LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Studi Pendahuluan dan surat izin penelitian Kesbangpol



Universitas Bhakti Kencana

No : 788/03.FKP.LPPM-K.GRT/III/2026
Lampiran : -
Perihal : Studi Pendahuluan

Garut, 05 Maret 2026

KepadaYth.
Badan Kesatuan Bangsa & Politik (Bakesbangpol)
Di Tempat

Assalamualaikumwr.wb.

Berdasarkan kurikulum Prodi D III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut T.A 2025.2026 mahasiswa/I 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/I kami yang terlampir dibawah ini :

Nama : SYAKIRA AMELIANY
NIM : 231FK06020

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 2. Surat izin penelitian UPTD Puskesmas Tarogong



Universitas Bhakti Kencana

Jl.Pembangunan No.12 Tarogong Kidul Kab.Garut 44151
(0262) 2248380 - 2800993
bku.ac.id fasdku.garut@bku.ac.id

No : 053/03.FKP.LPPM-K.GRT/V/2026
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Garut, 19 Mei 2026

KepadaYth.
Kepala UPTD Puskesmas Tarogong
Di Garut

Assalamualaikumwr.wb.

Berdasarkan kurikulum Prodi D III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut T.A 2025.2026 mahasiswa/I 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 untuk penelitian kepada Mahasiswa/I kami yang terlampir dibawah ini :

Nama : SYAKIRA AMELIA
NIM : 231FK06020

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 3. Surat Studi Pendahuluan UPTD Puskesmas Tarogong Garut

Universitas Bhakti Kencana

Jl. Pemasangunan Kd 112 Tarogong Kidul Kab Garut 44151
(0262) 2248380 - 2800993
bhk.ac.id ... @bhk.ac.id

No : 873/03.FKP.LPPM-K.GRT/III/2026 Garut, 12 Maret 2026
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Data Awal

KepadaYth.
Kepala Puskesmas Tarogong
Di Tempat

Assalamualaikumwr.wb.

Berdasarkan kurikulum Prodi D III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut T.A 2025.2026 mahasiswa/I 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 data awal kepada Mahasiswa/I kami yang terlampir dibawah ini :

Nama : SYAKIRA AMELIANY
NIM : 231FK06020

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 4. Surat Keterangan Permohonan Data Awal

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

Nomor : 072/0554-Bakesbangpol/III/2026
Sifat : -
Lampiran : 1 Lembar
Hal : Permohonan Data Awal

Garut, 06 Maret 2026

Kepada Yth,
Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Garut
di
Tempat

Dalam rangka membantu Mahasiswa/i Universitas Bhakti Kencana Garut bersama ini terlampir Keterangan Permohonan Data Awal Nomor : **072/0554-Bakesbangpol/III/2026** Tanggal 06 Maret 2026, Atas Nama ***SYAKIRA AMELIANY / 231FK06020*** yang akan melaksanakan Permohonan Data Awal dengan mengambil lokasi di Dinas Kesehatan Kabupaten Garut. Demi kelancaran Permohonan Data Awal dimaksud, mohon bantuan dan kerjasamanya untuk membantu Kegiatan tersebut.

Demikian atas perhatiannya, kami ucapkan 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. Ketua UBK Garut;
3. Arsip.

Lampiran 5. Surat Permohonan Jadi Responden

SURAT PERMOHONAN JADI RESPONDEN

Kepada :

Yth.

Bapak/Ibu

Responden di

Tempat

Dengan hormat.

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut :

Nama : Syakira Ameliany

Akan melakukan penelitian dengan judul "Penerapan Teknik Dalam Asuhan Kperawatan Jiwa di UPT Puskesmas Tarogong Kabupaten Garut 2026". Dalam penelitian ini, saya mohon bantuan Bapak/Ibu untuk dapat menjadi responden penelitian dengan memberikan keterangan yang sejujur – jujurnya sesuai dengan proses pengumpulan data yang dilakukan melalui wawancara/observasi. Kerahasiaan keterangan Bapak/Ibu berikan akan saya jaga sebaik-baiknya. Pertanyaan dalam wawancara/observasi ini tidak bermaksud untuk memberikan penilaian terhadap status Bapak/Ibu.

Saya sangan menghargai kesediaan Bapak/Ibu untuk meluangkan waktu dalam penelitian ini. Apabila Bapak/Ibu bersedia menjadi responden penelitian ini, mohon kesediaannya untuk mendatangani lembar persetujuan (*informed consent*) yang telah disediakan.

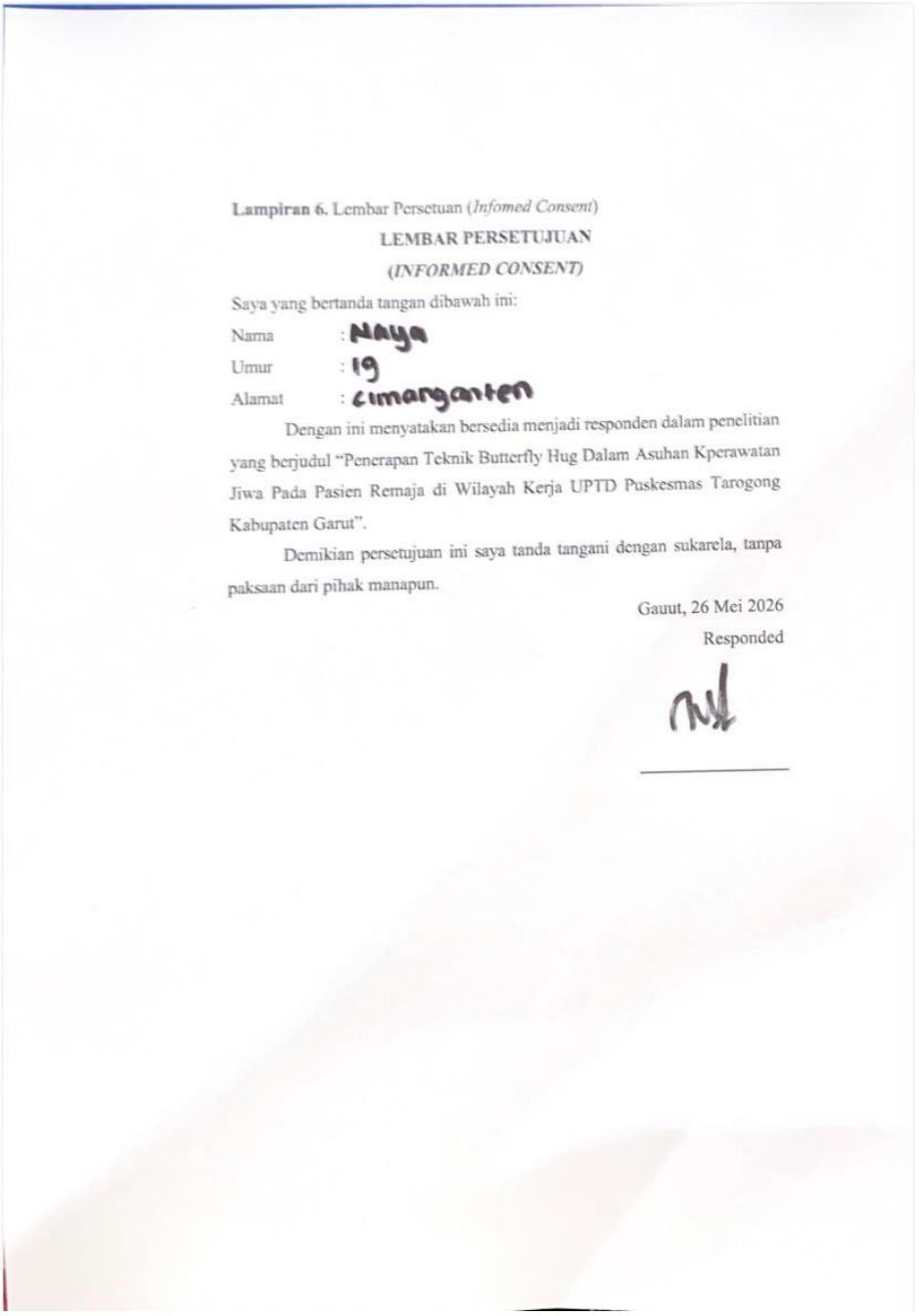
Kesediaan Bapak/Ibu sangat saya hargai. Atas perhatian dan bantuannya, saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,



Syakira Ameliany

Lampiran 6. Lembar Persetuan (*Infomed Consent*)



Lampiran 6. Lembar Persetuan (*Infomed Consent*)

LEMBAR PERSETUJUAN

(INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Naya

Umur : 19

Alamat : cimargaten

Dengan ini menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian yang berjudul "Penerapan Teknik Butterfly Hug Dalam Asuhan Kperawatan Jiwa Pada Pasien Remaja di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tarogong Kabupaten Garut".

