Tabel 4.10 Kebutuhan Persiapan Pulang

Kebutuhan persiapan	Pasien 1
Pulang	
Makan	
BAB/ BAK	
Mandi	
Berpakaian	
Berhias istirahat dan	
Tidur	
Penggunaan obat	
Pemelihara kesehatan	
Kegiatan di dalam rumah	
Kegiatan diluar rumah	
Masalah keperawatan	

- h) Mekanisme Koping

Tabel 4.11 Masalah Koping

Mekanisme Koping	Pasien 1
Masalah Keperawatan	

- i) Masalah Psikososial dan Lingkungan

Tabel 4.12 Masalah Psikososial dan Lingkungan

Masalah Psikososial dan Pasien 1

Lingkungan

Masalah dengan dukungan

Kelompok, spesifik

Masalah berhubungan dengan

Lingkungan, spesifik

Masalah dengan pendidikan,

Spesifik

Masalah dengan pekerjaan,

Spesifik

Masalah dengan perumahan,

Spesifik

Masalah ekonomi, spesifik

Masalah keperawatan

- j) Pengetahuan Kurang Tentang

Tabel 4.13 Pengetahuan Kurang Tentang

Pengetahuan kurang Pasien 1

Masalah Keperawatan

- k) Aspek Medik

Tabel 4.14 Aspek Medik

Aspek Medik Pasien1

Diagnosa medik

2. Analisa Data

Tabel 4.15 Analisa Data

Data	Etiologi	Masalah
Pasien 1		
Subjektif	<i>Effect</i>	

Objektif	<i>Core problem</i>
<i>Cause</i>	
Pasien 2	
Subjektif	<i>Effect</i>
<i>Causa</i>	

Tabel 4.16 Daftar Masalah Keperawatan

No	Pasien 1

b. Daftar Diagnosa Keperawatan**Tabel 4.17 Daftar Diagnosa Keperawatan**

No	Diagnosa Keperawatan	Tanggal Ditemukan	Nama Perawat	Tanda Tangan
Pasien 1				

c. Perencanaan

No	Diagnosa Keperawatan	Intervensi Tujuan	Tindakan

1.

1. Rumusan tujuan mengandung konsep SMART dan mengandung kriteria indikator diagnosa keperawatan teratasi, merujuk pada Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)
2. Rencana tindakan keperawatan dibuat secara eksplisit dan spesifik, merujuk pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SLKI)
3. Rasional Berisi mekanisme pencapaian hasil melalui tindakan yang dilakukan berupa tujuan dari satu tindakan

Salah : distraksi mengurangi nyeri

Benar : distraksi bekerja di cortex selebri dengan mengalihkan persepsi nyeri pada persepsi objek yang dilihat

d. Pelaksanaan

Pelaksanaan implementasi dan dilakukan evaluasi secara formatif setelah tindakan

No	Tanggal	DP	Tindakan	Nama & Ttd
Jam				
1			Tindakan :	
			Hasil :	

e. Evaluasi

1. Evaluasi formatif dituliskan sebagai hasil dari suatu tindakan yang dicatat dalam format implementasi
2. Evaluasi sumatif berupa pemecahan masalah diagnosa keperaan dalam bentuk catatan perkembangan (SOAPIER) yang dibuat bila :
 - a) Kerangka waktu ditujuan tercapai
 - b) Diagnosa tercapai sebelum waktu di tujuan
 - c) Terjadi perburukan kondisi
 - d) Muncul masalah baru

Tanggal	DP	Evaluasi Sumatif	Nama & Ttd
S :			
O :			
A :			
P :			
I :			
E :			
R :			

Lampiran 18 Format Kuisioner Tingkat Kecemasan HARS

KUIONER TINGKAT KEMASAN

HAMILTON ANXIETY RATING SCALE (HARS)

Total nilai (*score*) :

1. Skor kurang dari 14 = Tidak ada gejala sama sekali
2. Skor 14-20 = Kecemasan Ringan
3. Skor 21-27 = Kecemasan Sedang
4. Skor 28-41 = Kecemasan Berat
5. Skor 42-56= Kecemasan Berat Sekali/Panik