Demikian persetujuan ini saya tanda tangani dengan sukarela, tanpa paksaan dari pihak manapun.

Gauut, 26 Mei 2026

Responded

LEMBAR PERSETUJUAN

(INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ahmad Wahid Murtadho

Umur : 18

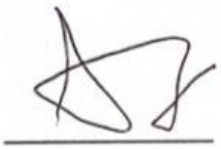
Alamat : Kp. Tanjung

Dengan ini menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian yang berjudul "Penerapan Teknik Butterfly Hug Dalam Asuhan Kperawatan Jiwa Pada Remaja Dengan Kecemasan di Wilayah UPT Puskesmas Tarogong Kabupaten Garut".

Demikian persetujuan ini saya tanda tangani dengan sukarela, tanpa paksaan dari pihak manapun.

Gauut, Mei 2026

Responded



Lampiran 7. Format Askep Keperawatan jiwa

FORMAT ASUHAN KEPERAWATAN JIWA

4.2.2 Pengkajian Klien 1

1. Identitas Klien

Nama :
Umur :
Jenis Kelamin :
Alamat :
Pendidikan :
Agama :
Tanggal Pengkajian :

2. Identitas Penanggung Jawab

Nama :
Jenis Kelamin :
Umur :
Hubungan Dengan Klien :

3. Alasan Masuk

Masalah Keperawatan :

4. Faktor Predisposisi

a) Pernah Mengalami Gangguan Jiwa

Masalah Keperawatan :

b) Pengobatan Sebelumnya

Masalah Keperawatan:

c) Pengalaman masalalu yang tidak menyenangkan

Masalah Keperawatan :

d) Adakah anggota keluarga yang mengalami gangguan jiwa, kalo ada hubungannya apa dengan keluarga tersebut?

Masalah Keperawatan:

e) Pengalaman masalalu yang tidak menyenangkan?

Masalah Keperawatan:

5. Pemerikasaan Fisik

TTV: TD : N :

S : RR :

TB : BB :

Keluhan Fisik :

Masalah Keperawatan :

6. Psikososial

1) Genogram

Keterangan

Laki-Laki : 

Perempuan : 

Meninggal : 

Klien : 

Tinggal serumah : .....

Penjelasan Genogram:

2) Konsep Diri

a. Gambaran Diri

b. Citra Tubuh

c. Identitas Diri

d. Peran
e. Ideal Diri
f. Harga Diri

Masalah Keperawatan :

3) Hubungan Sosial
   a. Orang Yang Sangat Berarti
   b. Peran Serta Dalam Kelompok/Masyarakat
   c. Hambatan Dalam Berhubungan Dengan Orang Lain

   Masalah Keperawatan :

4) Spiritual
   a. Nilai dan Keyakinan
   b. Kegiatan Ibadah

   Masalah Keperawatan :

7. Status Mental

1) Penampilan
2) Pembicaraan
3) Aktivitas Motorik
4) Alam Perasaan
5) Afek
6) Interaksi Selama Wawancara
7) Persepsi
8) Isi Pikir
9) Arus Pikir
10) Tingkat Kesadaran
11) Memori
12) Tingkat Konsentrasi
13) Kemampuan Penilaian
14) Daya Tilik Diri

Masalah Keperawatan :

8. Pola Aktivitas Sehari-Hari

1) Perawatan Diri

Mandi :

Kebersihan :

Makan/Minum :

BAB/BAK :

Ganti Pakaian :

Masalah Keperawatan :

2) Istirahat Dan Tidur

Apakah ada masalah tidur :

Apakah merasa setelah bangun tidur :

Apakah ada kebiasaan tidur siang :

Lama tidur malam :

Apakah ada gangguan tidur :

Masalah Keperawatan :

3) Penggunaan Obat

Lorazepam

Dosis :

Frekuensi :

Indikasi :

4) Kemampuan Klien

Mengatasi kebutuhan sendiri :

Membuat keputusan :

Mengukur penggunaan obat :

Melakukan pemeriksaan :

Masalah Keperawatan :

5) Aktivitas Diluar Rumah

Belanja :

Transportasi :

Masalah Keperawatan :

9. Mekanisme Koping

1) Adaptif

()Bicara dengan orang lain

()Mampu menyelesaikan masalah

()Teknik relaksasi

()Aktivitas konstruktif

()Mencederai diri, orang lain, dan barang

2) Maladatif

()Minum alcohol

()Reaksi lambat/ berlebihan

()Bekerja berlebihan

()Menghindari

Masalah Keperawatan :

10. Masalah Psikososial Dan Lingkungan

Masalah Keperawatan :

11. Kurangnya Pengetahuan Tentang

Masalah Keperawatan :

ASPEK MEDIS

1. Diagnosa Medis

   ketidakpatuhan pengobatan.

2. Terapi Medis

   Dosis :

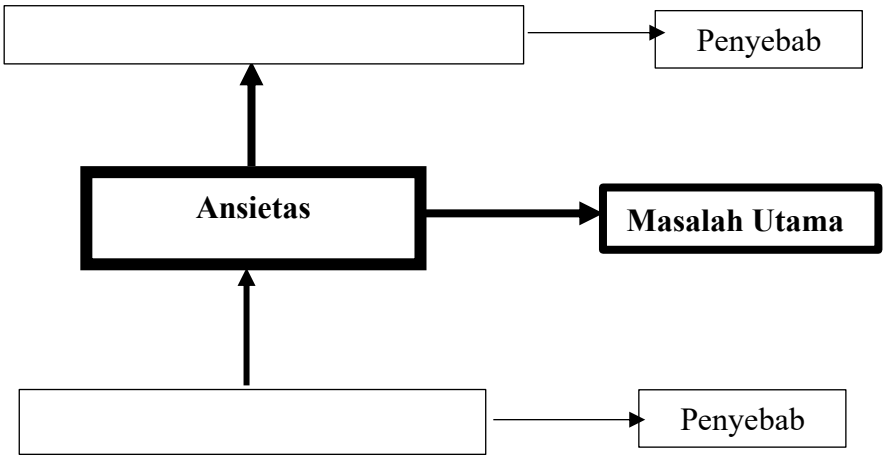
   Frekuensi :

   Indikasi :

3. Prognosis

Hasil Observasi *HARS* Responden 1 Sebelum Dilakukan Tindakan.

Pohon Masalah



Analisa Data

Analisa Data

No	Data	Masalah

Diagnosa Keperawatan

1. **(D.0080) Ansietas**

   P:

   E :

   S :

Rencana Tindakan Keperawatan

No	Dx. Keperawatan	Tujuan	Intervensi

Evaluasi Keperawatan

Tgl/ Jam	Dx. Keperawatan	Evaluasi SOAP	TTD
		S **O** **A** **P**	

Hasil Lembar Observasi *HARS* Responden I Setelah Dilakukan Terapi *Buuterfly Hug*

Lampiran 8. Standar Operasional (SOP) Teknik *Butterfly hug*

STANDAR OPERASIONAL
TEKNIK *BUTTERFLY HUG*

Pengertian	Terapi atau terapi pelukan kupu-kupu merupakan terapi mandiri untuk meredakan rasa cemas dan membuat diri menjadi lebih tenang.
Tujuan	Tujuannya untuk, Memberikan ketenangan dan rasa aman , Mengurangi kecemasan dan stres, Menurunkan ketegangan otot , Menstabilkan tanda vital (nadi dan RR), Membantu pasien mengontrol emosi.
Pengkajian	Sebelum tindakan dilakukan, perawat perlu melakukan pengkajian menyeluruh meliputi: **Data Subjektif** : Pasien mengeluh cemas, gelisah, sulit fokus, atau merasa tegang. **Skala kecemasan**: diukur menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)* atau instrumen lain yang relevan.

	Data Onjektif : Peningkatan denyut nadi (>100x/menit) , Peningkatan frekuensi napas (>20x/menit) . Ketegangan otot (terlihat kaku pada wajah atau bahu), Ekspresi wajah tegang, gelisah, atau sulit diam **Status emosional**: tampak khawatir, takut, atau panik ringan–sedang **Skala kecemasan**: Pengukuran menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* • Skor ringan: <17 • Sedang: 18–24 • Berat: ≥25
Alat	1. Jam untuk mengukur waktu 2. Lembar observasi 3. kuesioner seperti *HARS* untuk menilai tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi.
Prosedur Terapi	1. Persiapan a) Identifikasi pasien dan verifikasi kesediaan b) Pastikan lingkungan tenang, nyaman, dan minim distraksi c) Jaga privasi pasien 2. Orientasi A. Perkenalan • Berikan salam terapeutik kepada pasien • Perkenalkan diri (nama dan

peran sebagai perawat)

- Verifikasi identitas pasien
- Bangun hubungan saling percaya

B. Penjelasan prosedur

- Jelaskan tujuan terapi (mengurangi kecemasan dan memberi ketenangan)
- Jelaskan langkah-langkah tindakan secara singkat dan jelas
- Berikan kesempatan pasien untuk bertanya
- Pastikan pasien memahami dan bersedia mengikuti terapi

C. Kontrak waktu

- Sampaikan durasi tindakan ± 5–10 menit
- Sepakati waktu pelaksanaan dengan pasien
- Pastikan pasien dalam kondisi siap mengikuti terapi

D. Pengecekan *HARS* Awal

- Lakukan penilaian tingkat kecemasan menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale*
- Catat skor awal sebagai data

baseline

- Identifikasi kategori kecemasan (ringan, sedang)

E. Posisi Pasien

- Bantu pasien memilih posisi yang nyaman (duduk atau berdiri)
- Pastikan tubuh rileks dan tidak tegang
- Anjurkan pasien untuk menjaga posisi stabil selama terapi berlangsung

3. Tahap kerja

Pemberian terapi diberikan selama **5-10 menit** dan dilakukan **1x dalam sehari,** terapi dilakukan sebanyak 5 langkah yaitu:

1. Menyilangkan kedua tangan di depan dada dengan kedua telapak tangan di bahu



2. Memejamkan mata dan minta pasien membayangkan perasaan dan emosi yang

dirasakan



3. Menepuk bahu secara bergantian selama ±30 detik



4. Minta pasien menarik napas dalam-dalam lalu menghembuskannya perlahan.



5. Ulangi langkah 1–4 sampai rasa cemas berkurang, kemudian akhiri dengan menurunkan tangan ke paha

	 4.Terminasi Jika pasien sudah merasa tenang: • Instruksikan pasien berhenti menepuk • Letakkan tangan secara perlahan • Minta pasien membuka mata • Lakukan Kembali pengecekan *HARS*
Evaluasi	1. Bandingkan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah terapi (berdasarkan skor *HARS*) 2. Tanyakan bagaimana perasaan pasien setelah terapi 3. Observasi respon non-verbal (ekspresi wajah, ketegangan otot) 4. Berikan reinforcement positif atas kerja sama pasien
Dokumentasi	1. Catat tanggal dan waktu pelaksanaan terapi. 2. Dokumentasikan skor *HARS* sebelum dan sesudah terapi pada lembar observasi. 3. Catat respon subjektif dan objektif pasien selama dan setelah tindakan.

	4. Sertakan nama dan tanda tangan pelaksana tindakan

Mengetahui, Garut, 26 Juni 2026

Pembimbing Utama	Pembimbing Serta
	
Santi Rinjani, S. Kep., Ners., M. Kep	Rany Yulianie, S. St., M. Kes
NIDN 0430058904	NIDN 0408079201

Lampiran 9 Lembar Kemajuan

LAPORAN KEMAJUAN

PENELITIAN TUGAS AKHIR

Nama	Syakira Ameliany
NPM	231FK06020
Program Studi/Semester	Diploma Tiga Keperawatan/Semester 6
Rubi	Keperawatan Jiwa
Tema/Judul TA	PENERAPAN TEKNIK DALAM ASUHAN KEPERAWATAN JIWA PADA PASIEN REMAJA DENGAN KECEMASAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TAROGONG KABUPATEN GARUT TAHUN 2026
Jalur	**KTI**
Pembimbing	**1. Santi Rinjani, S.Kep., Ners., M.Kep** **2. Rany Yulianie, S.St., M.Kes**
Capaian/Progres Sampai Saat Ini:	
PENDAHULUAN Pada tahap pendahuluan telah dilakukan penyusunan latar belakang mengenai masalah kecemasan pada remaja, dampak kecemasan terhadap kondisi psikologis dan aktivitas sehari-hari, serta pentingnya pemberian intervensi keperawatan jiwa yang dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan. Telah dilakukan penyusunan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan tinjauan teori yang berkaitan dengan kecemasan serta teknik *Butterfly Hug*. Bagian pendahuluan telah melalui proses bimbingan dan perbaikan sesuai arahan dosen pembimbing.	
METODE PENELITIAN Pada tahap metode penelitian telah disusun rancangan penelitian menggunakan pendekatan studi kasus dalam asuhan keperawatan jiwa. Telah ditentukan subjek penelitian, lokasi penelitian, waktu pelaksanaan, teknik pengumpulan data,	

instrumen penelitian, serta teknik analisis data. Instrumen yang digunakan meliputi format asuhan keperawatan jiwa, lembar penilaian HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*), SOP teknik *Butterfly Hug*, wawancara, observasi, dan dokumentasi.

PROSEDUR PENELITIAN

Prosedur penelitian telah disusun mulai dari tahap pengkajian, identifikasi masalah keperawatan, penentuan diagnosis keperawatan, penyusunan intervensi, pelaksanaan teknik *Butterfly Hug*, evaluasi tingkat kecemasan menggunakan HARS, hingga dokumentasi hasil tindakan. Teknik *Butterfly Hug* diberikan sebagai salah satu intervensi untuk membantu klien mengontrol dan menurunkan kecemasan. Prosedur pelaksanaan telah disesuaikan dengan SOP dan telah melalui proses bimbingan dengan dosen pembimbing.

DAFTAR PUSTAKA

ınie, R. P., Dekawaty, A., & Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Palembang. (2024). Pengaruh teknik terhadap kecemasan menjalani skripsi pada mahasiswa keperawatan Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Palembang. *Jurnal Ners*, 8(2), 1250–1257. http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners

ıti, A. W., Rosyid, F. N., & Subrata, S. A. (2024). *Butterfly hug* Therapy On Reducing Anxiety Levels And Stabilization Hemodynamics In Patient Digital Subtraction Angiography. *MEDISAINS*, *22*(1), 33. Https://Doi.Org/10.30595/Medisains.V22i1.21484

ia, N., & Astuti, P. (2025). Pengaruh Metode *Butterfly hug* Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Pada Remaja. *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Menengah (Dikdasmen)*, *4*(3), 184–188. Https://Doi.Org/10.31960/Dikdasmen-V4i3-2399

ya, A. S. (2025). Rentang Kecemasan : Dari Kekhawatiran Normal Hingga Gangguan. In *Maliki Interdisciplinary Journal (MIJ) Eissn* (Vol. 3). Http://Urj.Uin-Malang.Ac.Id/Index.Php/Mij/Index

iyus, R. D., Ningsih, N. F., & Kusumawati, E. (2025). Asuhan keperawatan Ny. P dengan perilaku caring terhadap kecemasan pada pasien kanker serviks di Ruang

Tulip RSUD Arifin Achmad Pekanbaru. *Plenary Health: Jurnal Kesehatan Paripurna, 2*(1), 22–30. https://doi.org/10.37985/plenaryhealth.v2i2.811

Karo, M., Barus, M., Hizkia Perangin-Angin, I., Br Tarigan, R., Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan, S., & Studi, P. S. (N.D.). Volume 4 Nomor 2 Oktober 2022 Hubungan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dengan Ansietas Mahasiswa Tingkat Iv Dalam Menyusun Skripsi Di Prodi Ners Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022. *Jurnal Keperawatan Dirgahayu*.

jpers, P., Javed, A., & Bhui, K. (2023). The WHO World Mental Health Report: A Call For Action. In *British Journal Of Psychiatry* (Vol. 222, Number 6, Pp. 227–229). Cambridge University Press. Https://Doi.Org/10.1192/Bjp.2023.9

vi, T. (2025). *EKSPLORASI: Jurnal Sains Dan Teknologi Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Peran Teman Sebaya Dengan Perilaku Seksual Pada Remaja Di SMA Negeri 2 Kota Langsa*.(vol.2)

a, D. (2023). Determinan Keberhasilan Konsumsi Tablet Tambah Darah Di Puskesmas Pamboang. *Jurnal Pendidikan Dan Teknologi Kesehatan*, *6*(2), 116–128. Https://Doi.Org/10.56467/Jptk.V6i2.83

ndi, Z., Purwanto, S., & Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, B. (2024). *Seminar Nasional Keperawatan "Penatalaksanaan Kebutuhan Seksual Pada Pasien Paliatif" Tahun 2023 Pengaruh Kombinasi Metode Dan Terapi Musik Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Pada Remaja* (9(1), 190–202).

Faozi, A., Adzani, A. A., Syifa, D., Izza, N., & Kibtiyah, M. (2023). Dampak Kecemasan Masyarakat Terhadap Kesehatan Mental Di Masa Pandemi Covid 19. In *Jurnal Mercusuar* (Vol. 3, Number 1).