No	Gejala Kecemasan	Nilai	Angka	(Score)	
1.	Perasaan Cemas <input type="checkbox"/> Firasat buruk <input type="checkbox"/> Mudah tersinggung <input type="checkbox"/> Takut akan fikiran sendiri <input type="checkbox"/> Cemas	0	1	2	3
2.	Keterangan <input type="checkbox"/> Merasa tegang <input type="checkbox"/> Lesu <input type="checkbox"/> Mudah terkejut <input type="checkbox"/> Tidak dapat istirahat dengan tenang <input type="checkbox"/> Mudah menangis <input type="checkbox"/> Gemetar <input type="checkbox"/> Gelisah	0	1	2	3
3.	Ketakutan <input type="checkbox"/> Pada gelap <input type="checkbox"/> Ditinggal sendiri <input type="checkbox"/> Pada orang asing	0	1	2	3

	<input type="checkbox"/> Pada keramaian lalu lintas					
4.	Gangguan Tidur	0	1	2	3	4
	<input type="checkbox"/> Sukar memulai tidur <input type="checkbox"/> Terbangun malam hari <input type="checkbox"/> Mimpi buruk <input type="checkbox"/> Bangun dengan lesu <input type="checkbox"/> Mimpi menakutkan					
5.	Gangguan Kecerdasan	0	1	2	3	4
	<input type="checkbox"/> Daya ingat buruk <input type="checkbox"/> Sulit berkonsentrasi <input type="checkbox"/> Daya ingat menurun					
6.	Perasaan Depresi	0	1	2	3	4
	<input type="checkbox"/> Kehilangan minat <input type="checkbox"/> Sedih <input type="checkbox"/> Berkurangnya kesukaan pada hobi <input type="checkbox"/> Persaan berubah-ubah					
7.	Gejala Somatik (otot-otot)	0	1	2	3	4
	<input type="checkbox"/> Nyeri otot <input type="checkbox"/> Kaku <input type="checkbox"/> Kedutan otot <input type="checkbox"/> Suara tak stabil					
8.	Gejala Sensorik	0	1	2	3	4
	<input type="checkbox"/> Telinga berdengung <input type="checkbox"/> Penglihatan kabur					

	<input type="checkbox"/> Muka merah dan pucat <input type="checkbox"/> Merasa lemah					
9.	Gejala Kardiovaskuler <input type="checkbox"/> Denyut nadi cepat <input type="checkbox"/> Berdebar-debar <input type="checkbox"/> Nyeri dada <input type="checkbox"/> Rasa lemah seperti mau pingsan <input type="checkbox"/> Detak jantung menghilng	0	1	2	3	4
10.	Gejala Pernafasan <input type="checkbox"/> Rasa tertekan di dada <input type="checkbox"/> Perasaan tercekik <input type="checkbox"/> Merasa nafas pendek/ sesak <input type="checkbox"/> Sering menarik nafas panjang	0	1	2	3	4
11.	Gejala Gastrointestinal <input type="checkbox"/> Sulit menelan <input type="checkbox"/> Mual <input type="checkbox"/> Muntah <input type="checkbox"/> Perut terasa penuh dan kembung <input type="checkbox"/> Nyeri lambung sebelum dan sesudah makan <input type="checkbox"/> Gangguan pencernaan <input type="checkbox"/> Konstipasi	0	1	2	3	4

	<input type="checkbox"/> Kehilangan berat badan					
12.	Gejala Urogenitalia (Perkemihan dan kelamin)	0	1	2	3	4
	<input type="checkbox"/> Sering kencing <input type="checkbox"/> Tidak dapat menahan kencing <input type="checkbox"/> Tidak datang bulan <input type="checkbox"/> Darah haid berlebihan <input type="checkbox"/> Haid beberapa kali dalam sebulan <input type="checkbox"/> Menjadi dingin (frigid) <input type="checkbox"/> Ejakulasi dini <input type="checkbox"/> Ereksi lemah <input type="checkbox"/> Ereksi hilang <input type="checkbox"/> Impontensi					
13.	Gejala otonom	0	1	2	3	4
	<input type="checkbox"/> Mulut kering <input type="checkbox"/> Muka merah <input type="checkbox"/> Mudah berkeringat <input type="checkbox"/> Sakit kepala <input type="checkbox"/> Bulu rompa berdiri <input type="checkbox"/> Kepala terasa berat <input type="checkbox"/> Kepala terasa sakit					
14.	Tingkah laku (sikap) pada wawancara	0	1	2	3	4
	<input type="checkbox"/> Gelisah <input type="checkbox"/> Tidak terang <input type="checkbox"/> Mengerutkan dahi					

	<input type="checkbox"/> Muka tegang <input type="checkbox"/> Nafas pendek dan cepat <input type="checkbox"/> Muka merah <input type="checkbox"/> Jari gemetar <input type="checkbox"/> Otot tegang/mengeras					
Total Score						