Pernyataan

Data yang dilaporkan benar telah dilakukan dan telah melalui proses bimbingan dengan dosen pembimbing 1 Dan pembimbing 2

Mahasiswa,

(Syakira Ameliany)

Garut, 26 Juni 2026

Mengetahui,

Pembimbing 1	Pembimbing 2
Santi Rinjani,S.Kep.Ners.,M.Kep	Rany Yulianie,S.St.,M.Kes
NIDN 0430058904	NIDN 0408079201

Lampiran 10. Media Edukasi (Poster)



Lampiran 11. Standar Acara Penyuluhan (SAP)

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

Pokok Bahasan : Kecemasan dan Teknik

Sub Pokok Bahasan : Pengertian, Faktor Risiko, Manfaat, Alat dan bahan, Langkah-langkah

Sasaran : Pasien dengan kecemasan

Waktu : 15 - 30 menit

Tempat : di UPTD Puskesmas Tarogong Garut

Tanggal : Mei 2026

Pelaksana : Syakira Ameliany

Diagnosa keperawatan : anxietas

A. Tujuan Intruksional Unum

1. Menjelaskan definisi dari Kecemasan
2. Menjelaskan faktor risiko yang dapat menimbulkan Kecemasan
3. Menjelaskan pengertian dari Teknik
4. Menyebutkan manfaat dari Teknik
5. Menyebutkan langkah-langkah dari Teknik

B. Tujuan Intruksional Khusus

1. Klien mampu menyebutkan pengertian Kecemasan
2. Klien mampu menyebutkan faktor risiko yang dapat menyebabkan Kecemasan
3. Klien mampu menyebutkan pengertian Tenik
4. Klien mampu menyebutkan manfaat dari Tenik
5. Klien mampu Menyebutkan langkah-langkah dari Teknik

C. Materi

1. Definisi Kecemasan : kecemasan merupakan respon emosional yang wajar dan dapat dialami oleh setiap individu. Namun, kecemasan dapat menjadi masalah serius apabila terjadi secara terus-menerus dan mengganggu fungsi kehidupan sehari-hari. Kecemasan diartikan sebagai perasaan takut terhadap sesuatu yang belum terjadi dan bersifat tidak menyenangkan, yang sering kali disertai dengan gejala fisiologis

(Rohmatun & Maryatun, 2022)

2. Faktor risiko Hipertensi : Faktor risiko meliputi pola asuh, penggunaan media sosial, lingkungan, *bulliying*
3. Definisi Terapi adalah terapi pelukan yang dikembangkan oleh terapis Luciana dan Janero. Terapi ini mempunyai dampak positif pada individu seperti memberikan perasaan nyaman, mengurangi rasa sakit fisik dan meningkat rasa ketenangan melalui nyamannya pelukan (Nadidah Faras Dita Putri et al., 2024)
4. Manfaat yaitu menurunkan kecemasan, memberi efek relaksasi, menstabilkan respon psikologis,
5. Alat yang diperlukan Jam untuk mengukur waktu, Lembar Observasi atau kuisioner (mis. *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS))* untuk mengukur skala kecemasan
6. Langkah-langkah : pemberian terapi diberikan selama 5-10 menit dan dilakukan 1x dalam sehari, terapi dilakukan sebanyak 5 langkah yaitu:
    1. Menyilangkan kedua tangan didepan dada dengan kedua telapak tangan dibahu
    2. Memejamkan mata dan minta pasien untuk membayangkan segala perasaan dan emosi yang dirasakan.
    3. Menepuk bahu selama 30 detik
    4. Minta untuk tarik nafas dalam-dalam dan kemudian hembuskan
    5. Ulangi langkah ke satu sampai ke empat lakukan sampai rasa cemas hilang dan diakhiri dengan menurunkan tangan kepaha

Tahap	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Peserta	Media	Waktu
Pembukaan	1. Membuka dengan salam 2. Memperkenal	1. Mendengarkan 2. Memperhatikan 3. Menjawab	leaflet dengan metode	5 menit

Metode : Ceramah

Media/alat bantu pengajaran :

Leaflet dan kuisioner Evaluasi

- Evaluasi dilakukan dengan cara tanya jawab terkait materi yang sudah disampaikan
- Kriteria evaluasi
    1. Evaluasi struktur Materi yang disajikan mudah dimengerti oleh peserta.
    2. Evaluasi proses Klien dapat mengikuti kegiatan penyuluhan dari awal sampai selesai dan berpartisipasi aktif selama kegiatan berlangsung.
    3. Evaluasi hasil Adanya peningkatan pengetahuan klien terkait informasi yang sudah disampaikan dan adanya perubahan sikap dan perilaku terhadap materi penyuluhan yang di sampaikan.

https://bku.siakadcloud.com/uploads/bku/settingsim/250.jpg

REKAP PERCAKAPAN BIMBINGAN

: Penerapan Teknik Butterfly Hug Dalam Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Kecemasan

: ke-1 /
: 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0430058904 - SANTI RINJANI, S.Kep., Ners., M.Kep

, 2026, 15:35:15
nya data penulisannya dan diagnosa itu tunggal saja tidak berhubungan untuk di kep jiwa
annya dilakukan ya, bab 4 itu hasil dan pembahasan

: ke-1 /
: 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0408079201 - RANY YULIANI

Juni 2026, 22:31:25
perbaiki untuk bab 4&5 ;

penulisan sesuai EYD
dalam gambaran tempat penelitian, mohon dilengkapi terutama berhubungan dengan program keperawatan Jiwa
pengkajian, disertakan gambaran pelaksanaan penelitian seperti brp jumlah pasien, waktunya dsb
Zhi HARS sebelum dan sesudah disimpan di bagian lampiran. Di BAB 4 cukup bahas sebelum nilainya brp dan kategori apa, lalu
nya sit apa hasilnya
gan implementasi lebih baik lagi ditambahkan hasil HARS nya (sesuai perkembangan saat intervensi)
DX nasukannya sama
asan pada bagian DX, dibahas seluruh diagnosa yg mungkin muncul sesuai teori yang digunakan,
g bagian pembahasan mohon diperkuat dengan teori lalu dibuat kesimpulan akhir apakah sesuai teori atau tidak (bandingkan dgn hasil di

ada kesimpulan umum
alan menjawab tujuan khusus d BAB 1, Bila tuj khusus ada 5 maka disesuaikan utk kesimpulannya

: ke-2 /
: 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0430058904 - SANTI RINJANI, S.Kep., Ners., M.Kep

1 Juni 2026, 11:37:46
penulisan pembahasan, analisis kembali hasil di lapangan, kaitkan dengan teori dan hasil2 jurnal/penelitian sebelumnya,
naiki sesuaikan penulisan dengan tujuan penelitian, mulai dari pengkajian s.d evaluasi

: ke-2 /
: 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0408079201 - RANY YULIANI

12 Juni 2026, 13:25:54
perbaiki pada pembahasan mengenai penegakkan DX. Mohonnbahas juga dx yg lain berdasarkan temuan yg didapatkan saat penelitian
DX Utama, mohon tambahkan teori pendukungnya agar DX yg ditetapkan lebih kuat

: ke-3 /
: 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0430058904 - SANTI RINJANI, S.Kep., Ners., M.Kep

---

https://bku.siakadcloud.com/uploads/bku/settingsim/250.jpg

REKAP PERCAKAPAN BIMBINGAN

Proposal : Penerapan Teknik Butterfly Hug Dalam Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Kecemasan
/ Bahasan : ke-1 / ibu apakah ada yang perlu di tambahkan
Mahasiswa : 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0408079201 - RANY YULIANI

Mahasiswa
Rabu, 7 Maret 2026, 15:36:47
Ibu apakah ada yang perlu di betulkan
Pembimbing
Rabu, 7 Maret 2026, 16:57:23
Syakira fokus sj di k BAB 1 ya.. itu trlalu byk bahasan yg mau diambil disana tp pada bim beres, coba fokus sj BAB 1.
Silakan segera perbaiki di dan sesuaikn dgn masukan dr pemb 1
Senin, 16 Maret 2026, 06:24:10
Silakan perbaiki ;
1. Mohon fokus di k BAB 1 dilengkapj apa sj yg blm lengkapnya
2. Justifikasi masalah terutama pemiluhan intervensi
3. Kalimat digunakan dr umum ke khusus
4. Data2 diperbaharui, fokus k data global ttg kecemasan (tdk hanya fokus k data salah satu kelompok)
5. Tambhkn data d Grt, lalu tmp penelitian
6. Lakukan studi pendahuluan
7. Tambahkn cara kerja dr intervensi yg dipilih shg dinilai layak/bisa digunakan pada penelitian ini
8. Peran perawat tambahkn
9. Jurnal2 pendukung diperjelas lg
Senin, 16 Maret 2026, 06:24:21
Silakan cek draft utk lebih jelasnya

/ Bahasan : ke-1 /
Mahasiswa : 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0430058904 - SANTI RINJANI, S.Kep., Ners., M.Kep

Mahasiswa
Kamis, 5 Maret 2026, 10:34:24
Pembimbing
Kamis, 5 Maret 2026, 10:50:46
perbaiki latar belakangnya, urutkan dari umum ke khusus, tambahkan data kasus di dunia, indonesia, jawa barat, garut, lokasi penelitian, tambahkan
fenomena masalahnya, masukan teori yang mendukung dan hasil jurnal2 sebelumnya, lakukan studi pendahuluan

/ Bahasan : ke-2 /
Mahasiswa : 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0430058904 - SANTI RINJANI, S.Kep., Ners., M.Kep

Rabu, 25 Maret 2026, 21:42:03
perbaiki tambahkan fenomena masalah yang terjadi
tambahkan data hasil wawancana dengan pemegang program kesehatan jiwa di PKM Tarogong terkait pasien anxiety dan penatalaksanaan
ana yang sudah dilakukan da kaji terkait penerapan teknik butterfly hug disana apakah sudah pernah dilakukan atau bagaimana
silkan ke bab 2 ya

, 2026, 14:53:26
ya & pembahasan analisis kembali, yang diagnosis jelaskan keterkaitan antara diagnosisnya pada pasien kemudian sesuaikan dengan teori
jelaskan tanda gejala minor yang sejalan dengan hasil temuan pada kedua pasien,
jelaskan sesuaikan dengan yang di tujuan khusus urutan penulisannya

: ke-3 /
: 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0408079201 - RANY YULIANI

silakan mangga acc, siapkan draftnya utk sidang dan pahami materi yg akan disampaikan

: ke-4 /
: 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0430058904 - SANTI RINJANI, S.Kep., Ners., M.Kep

Jum, 23 Juni 2026, 13:57:13
ya pembahasan analiss kembali
ya penulisan saran
ppo draft

Sesi / Bahasan : ke-2 /
Mahasiswa : 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0408079201 - RANY YULIANI

Senin, 16 Maret 2026, 06:26:52
Silakan ini bbrp revisi ;
1. Cek lg masukan dr sy yg sblmnya (cek drafy dan sevimanya)
2. Data dibuat dr umum ke khusus
3. Justifikasi pemilihan kasus dilmbhkn dan diperkuat lg
4. Lakukan studi pendahuluan
5. Tambahkn peran dr perawat jiwa dlm hal ansietas
Senin, 16 Maret 2026, 06:27:19
Lebih lengkapnya lg silakan cek draftnya yaa (file yg paling akhir sy send)

Sesi / Bahasan : ke-3 /
Mahasiswa : 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0408079201 - RANY YULIANI

Selasa, 14 April 2026, 19:39:42
Dimhon utk BAB 1 hasil perbaikamnya di send dl spy pembimbing dpt cek kembali apa sdh diperbaiki atau blm
Selasa, 14 April 2026, 19:41:24
Utk masukan pada BAB 2 nya yaitu ;
1. SOP diperjelas lagi dan format disesuaikan
2. Evaluasi intervensi diperjelas sesuuai yg ditargetkn capaiannya apa sj
3. Materi2 pada BAB 2 ditambhkn (sesuai saran di draft terlampir)

Sesi / Bahasan : ke-4 /
Mahasiswa : 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0408079201 - RANY YULIANI

Jumat, 17 April 2026, 05:43:14
BAB 1 ACC
hanya saja penulisan penulisan perlu diperbaiki dan juga penomoran

Sesi / Bahasan : ke-5 /
Mahasiswa : 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0408079201 - RANY YULIANI

Jumat, 17 April 2026, 05:44:41
BAB 2 ACC

Sesi / Bahasan : ke-5 /
Mahasiswa : 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0430058904 - SANTI RINJANI, S.Kep., Ners., M.Kep

Senin, 13 April 2026, 14:36:41
acc bab 1
lanjutkan bab 2

Sesi / Bahasan : ke-5 /
Mahasiswa : 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0430058904 - SANTI RINJANI, S.Kep., Ners., M.Kep

Selasa, 14 April 2026, 13:21:52

1. tambahkan di konsep kecemasan tentang skala ukurnya kecemasan
2. perbaiki rencana intervensi terapi butterfly hug di terapeutik
3. perbaiki implementasi dan evaluasi lebih aplikatif lagi sesuaikan dengan di perencanaan keperawatan dan kriteria hasil di SLKI

lanjutkan bab 3

Sesi / Bahasan : ke-6 /
Mahasiswa : 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0408079201 - RANY YULIANI

Jumat, 17 April 2026, 09:40:10

Syakira silakan perbaiki untujk;

1. Desain dan metode penelitian diganti dgn studi kasus
2. Respinden penelitian disesuaikan lg. Apakah perlu batasan usia? Klo ada batasan usia brrti di BAB 1 hrs dibahas justifikasinya apa
3. Kriteria inklusi dan eksklusi diperjelas lg
4. Tambahkan teknik pengumpulan data
5. Instrumen penelitian tambahkn dgn leaflet ttg intervensi yg dipilih
6. Etika penelitian disesuaikn dgn penelitian studi kasus

Sesi / Bahasan : ke-7 /
Mahasiswa : 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0430058904 - SANTI RINJANI, S.Kep., Ners., M.Kep

Senin, 20 April 2026, 11:58:28

1. perbaiki design penelitian (Studi Kasus) bukan pre post
2. pilih fokus subjek peneltiannya apakah anak atau remaja?
3. perbaiki kriteria inklusi dan ekslusi
4. perbaiki definisi operasional : kecemasan, jelaskan alat ukur yang digunakan untuk mengkaji kecemasan pasien

Sesi / Bahasan : ke-7 /
Mahasiswa : 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0430058904 - SANTI RINJANI, S.Kep., Ners., M.Kep

Senin, 20 April 2026, 11:51:47

acc bab 2

lanjutkan bab 3

Sesi / Bahasan : ke-7 /
Mahasiswa : 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0430058904 - SANTI RINJANI, S.Kep., Ners., M.Kep

Senin, 20 April 2026, 12:01:18

acc bab 1

Sesi / Bahasan : ke-7 /
Mahasiswa : 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0408079201 - RANY YULIANI

Minggu, 19 April 2026, 17:26:40

Utk masukan bab 3 secara keseluruhan smaa dgn sebelumnya, mohon lebih diperhatikan lg utk revisian yg diminta ;

1. Utk desain penelitian ini pakai studi kasus saja
2. Utk instrumen dan pengumpulan data dibuat berbeda
3. Syarat inklusi mengapa hrs ada batasan usia? Itu harusnya tersaji di BAB 1. Sdh sj tdk perlu batasan usia
4. Etika penelitian perbaiki sesuaikan utk studi kasus

Minggu, 19 April 2026, 17:26:58
Silakan juga lampiran2 yg diperlukan dan send lg d sevima

Sesi / Bahasan : ke-8 /
Mahasiswa : 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0430058904 - SANTI RINJANI, S.Kep., Ners., M.Kep

Senin, 20 April 2026, 12:00:12
Acc Sidang Proposal
Lengkapi draft dengan lampiran2

Sesi / Bahasan : ke-8 /
Mahasiswa : 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0408079201 - RANY YULIANI

Senin, 20 April 2026, 11:00:49
Mangga dilengkapi lagi bagian-bagian yang belum lengkap
Utk BAB 3, ada beberapa hal yang perlu diperbaiki berhubungan dengan penulisan dan juga isi. Silakan dilihat d draft yang saya share

Sesi / Bahasan : ke-9 /
Mahasiswa : 231FK06020 - SYAKIRA AMELIANY **Pembimbing** : 0408079201 - RANY YULIANI

Selasa, 21 April 2026, 09:23:49
Acc untuk sidang
Mohon dilengkapi lampiran lainnya dan buatkan PPT nya.
Pahami materi yang akan disampaikan

Bismillah, lancar sidangnya

Mahasiswa

Selasa, 21 April 2026, 09:36:40
Terimakasih banyak ibu atas bimbingannya, sehat selalu ibu

Lampiran 13. Lembar Observasi

LEMBAR OBSERVASI PENGUKURAN KECEMASAN

Respondem	**Ny.N**		**Tn. A**	
Intervensi Ansietas Hari Ke:	***pre-test***	***post test***	***pre-test***	***post test***
1	24	21	19	17
2	21	18	17	15
3	18	14	15	13
4	14	8	13	9