Lembar 19 Saran Penguji

 Fakultas Keperawatan Bhakti Kencana University	Universitas Bhakti Kencana Garut Jl. Pembangunan No.112 (0262) 2248380 - 2800993	
<u>LEMBAR PERBAIKAN PROPOSAL KTI</u>		
Nama Mahasiswa	Wulan Cahya Septiani	
NIM	221FKD6088	
Judul KTI	Penerapan Terapi Senam Aerobik Low Impact Dalam Aspek Jiwa Pada Pasien Skizofrenia Dengan Kecemasan	
Waktu Ujian	10.00 WIB	
NO	SARAN PENGUJI	TTD
1.	Penulisan perbaiki, kata pengantar dll perbaiki, lengkapilah ter bagian dili	<i>Mf</i>
2.	Judul perjelas terkait tempat penelitiannya (Wil. Kerja)	<i>Bf</i>
3.	BAB I: <ul style="list-style-type: none"> - Sinkronisasi antarparagraf perbaiki - Data kejadian & perbandingan lengkap - Justifikasi pemilihan tempat, tema, responden, & terapi - Penjalaksanaan perjelas : secara umum dulu baru - Perjelas mekanisme kerja dll dr terapinya - Jurnal hasil penelitian terdahulu perjelas, lengkap perbandingan - Hasil Stagen dan peran perawat perjelas - Belum ada penutup latbel - Tujuan & manfaat sesuaikan 	<i>Mf</i> <i>Bf</i>
4.	BAB II: <ul style="list-style-type: none"> - Konsep skizofrenia : perjelas sesuai saran - Konsep kecemasan : perjelas sesuai saran - Konsep terapi : perjelas. SOP perbaiki <ul style="list-style-type: none"> - Konsep askop: perjelas sesuai saran 	<i>Mf</i> <i>Bf</i>
5.	BAB III: <ul style="list-style-type: none"> - Desain penelitian perjelas - Kriteria sampel sesuaikan - DO lengkap - Tempat & waktu perjel...s - Tahapan penelitian lengkap - Instrumen lengkap - Pengolahan datz lengkap - Etika lengkap 	<i>Mf</i> <i>Bf</i> <i>(Ns. Winsari Dewi, M.Kep.)</i> 6. Dapat perbaiki 7. Lampiran lengkap & pa & Perbaikan lain coba di draft

Saran Garut, 21 Mei 2025
PENGUJI

Mf
Bf

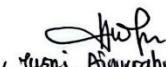


 Fakultas Keperawatan Bhakti Kencana University	Universitas Bhakti Kencana Jl. Pembangunan N (0262) 2248380 - 28
<u>LEMBAR PERBAIKAN PROPOSAL KTI</u>	
Nama Mahasiswa	: Wulan Cahya Septiani
NIM	: 221F1506088
Judul KTI	: Penerapan Terapi Senam Aerobic Low Impact dlm Askep Pada Skrufrenia dg Kecemasan di wil kerja
Waktu Ujian	: Rabu, 21 Mei 2025

NO	SARAN PENGUJI	TTD
1	Perbaiki fenomena masalah kecemasan pasien skrufrenia apa apa gejala yg munculnya, tanda kecemasan	✓
2	Perbaiki bab 2 konsep senam low impact buat gambar tahapan dan frekuensi bsp klo a manfaatnya.	✓
3	di SOP jelaskan juga jumlah, <u>musik</u> yg sesuai	✓
4	Perbaiki cari pelaksanaan u han senam	✓
5	Perbaiki soal wilaran (anya)	✓

01/08/25
 Lanjutka /

Garut, 21 Mei 2025
PENGUJI


(Rusni Purnarachmat)

✓

 Dipindai dengan CamScanner

Lampiran Persetujuan Setelah Penjelasan (Informed Consent)

Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*):

Saya Wulan Cahya Septiani adalah peneliti dari **Universitas Bhakti Kencana Garut**, dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul "**Penerapan Terapi Senam Aerobic Low Impact Dalam Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Skizofrenia Dengan Kecemasan Di Wilayah Kerja Puskesmas Limbangan Kabupaten Garut Tahun 2025**" dengan beberapa penjelasan sebagai berikut :

1. Tujuan dari penelitian ini untuk memberikan perawatan non farmakologis pada pasien skizofrenia Kecemasan, dengan penerapan terapi senam aerobic low impact di wilayah kerja Puskesmas Limbangan Kabupaten Garut dengan metode/prosedur Studi Kasus.
2. Anda dilibatkan dalam penelitian karena untuk menyelesaikan tugas akhir dan pasien skizofrenia. Keterlibatan anda dalam penelitian ini bersifat sukarela.
3. Seandainya anda tidak menyetujui cara ini maka anda dapat memilih cara lain yaitu mengundurkan diri atau anda boleh tidak mengikuti penelitian ini sama sekali. Untuk itu anda tidak akan dikenai sanksi apapun
4. Penelitian ini akan berlangsung selama 4 hari dengan 2 pasien yang mempunyai salah satu Anggota Keluarga yang mengalami penyakit skizofrenia. Dengan teknik pengambilan data secara wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi.
5. Anda akan diberikan imbalan pengganti/ kompensasi berupa cendramata atas kehilangan waktu/ketidaknyamanan lainnya
6. Setelah selesai penelitian, anda akan diberikan informasi tentang hasil penelitian secara umum melalui personal dari peneliti langsung.
7. Anda akan mendapatkan informasi tentang keadaan kesehatan anda selama pengambilan data/sampel yakni berupa informasi tentang kondisi pasien selama penelitian, serta infomasi berupa pengetahuan tentang Skizofrenia serta tentang tatacara penerapan terapi senam aerobic low impact
8. Anda akan mendapatkan informasi bila ditemukan temuan yang tidak diharapkan selama penelitian ini.
9. Anda juga akan diinformasikan data lain yang berhubungan dengan keadaan anda yang kemungkinan ditemukan saat pengambilan sampel/data berlangsung.
10. Prosedur pengambilan sampel adalah dengan melakukan wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, studi dokumentasi, dan hasil evaluasi dari penerapan terapi senam aerobic low impact, cara ini mungkin menyebabkan Rasa sakit dan rasa tidak nyaman yang kemungkinan dialami oleh subjek, dari tindakan/ intervensi/ perlakuan yang diterima selama penelitian; dan kemungkinan bahaya bagi subjek (atau orang lain termasuk keluarganya) akibat keikutsertaan dalam penelitian. Termasuk risiko terhadap kesehatan dan kesejahteraan subjek dan keluarganya.
11. Keuntungan yang anda peroleh dengan keikutsertaan anda adalah akan memperoleh, penerapan terapi senam aerobic low impact secara komprehensif

2

yang bisa dilakukan dirumah, mendapatkan perkembangan setiap kali menerapkan terapi selama penelitian berlangsung. Mendapatkan informasi terkait gangguan yang diderita skizofrenia serta cara penanganan skizofrenia yang bisa dilakukan keluarga secara langsung dirumah tanpa membutuhkan biaya yang sangat besar.

12. Penelitian dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi dunia kesehatan dan Dunia pendidikan dalam upaya menanggulangi masalah skizofrenia ditatanan keluarga dengan penatalaksanaan penerapan terapi thought stoping, serta penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan keluarga yang memiliki anggota keluarga dengan skizofrenia untuk merawat klien dengan metode penerapan terapi senam aerobic low impact yang bisa langsung diaplikasikan dengan mudah ditantan keluarga.
13. Anda tidak memerlukan perawatan setelah penelitian karena tidak terdapat intervensi dalam penelitian ini
14. Anda tidak mendapatkan intervensi dengan risiko tertentu yang memerlukan pengobatan atau tindakan kesehatan setelah penelitian ini karena penelitian ini hanya menggunakan kuesioner.
15. Anda tidak memerlukan pengobatan atau tindakan tertentu karena penelitian ini hanya menggunakan kuesioner
16. Anda akan diberikan informasi bila didaptkan informasi baru dari penelitian ini ataupun dari sumber lain.
17. Semua data dalam penelitian ini akan disimpan oleh peneliti (tim peneliti) dalam bentuk soft file dan hard file selama masa penelitian ini sampai penelitian selesai.
18. Semua informasi yang anda berikan dalam penelitian ini tidak akan disebar luaskan sehingga kerahasiaannya akan terjamin.
19. Penelitian ini merupakan penelitian pribadi dan tidak ada sponsor yang mendanai penelitian ini.
20. Peneliti menjadi peneliti sepenuhnya dalam penelitian ini.
21. Peneliti tidak memberikan jaminan kesehatan atau perawatan kepada subyek karena penelitian ini tidak mengandung unsur intervensi yang berbahaya.
22. Tidak ada pengobatan atau rehabilitasi dan perawatan kesehatan pada individu / subyek karena penelitian ini tidak mengandung unsur intervensi yang berbahaya terhadap subyek.
23. Peneliti tidak menjamin apabila terjadi resiko pada subyek karena penelitian ini intervensi yang tidak bersiko terhadap pasien dan tidak ada organisasi yang bertanggung jawab karena ini merupakan penelitian pribadi.
24. Penelitian ini tidak melibatkan unsur-unsur yang membahayakan kepada individu/subyek sehingga tidak ada jaminan hukum untuk hal tersebut
25. Penelitian ini telah mendapat persetujuan laik etik dari KEPK UBK Garut
26. Anda akan diberikan informasi apabila terjadi pelanggaran pelaksanaan protokol penelitian ini; dan jika terjadi pelanggaran, maka ketua peneliti akan menghentikan penelitian
27. Anda akan mendapatkan penjelasan tentang rancangan penelitian dan perlakuan yang akan dilakukan hingga penelitian selesai.