Hasil Observasi *HARS* Responden 1 Sebelum Dilakukan Tindakan

Skor

0 = tidak ada

1 = ringan

2 = sedang

3 = berat

4 = sangat berat

Total skor:

kurang dari 14 = tidak mengalami kecemasan

14 – 20 = kecemasan ringan

21 – 27 = kecemasan sedang

28 – 41 = kecemasan berat

42 – 56 = kecemasan sangat berat

Lembar *HARS* Sebelum Dilakukan Tindakan Hari Ke-1

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1	**Perasaan Ansietas (Cemas)**					
	Cemas		✓			
	Firasat Buruk	✓				
	Takut akan pikiran sendiri	✓				
	Mudah tersinggung		✓			
2	**Ketegangan**					
	Merasa tegang		✓			
	Lesu	✓				
	Tak bisa istirahat tenang		✓			
	Mudah terkejut		✓			
	Mudah menangis	✓				
	Gemetar		✓			
	Gelisah		✓			
3	**Ketakutan**					
	Takut akan gelap	✓				
	Takut pada orang asing	✓				
	Takut Ditinggal Sendiri		✓			
	Takut pada Binatang besar	✓				
	Takut Pada Keramaian Lalu Lintas		✓			
	Takut Pada Kerumunan Orang Banyak		✓			
4	**Gangguan Tidur**					
	Sukar masuk tidur	✓				
	Terbangun malam hari	✓				
	Tidak nyenyak		✓			
	Bangun dengan lesu		✓			

	Banyak mimpi-mimpi	✓				
	Mimpi Buruk	✓				
	Mimpi Menakutkan	✓				
5	**Gangguan Kecerdasan**					
	Sukar konsentrasi	✓				
	Daya ingat buruk	✓				
6	**Perasaan Depresi**					
	Hilangnya minat	✓				
	Berkurangnya kesenangan pada Hobi	✓				
	Sedih		✓			
	Bangun dini hari	✓				
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari	✓				
7	**Gejala Somatik (Otot)**					
	Sakit dan Nyeri di Otot-otot	✓				
	Kaku		✓			
	Kedutan Otot	✓				
	Gigi Gemerutuk	✓				
	Suara tidak stabil		✓			
8	**Gejala Somatik (Sensorik)**					
	Tinitus	✓				
	Penglihatan Kabur	✓				
	Muka merah atau pucat		✓			
	Merasa lemah		✓			
	Perasaan ditusuk-tusuk	✓				
9	**Gejala Kardiovaskuler**					
	Takhikardia	✓				

	Berdebar		✓			
	Nyeri Dada	✓				
	Denyut Nadi Mengeras	✓				
	Perasaan Lesu/Lemas Seperti Mau Pingsan	✓				
	Detak Jantung Menghilang	✓				
10	**Gejala Respiratori**					
	Rasa Tertekan atau Sempit di Dada	✓				
	Perasaan Tercekik	✓				
	Sering Menarik Napas	✓				
	Napas Pendek/Sesak		✓			
11	**Gejala Gastrointestinal**					
	Sulit menelan	✓				
	Perut melilit	✓				
	Gangguan pencernaan	✓				
	Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan	✓				
	Perasaan Terbakar di Perut	✓				
	Rasa Penuh atau Kembung	✓				
	Mual	✓				
	Muntah	✓				
	Buang Air Besar Lembek	✓				
	Kehilangan Berat Badan	✓				
	Sukar Buang Air Besar (Konstipasi)	✓				
12	**Gejala Urogenital**					
	Sering Buang Air Kecil	✓				
	Tidak dapat menahan air seni	✓				
	Amenorrhoe	✓				

	Menjadi Dingin (Frigid)	✓				
	Ejakulasi Praecocks	✓				
	Ereksi Hilang	✓				
	Impotensi	✓				
13	**Gejala Otonom**					
	Mulut kering	✓				
	Muka Merah	✓				
	Mudah berkeringat		✓			
	Pusing, Sakit Kepala	✓				
	Bulu-bulu Berdiri	✓				
14	**Tingkah Laku Pada Saat Wawancara**					
	Gelisah		✓			
	Tidak Tenang		✓			
	Jari Gemetar		✓			
	Kerut Kening	✓				
	Muka Tegang		✓			
	Tonus Otot Meningkat	✓				
	Napas Pendek dan cepat	✓				
	Muka Merah	✓				
	SKOR TOTAL					**24**

Lembar *HARS* Sebelum Dilakukan Tindakan Hari ke-2

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1	**Perasaan Ansietas (Cemas)**					
	Cemas		✓			
	Firasat Buruk	✓				
	Takut akan pikiran sendiri	✓				
	Mudah tersinggung		✓			
2	**Ketegangan**					
	Merasa tegang		✓			
	Lesu	✓				
	Tak bisa istirahat tenang		✓			
	Mudah terkejut		✓			
	Mudah menangis	✓				
	Gemetar		✓			
	Gelisah		✓			
3	**Ketakutan**					
	Takut akan gelap	✓				
	Takut pada orang asing	✓				
	Takut Ditinggal Sendiri		✓			
	Takut pada Binatang besar	✓				
	Takut Pada Keramaian Lalu Lintas		✓			
	Takut Pada Kerumunan Orang Banyak		✓			
4	**Gangguan Tidur**					
	Sukar masuk tidur	✓				
	Terbangun malam hari	✓				
	Tidak nyenyak		✓			
	Bangun dengan lesu		✓			

	Banyak mimpi-mimpi	✓				
	Mimpi Buruk	✓				
	Mimpi Menakutkan	✓				
5	**Gangguan Kecerdasan**					
	Sukar konsentrasi	✓				
	Daya ingat buruk	✓				
6	**Perasaan Depresi**					
	Hilangnya minat	✓				
	Berkurangnya kesenangan pada Hobi	✓				
	Sedih		✓			
	Bangun dini hari	✓				
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari	✓				
7	**Gejala Somatik (Otot)**					
	Sakit dan Nyeri di Otot-otot	✓				
	Kaku		✓			
	Kedutan Otot	✓				
	Gigi Gemerutuk	✓				
	Suara tidak stabil		✓			
8	**Gejala Somatik (Sensorik)**					
	Tinitus	✓				
	Penglihatan Kabur	✓				
	Muka merah atau pucat	✓				
	Merasa lemah	✓				
	Perasaan ditusuk-tusuk	✓				
9	**Gejala Kardiovaskuler**					
	Takhikardia	✓				

	Berdebar		✓			
	Nyeri Dada	✓				
	Denyut Nadi Mengeras	✓				
	Perasaan Lesu/Lemas Seperti Mau Pingsan	✓				
	Detak Jantung Menghilang	✓				
10	**Gejala Respiratori**					
	Rasa Tertekan atau Sempit di Dada	✓				
	Perasaan Tercekik	✓				
	Sering Menarik Napas	✓				
	Napas Pendek/Sesak	✓				
11	**Gejala Gastrointestinal**					
	Sulit menelan	✓				
	Perut melilit	✓				
	Gangguan pencernaan	✓				
	Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan	✓				
	Perasaan Terbakar di Perut	✓				
	Rasa Penuh atau Kembung	✓				
	Mual	✓				
	Muntah	✓				
	Buang Air Besar Lembek	✓				
	Kehilangan Berat Badan	✓				
	Sukar Buang Air Besar (Konstipasi)	✓				
12	**Gejala Urogenital**					
	Sering Buang Air Kecil	✓				
	Tidak dapat menahan air seni	✓				
	Amenorrhoe	✓				

	Menjadi Dingin (Frigid)	✓				
	Ejakulasi Praecocks	✓				
	Ereksi Hilang	✓				
	Impotensi	✓				
13	**Gejala Otonom**					
	Mulut kering	✓				
	Muka Merah	✓				
	Mudah berkeringat		✓			
	Pusing, Sakit Kepala	✓				
	Bulu-bulu Berdiri	✓				
14	**Tingkah Laku Pada Saat Wawancara**					
	Gelisah		✓			
	Tidak Tenang		✓			
	Jari Gemetar		✓			
	Kerut Kening	✓				
	Muka Tegang		✓			
	Tonus Otot Meningkat	✓				
	Napas Pendek dan cepat	✓				
	Muka Merah	✓				
	SKOR TOTAL					**21**

Lembar *HARS* Sebelum Dilakukan Tindakan Hari ke-3

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1	**Perasaan Ansietas (Cemas)**					
	Cemas		✓			

	Firasat Buruk	✓				
	Takut akan pikiran sendiri	✓				
	Mudah tersinggung	✓				
2	**Ketegangan**					
	Merasa tegang	✓				
	Lesu	✓				
	Tak bisa istirahat tenang	✓				
	Mudah terkejut	✓				
	Mudah menangis	✓				
	Gemetar		✓			
	Gelisah		✓			
3	**Ketakutan**					
	Takut akan gelap	✓				
	Takut pada orang asing	✓				
	Takut Ditinggal Sendiri		✓			
	Takut pada Binatang besar	✓				
	Takut Pada Keramaian Lalu Lintas		✓			
	Takut Pada Kerumunan Orang Banyak		✓			
4	**Gangguan Tidur**					
	Sukar masuk tidur	✓				
	Terbangun malam hari	✓				
	Tidak nyenyak		✓			
	Bangun dengan lesu		✓			
	Banyak mimpi-mimpi	✓				
	Mimpi Buruk	✓				
	Mimpi Menakutkan	✓				