2

28. Semua informasi penting akan diungkapkan selama penelitian berlangsung dan anda berhak untuk menarik data/informasi selama penelitian berlangsung
29. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner tidak menggunakan hasil tes genetik dan informasi genetik keluarga.
30. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner, tidak menggunakan catatan medis dan hasil laboratorium perawatan klinis milik anda.
31. Penelitian ini tidak menggunakan catatan medis dan hasil laboratorium perawatan klinis milik anda, sehingga tidak diperlukan pengumpulan, penyimpanan, dan penggunaan bahan biologi.
32. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner, semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijelaskan oleh peneliti, termasuk bila ada wanita usia subur.
33. Penelitian ini melibatkan anda dan atau wali, serta berhak mengikuti terus penelitian ini atau mengundurkan diri bila terjadi sesuai risiko penelitian.
34. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner, semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijelaskan oleh peneliti, termasuk disitu bila ada individu yang pernah mengalami atau menjadi korban bencana.
35. Penelitian ini tidak dilakukan secara online dan tidak menggunakan alat online atau digital.

Saya berharap Saudara bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini dimana saudara akan melakukan pengisian kuesioner yang terkait dengan penelitian. Setelah Saudara membaca maksud dan tujuan penelitian diatas maka saya mohon untuk mengisi nama dan tanda tangan dibawah ini.

Saya setuju untuk ikut serta dalam penelitian ini.

Nama : ade saladin

Tanda tangan : abc

Terimakasih atas kesediaan anda untuk ikut serta di dalam penelitian ini.

Saksi

umy
.....

Dengan hormat
Peneliti

wulan
Wulan Cahya Septiani

Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*):

Saya Wulan Cahya Septiani adalah peneliti dari Universitas Bhakti Kencana Garut , dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul **"Penerapan Terapi Senam Aerobic Low Impact Dalam Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Skizofrenia Dengan Kecemasan Di Wilayah Kerja Puskesmas Limbangan Kabupaten Garut Tahun 2025"** dengan beberapa penjelasan sebagai berikut :

1. Tujuan dari penelitian ini untuk memberikan perawatan non farmakologis pada pasien skizofrenia Kecemasan, dengan penerapan terapi senam aerobic low impact di wilayah kerja Puskesmas Limbangan Kabupaten Garut dengan metode/prosedur Studi Kasus.
2. Anda dilibatkan dalam penelitian karena untuk menyelesaikan tugas akhir dan pasien skizofrenia. Keterlibatan anda dalam penelitian ini bersifat sukarela.
3. Seandainya anda tidak menyetujui cara ini maka anda dapat memilih cara lain yaitu mengundurkan diri atau anda boleh tidak mengikuti penelitian ini sama sekali. Untuk itu anda tidak akan dikenai sanksi apapun
4. Penelitian ini akan berlangsung selama 4 hari dengan 2 pasien yang mempunyai salah satu Anggota Keluarga yang mengalami penyakit skizofrenia. Dengan teknik pengambilan data secara wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi.
5. Anda akan diberikan imbalan pengganti/ kompensasi berupa cendramata atas kehilangan waktu/ketidaknyamanan lainnya
6. Setelah selesai penelitian, anda akan diberikan informasi tentang hasil penelitian secara umum melalui personal dari peneliti langsung.
7. Anda akan mendapatkan informasi tentang keadaan kesehatan anda selama pengambilan data/sampel yakni berupa informasi tentang kondisi pasien selama penelitian, serta infomasi berupa pengetahuan tentang Skizofrenia serta tentang tatacara penerapan terapi senam aerobic low impact
8. Anda akan mendapatkan informasi bila ditemukan temuan yang tidak diharapkan selama penelitian ini.
9. Anda juga akan diinformasikan data lain yang berhubungan dengan keadaan anda yang kemungkinan ditemukan saat pengambilan sampel/data berlangsung.
10. Prosedur pengambilan sampel adalah dengan melakukan wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, studi dokumentasi, dan hasil evaluasi dari penerapan terapi senam aerobic low impact, cara ini mungkin menyebabkan Rasa sakit dan rasa tidak nyaman yang kemungkinan dialami oleh subjek, dari tindakan/ intervensi/ perlakuan yang diterima selama penelitian; dan kemungkinan bahaya bagi subjek (atau orang lain termasuk keluarganya) akibat keikutsertaan dalam penelitian. Termasuk risiko terhadap kesehatan dan kesejahteraan subjek dan keluarganya.
11. Keuntungan yang anda peroleh dengan keikutsertaan anda adalah akan memperoleh, penerapan terapi senam aerobic low impact secara komprehensif