5	**Gangguan Kecerdasan**					
	Sukar konsentrasi	✓				
	Daya ingat buruk	✓				
6	**Perasaan Depresi**					
	Hilangnya minat	✓				
	Berkurangnya kesenangan pada Hobi	✓				
	Sedih		✓			
	Bangun dini hari	✓				
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari	✓				
7	**Gejala Somatik (Otot)**					
	Sakit dan Nyeri di Otot-otot	✓				
	Kaku		✓			
	Kedutan Otot	✓				
	Gigi Gemerutuk	✓				
	Suara tidak stabil		✓			
8	**Gejala Somatik (Sensorik)**					
	Tinitus	✓				
	Penglihatan Kabur	✓				
	Muka merah atau pucat	✓				
	Merasa lemah	✓				
	Perasaan ditusuk-tusuk	✓				
9	**Gejala Kardiovaskuler**					
	Takhikardia	✓				
	Berdebar		✓			
	Nyeri Dada	✓				
	Denyut Nadi Mengeras	✓				

	Perasaan Lesu/Lemas Seperti Mau Pingsan	✓				
	Detak Jantung Menghilang	✓				
10	**Gejala Respiratori**					
	Rasa Tertekan atau Sempit di Dada	✓				
	Perasaan Tercekik	✓				
	Sering Menarik Napas	✓				
	Napas Pendek/Sesak	✓				
11	**Gejala Gastrointestinal**					
	Sulit menelan	✓				
	Perut melilit	✓				
	Gangguan pencernaan	✓				
	Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan	✓				
	Perasaan Terbakar di Perut	✓				
	Rasa Penuh atau Kembung	✓				
	Mual	✓				
	Muntah	✓				
	Buang Air Besar Lembek	✓				
	Kehilangan Berat Badan	✓				
	Sukar Buang Air Besar (Konstipasi)	✓				
12	**Gejala Urogenital**					
	Sering Buang Air Kecil	✓				
	Tidak dapat menahan air seni	✓				
	Amenorrhoe	✓				
	Menjadi Dingin (Frigid)	✓				
	Ejakulasi Praecocks	✓				
	Ereksi Hilang	✓				

	Impotensi	✓				
13	**Gejala Otonom**					
	Mulut kering	✓				
	Muka Merah	✓				
	Mudah berkeringat		✓			
	Pusing, Sakit Kepala	✓				
	Bulu-bulu Berdiri	✓				
14	**Tingkah Laku Pada Saat Wawancara**					
	Gelisah		✓			
	Tidak Tenang		✓			
	Jari Gemetar		✓			
	Kerut Kening	✓				
	Muka Tegang		✓			
	Tonus Otot Meningkat	✓				
	Napas Pendek dan cepat	✓				
	Muka Merah	✓				
	SKOR TOTAL					**18**

Lembar *HARS* Sebelum Dilakukan Tindakan Hari Ke-4

No	**Pertanyaan**	**0**	**1**	**2**	**3**	**4**
1	**Perasaan Ansietas (Cemas)**					
	Cemas		✓			
	Firasat Buruk	✓				
	Takut akan pikiran sendiri	✓				
	Mudah tersinggung	✓				
2	**Ketegangan**					
	Merasa tegang	✓				

	Lesu	✓				
	Tak bisa istirahat tenang	✓				
	Mudah terkejut	✓				
	Mudah menangis	✓				
	Gemetar		✓			
	Gelisah		✓			
3	**Ketakutan**					
	Takut akan gelap	✓				
	Takut pada orang asing	✓				
	Takut Ditinggal Sendiri		✓			
	Takut pada Binatang besar	✓				
	Takut Pada Keramaian Lalu Lintas		✓			
	Takut Pada Kerumunan Orang Banyak		✓			
4	**Gangguan Tidur**					
	Sukar masuk tidur	✓				
	Terbangun malam hari	✓				
	Tidak nyenyak		✓			
	Bangun dengan lesu		✓			
	Banyak mimpi-mimpi	✓				
	Mimpi Buruk	✓				
	Mimpi Menakutkan	✓				
5	**Gangguan Kecerdasan**					
	Sukar konsentrasi	✓				
	Daya ingat buruk	✓				
6	**Perasaan Depresi**					
	Hilangnya minat	✓				

	Berkurangnya kesenangan pada Hobi	✓				
	Sedih		✓			
	Bangun dini hari	✓				
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari	✓				
7	**Gejala Somatik (Otot)**					
	Sakit dan Nyeri di Otot-otot	✓				
	Kaku		✓			
	Kedutan Otot	✓				
	Gigi Gemerutuk	✓				
	Suara tidak stabil		✓			
8	**Gejala Somatik (Sensorik)**					
	Tinitus	✓				
	Penglihatan Kabur	✓				
	Muka merah atau pucat	✓				
	Merasa lemah	✓				
	Perasaan ditusuk-tusuk	✓				
9	**Gejala Kardiovaskuler**					
	Takhikardia	✓				
	Berdebar		✓			
	Nyeri Dada	✓				
	Denyut Nadi Mengeras	✓				
	Perasaan Lesu/Lemas Seperti Mau Pingsan	✓				
	Detak Jantung Menghilang	✓				
10	**Gejala Respiratori**					
	Rasa Tertekan atau Sempit di Dada	✓				
	Perasaan Tercekik	✓				

	Sering Menarik Napas	✓				
	Napas Pendek/Sesak	✓				
11	**Gejala Gastrointestinal**					
	Sulit menelan	✓				
	Perut melilit	✓				
	Gangguan pencernaan	✓				
	Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan	✓				
	Perasaan Terbakar di Perut	✓				
	Rasa Penuh atau Kembung	✓				
	Mual	✓				
	Muntah	✓				
	Buang Air Besar Lembek	✓				
	Kehilangan Berat Badan	✓				
	Sukar Buang Air Besar (Konstipasi)	✓				
12	**Gejala Urogenital**					
	Sering Buang Air Kecil	✓				
	Tidak dapat menahan air seni	✓				
	Amenorrhoe	✓				
	Menjadi Dingin (Frigid)	✓				
	Ejakulasi Praecocks	✓				
	Ereksi Hilang	✓				
	Impotensi	✓				
13	**Gejala Otonom**					
	Mulut kering	✓				
	Muka Merah	✓				
	Mudah berkeringat	✓				

	Pusing, Sakit Kepala	✓				
	Bulu-bulu Berdiri	✓				
14	**Tingkah Laku Pada Saat Wawancara**					
	Gelisah		✓			
	Tidak Tenang	✓				
	Jari Gemetar	✓				
	Kerut Kening	✓				
	Muka Tegang	✓				
	Tonus Otot Meningkat	✓				
	Napas Pendek dan cepat	✓				
	Muka Merah	✓				
	SKOR TOTAL					**14**

4.2.10 Lembar Observasi *HARS* Responden 1 Sesudah Dilakukan Tindakan

Skor

0 = tidak ada

1 = ringan

2 = sedang

3 = berat

4 = sangat berat

Total skor:

kurang dari 14 = tidak mengalami kecemasan

14 – 20 = kecemasan ringan

21 – 27 = kecemasan sedang

28 – 41 = kecemasan berat

42 – 56 = kecemasan sangat berat

Lembar *HARS* Setelah Dilakukan Tindakan Hari Ke-1

No	**Pertanyaan**	**0**	**1**	**2**	**3**	**4**

1	**Perasaan Ansietas (Cemas)**					
	Cemas		✓			
	Firasat Buruk	✓				
	Takut akan pikiran sendiri	✓				
	Mudah tersinggung		✓			
2	**Ketegangan**					
	Merasa tegang		✓			
	Lesu	✓				
	Tak bisa istirahat tenang		✓			
	Mudah terkejut		✓			
	Mudah menangis	✓				
	Gemetar		✓			
	Gelisah		✓			
3	**Ketakutan**					
	Takut akan gelap	✓				
	Takut pada orang asing	✓				
	Takut Ditinggal Sendiri		✓			
	Takut pada Binatang besar	✓				
	Takut Pada Keramaian Lalu Lintas		✓			
	Takut Pada Kerumunan Orang Banyak		✓			
4	**Gangguan Tidur**					
	Sukar masuk tidur	✓				
	Terbangun malam hari	✓				
	Tidak nyenyak		✓			
	Bangun dengan lesu		✓			
	Banyak mimpi-mimpi	✓				