yang bisa dilakukan dirumah, mendapatkan perkembangan setiap kali menerapkan terapi selama penelitian berlangsung. Mendapatkan informasi terkait gangguan yang diderita skizofrenia serta cara penanganan skizofrenia yang bisa dilakukan keluarga secara langsung dirumah tanpa membutuhkan biaya yang sangat besar.

12. Penelitian dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi dunia kesehatan dan Dunia pendidikan dalam upaya menanggulangi masalah skizofrenia ditatanan keluarga dengan penatalaksanaan penerapan terapi thought stoping, serta penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan keluarga yang memiliki anggota keluarga dengan skizofrenia untuk merawat klien dengan metode penerapan terapi senam aerobic low impact yang bisa langsung diaplikasikan dengan mudah ditantan keluarga.
13. Anda tidak memerlukan perawatan setelah penelitian karena tidak terdapat intervensi dalam penelitian ini
14. Anda tidak mendapatkan intervensi dengan risiko tertentu yang memerlukan pengobatan atau tindakan kesehatan setelah penelitian ini karena penelitian ini hanya menggunakan kuesioner.
15. Anda tidak memerlukan pengobatan atau tindakan tertentu karena penelitian ini hanya menggunakan kuesioner
16. Anda akan diberikan informasi bila didapatkan informasi baru dari penelitian ini ataupun dari sumber lain.
17. Semua data dalam penelitian ini akan disimpan oleh peneliti (tim peneliti) dalam bentuk soft file dan hard file selama masa penelitian ini sampai penelitian selesai.
18. Semua informasi yang anda berikan dalam penelitian ini tidak akan disebar luaskan sehingga kerahasiananya akan terjamin.
19. Penelitian ini merupakan penelitian pribadi dan tidak ada sponsor yang mendanai penelitian ini.
20. Peneliti menjadi peneliti sepenuhnya dalam penelitian ini.
21. Peneliti tidak memberikan jaminan kesehatan atau perawatan kepada subyek karena penelitian ini tidak mengandung unsur intervensi yang berbahaya.
22. Tidak ada pengobatan atau rehabilitasi dan perawatan kesehatan pada individu / subyek karena penelitian ini tidak mengandung unsur intervensi yang berbahaya terhadap subyek.
23. Peneliti tidak menjamin apabila terjadi resiko pada subyek karena penelitian ini intervensi yang tidak beresiko terhadap pasien dan tidak ada organisasi yang bertanggung jawab karena ini merupakan penelitian pribadi.
24. Penelitian ini tidak melibatkan unsur-unsur yang membahayakan kepada individu/subyek sehingga tidak ada jaminan hukum untuk hal tersebut
25. Penelitian ini telah mendapat persetujuan laik etik dari KEPK UBK Garut
26. Anda akan diberikan informasi apabila terjadi pelanggaran pelaksanaan protokol penelitian ini; dan jika terjadi pelanggaran, maka ketua peneliti akan menghentikan penelitian
27. Anda akan mendapatkan penjelasan tentang rancangan penelitian dan perlakuan yang akan dilakukan hingga penelitian selesai.



28. Semua informasi penting akan diungkapkan selama penelitian berlangsung dan anda berhak untuk menarik data/informasi selama penelitian berlangsung
29. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner tidak menggunakan hasil tes genetik dan informasi genetik keluarga.
30. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner, tidak menggunakan catatan medis dan hasil laboratorium perawatan klinis milik anda.
31. Penelitian ini tidak menggunakan catatan medis dan hasil laboratorium perawatan klinis milik anda, sehingga tidak diperlukan pengumpulan, penyimpanan, dan penggunaan bahan biologi.
32. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner, semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijelaskan oleh peneliti, termasuk bila ada wanita usia subur.
33. Penelitian ini melibatkan anda dan atau wali, serta berhak mengikuti terus penelitian ini atau mengundurkan diri bila terjadi sesuai risiko penelitian.
34. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner, semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijelaskan oleh peneliti, termasuk disitu bila ada individu yang pernah mengalami atau menjadi korban bencana.
35. Penelitian ini tidak dilakukan secara online dan tidak menggunakan alat online atau digital.

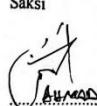
Saya berharap Saudara bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini dimana saudara akan melakukan pengisian kuesioner yang terkait dengan penelitian. Setelah Saudara membaca maksud dan tujuan penelitian diatas maka saya mohon untuk mengisi nama dan tanda tangan dibawah ini.
Saya setuju untuk ikut serta dalam penelitian ini.

Nama : Pani Anggraeni

Tanda tangan : WCS

Terimakasih atas kesediaan anda untuk ikut serta di dalam penelitian ini.

Saksi



Dengan hormat
Peneliti


 Wulan Cahya Septiani

3

Persetujuan Responden (Informed Consent):

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aani Anggraini
Umur : 29
Alamat : kp. sindang lempo
Agama : Islam

Menyetujui untuk menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh:

Nama : Wulan Cahya Septiani
NIM : 221fk06088

Judul Penelitian "PENERAPAN TERAPI SENAM AEROBIC LOW IMPACT DALAM ASUHAN KEPERAWATAN JIWA PADA PASIEN SKIZOFRENIA DENGAN KECEMASAN DI PUSKESMAS LIMBANGAN KABUPATEN GARUT"

Berdasarkan penjelasan yang telah diberikan peneliti, bersama ini saya menyatakan tidak keberatan untuk menjadi responden studi kasus peneliti. Demikian pernyataan ini saya buat, tanpa paksaan dan tekanan dari peneliti.

Peneliti

Garut, April 2025

Responden

(Wulan Cahya Septiani)

()



Dipindai dengan CamScanner

Persetujuan Responden (*Informed Consent*):

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : *adesahidin*
Umur : *48*
Alamat : *KP manjat berem*
Agama : *islam*

Menyetujui untuk menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh:

Nama : Wulan Cahya Septiani
NIM : 221fk06088

Judul Penelitian "PENERAPAN TERAPI SENAM AEROBIC LOW IMPACT DALAM ASUHAN KEPERAWATAN JIWA PADA PASIEN SKIZOFRENI DENGAN KECEMASAN DI PUSKESMAS LIMBANGAN KABUPATEN GARUT"

Berdasarkan penjelasan yang telah diberikan peneliti, bersama ini saya menyatakan tidak keberatan untuk menjadi responden studi kasus peneliti. Demikian pernyataan ini saya buat, tanpa paksaan dan tekanan dari peneliti.

Peneliti

Garut, April 2025

Responden

(Wulan Cahya Septiani)

(*ade*)



Dipindai dengan CamScanner



Lampiran 21 Lembar Persetujuan Perbaikan Seminar Sidang Proposal

**LEMBAR PERSETUJUAN
PERBAIKAN SEMINAR SIDANG PROPOSAL**

**JUDL : PENERAPAN TERAPI SENAM AEROBIC LOW IMPACT
DALAM ASUHAN KEPERAWATAN JIWA PADA PASIEN
SKIZOFRENIA DENGAN KECEMASAN DI PUSKESMAS
LIMBANGAN KABUPATEN GARUT TAHUN 2025**

**Menyatakan bahwa nama diatas telah melaksanakan perbaikan seminar
sidang KTI**

Garut, Juni 2025

Pembimbing 1



Santi Rinjani S.Kep., Ners., M.Kep Yani Annisa Fauziah B,Skep.,Ners.,M.Kep
NIDN. 0430058904 NIDN. 0401088903

Pembimbing 2



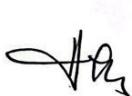
Santi Rinjani S.Kep., Ners., M.Kep Yani Annisa Fauziah B,Skep.,Ners.,M.Kep
NIDN. 0430058904 NIDN. 0401088903

Pengaji 1

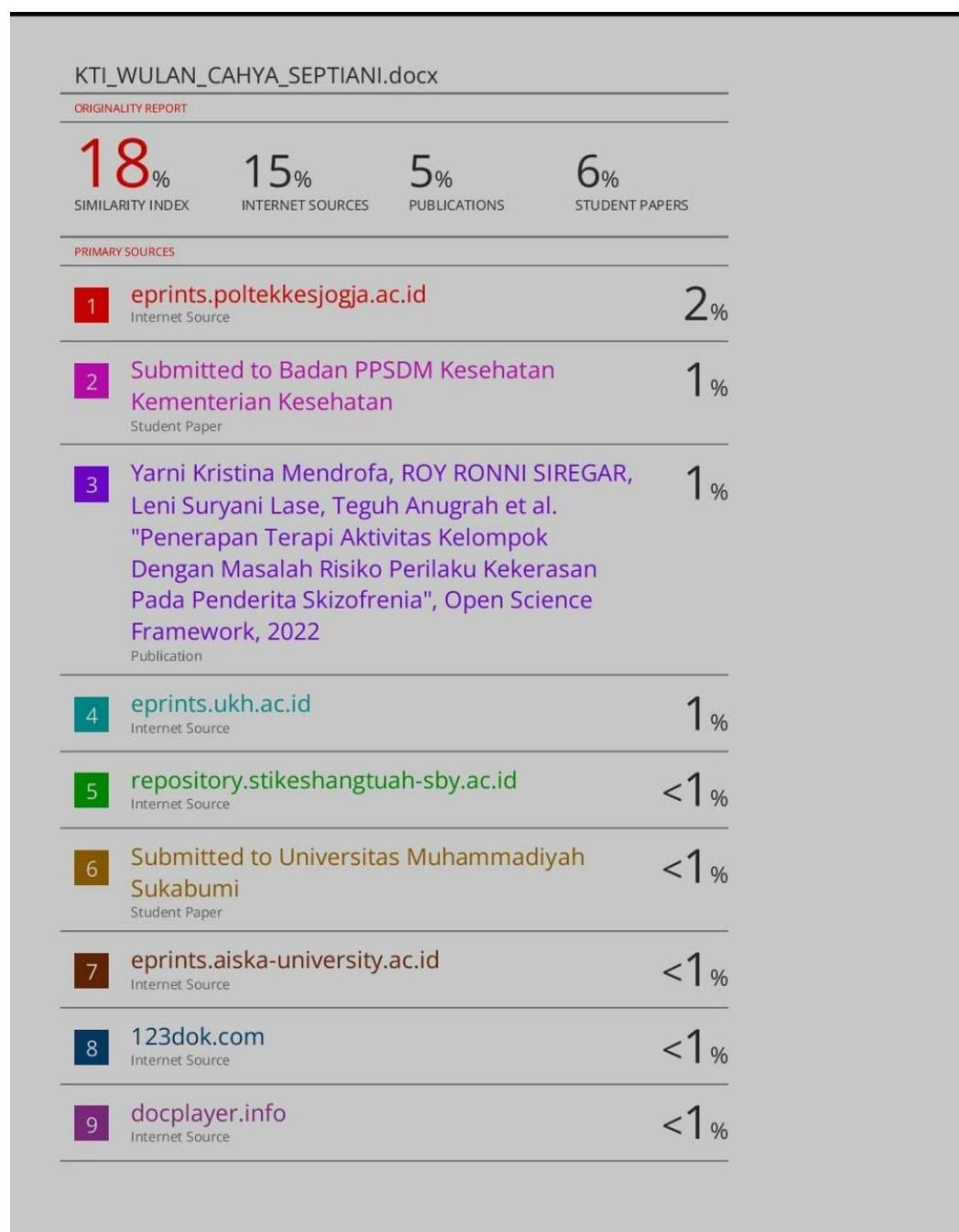


Ns. Winasari Dewi, M.Kep Yusni Ainurrahmah, S.Kep., Ners., M.Si
NIDN. 0429098903 NIDN. 042909820

Pengaji 2



Dipindai dengan CamScanner



Lampiran Riwayat Hidup



Identitas Pribadi

Nama : Wulan Cahya Septiani

Nim : 221FK06088

Tempat Tanggal Lahir : 10 – 09 - 2002

Alamat : Kp. Babakan Jambe, RT 01/RW 12, Desa
Pasawahan,

Kecamatan Tarogong Kaler, Kabupaten Garut

Riwayat Pendidikan

SD : SDN 2 PASAWAHAN

SMP : SMP BAITUL HIKMAH

SMA : SMA CILEDUG AL-MUSADADDIYAH GARUT

UNIVERSITAS : UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA GARUT