	Mimpi Buruk	✓				
	Mimpi Menakutkan	✓				
5	**Gangguan Kecerdasan**					
	Sukar konsentrasi	✓				
	Daya ingat buruk	✓				
6	**Perasaan Depresi**					
	Hilangnya minat	✓				
	Berkurangnya kesenangan pada Hobi	✓				
	Sedih		✓			
	Bangun dini hari	✓				
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari	✓				
7	**Gejala Somatik (Otot)**					
	Sakit dan Nyeri di Otot-otot	✓				
	Kaku		✓			
	Kedutan Otot	✓				
	Gigi Gemerutuk	✓				
	Suara tidak stabil		✓			
8	**Gejala Somatik (Sensorik)**					
	Tinitus	✓				
	Penglihatan Kabur	✓				
	Muka merah atau pucat	✓				
	Merasa lemah	✓				
	Perasaan ditusuk-tusuk	✓				
9	**Gejala Kardiovaskuler**					
	Takhikardia	✓				
	Berdebar		✓			

	Nyeri Dada	✓				
	Denyut Nadi Mengeras	✓				
	Perasaan Lesu/Lemas Seperti Mau Pingsan	✓				
	Detak Jantung Menghilang	✓				
10	**Gejala Respiratori**					
	Rasa Tertekan atau Sempit di Dada	✓				
	Perasaan Tercekik	✓				
	Sering Menarik Napas	✓				
	Napas Pendek/Sesak	✓				
11	**Gejala Gastrointestinal**					
	Sulit menelan	✓				
	Perut melilit	✓				
	Gangguan pencernaan	✓				
	Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan	✓				
	Perasaan Terbakar di Perut	✓				
	Rasa Penuh atau Kembung	✓				
	Mual	✓				
	Muntah	✓				
	Buang Air Besar Lembek	✓				
	Kehilangan Berat Badan	✓				
	Sukar Buang Air Besar (Konstipasi)	✓				
12	**Gejala Urogenital**					
	Sering Buang Air Kecil	✓				
	Tidak dapat menahan air seni	✓				
	Amenorrhoe	✓				
	Menjadi Dingin (Frigid)	✓				

	Ejakulasi Praecocks	✓				
	Ereksi Hilang	✓				
	Impotensi	✓				
13	**Gejala Otonom**					
	Mulut kering	✓				
	Muka Merah	✓				
	Mudah berkeringat		✓			
	Pusing, Sakit Kepala	✓				
	Bulu-bulu Berdiri	✓				
14	**Tingkah Laku Pada Saat Wawancara**					
	Gelisah		✓			
	Tidak Tenang		✓			
	Jari Gemetar		✓			
	Kerut Kening	✓				
	Muka Tegang		✓			
	Tonus Otot Meningkat	✓				
	Napas Pendek dan cepat	✓				
	Muka Merah	✓				
	SKOR TOTAL					**21**

Lembar *HARS* Setelah Dilakukan Tindakan Hari Ke-2

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1	**Perasaan Ansietas (Cemas)**					
	Cemas		✓			
	Firasat Buruk	✓				
	Takut akan pikiran sendiri	✓				
	Mudah tersinggung	✓				
2	**Ketegangan**					
	Merasa tegang	✓				
	Lesu	✓				
	Tak bisa istirahat tenang	✓				
	Mudah terkejut	✓				
	Mudah menangis	✓				
	Gemetar		✓			
	Gelisah		✓			
3	**Ketakutan**					
	Takut akan gelap	✓				
	Takut pada orang asing	✓				
	Takut Ditinggal Sendiri		✓			
	Takut pada Binatang besar	✓				
	Takut Pada Keramaian Lalu Lintas		✓			
	Takut Pada Kerumunan Orang Banyak		✓			
4	**Gangguan Tidur**					
	Sukar masuk tidur	✓				
	Terbangun malam hari	✓				
	Tidak nyenyak		✓			
	Bangun dengan lesu		✓			

	Banyak mimpi-mimpi	✓				
	Mimpi Buruk	✓				
	Mimpi Menakutkan	✓				
5	**Gangguan Kecerdasan**					
	Sukar konsentrasi	✓				
	Daya ingat buruk	✓				
6	**Perasaan Depresi**					
	Hilangnya minat	✓				
	Berkurangnya kesenangan pada Hobi	✓				
	Sedih		✓			
	Bangun dini hari	✓				
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari	✓				
7	**Gejala Somatik (Otot)**					
	Sakit dan Nyeri di Otot-otot	✓				
	Kaku		✓			
	Kedutan Otot	✓				
	Gigi Gemerutuk	✓				
	Suara tidak stabil		✓			
8	**Gejala Somatik (Sensorik)**					
	Tinitus	✓				
	Penglihatan Kabur	✓				
	Muka merah atau pucat	✓				
	Merasa lemah	✓				
	Perasaan ditusuk-tusuk	✓				
9	**Gejala Kardiovaskuler**					
	Takhikardia	✓				

	Berdebar		✓			
	Nyeri Dada	✓				
	Denyut Nadi Mengeras	✓				
	Perasaan Lesu/Lemas Seperti Mau Pingsan	✓				
	Detak Jantung Menghilang	✓				
10	**Gejala Respiratori**					
	Rasa Tertekan atau Sempit di Dada	✓				
	Perasaan Tercekik	✓				
	Sering Menarik Napas	✓				
	Napas Pendek/Sesak	✓				
11	**Gejala Gastrointestinal**					
	Sulit menelan	✓				
	Perut melilit	✓				
	Gangguan pencernaan	✓				
	Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan	✓				
	Perasaan Terbakar di Perut	✓				
	Rasa Penuh atau Kembung	✓				
	Mual	✓				
	Muntah	✓				
	Buang Air Besar Lembek	✓				
	Kehilangan Berat Badan	✓				
	Sukar Buang Air Besar (Konstipasi)	✓				
12	**Gejala Urogenital**					
	Sering Buang Air Kecil	✓				
	Tidak dapat menahan air seni	✓				
	Amenorrhoe	✓				

	Menjadi Dingin (Frigid)	✓				
	Ejakulasi Praecocks	✓				
	Ereksi Hilang	✓				
	Impotensi	✓				
13	**Gejala Otonom**					
	Mulut kering	✓				
	Muka Merah	✓				
	Mudah berkeringat		✓			
	Pusing, Sakit Kepala	✓				
	Bulu-bulu Berdiri	✓				
14	**Tingkah Laku Pada Saat Wawancara**					
	Gelisah		✓			
	Tidak Tenang		✓			
	Jari Gemetar		✓			
	Kerut Kening	✓				
	Muka Tegang		✓			
	Tonus Otot Meningkat	✓				
	Napas Pendek dan cepat	✓				
	Muka Merah	✓				
	SKOR TOTAL					**18**

Lembar *HARS* Setelah Dilakukan Tindakan Hari Ke- 3

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1	**Perasaan Ansietas (Cemas)**					
	Cemas		✓			
	Firasat Buruk	✓				
	Takut akan pikiran sendiri	✓				
	Mudah tersinggung	✓				
2	**Ketegangan**					
	Merasa tegang	✓				
	Lesu	✓				
	Tak bisa istirahat tenang	✓				
	Mudah terkejut	✓				
	Mudah menangis	✓				
	Gemetar		✓			
	Gelisah		✓			
3	**Ketakutan**					
	Takut akan gelap	✓				
	Takut pada orang asing	✓				
	Takut Ditinggal Sendiri		✓			
	Takut pada Binatang besar	✓				
	Takut Pada Keramaian Lalu Lintas		✓			
	Takut Pada Kerumunan Orang Banyak		✓			
4	**Gangguan Tidur**					
	Sukar masuk tidur	✓				
	Terbangun malam hari	✓				
	Tidak nyenyak		✓			
	Bangun dengan lesu		✓			

	Banyak mimpi-mimpi	✓				
	Mimpi Buruk	✓				
	Mimpi Menakutkan	✓				
5	**Gangguan Kecerdasan**					
	Sukar konsentrasi	✓				
	Daya ingat buruk	✓				
6	**Perasaan Depresi**					
	Hilangnya minat	✓				
	Berkurangnya kesenangan pada Hobi	✓				
	Sedih		✓			
	Bangun dini hari	✓				
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari	✓				
7	**Gejala Somatik (Otot)**					
	Sakit dan Nyeri di Otot-otot	✓				
	Kaku		✓			
	Kedutan Otot	✓				
	Gigi Gemerutuk	✓				
	Suara tidak stabil		✓			
8	**Gejala Somatik (Sensorik)**					
	Tinitus	✓				
	Penglihatan Kabur	✓				
	Muka merah atau pucat	✓				
	Merasa lemah	✓				
	Perasaan ditusuk-tusuk	✓				
9	**Gejala Kardiovaskuler**					
	Takhikardia	✓				

	Berdebar		✓			
	Nyeri Dada	✓				
	Denyut Nadi Mengeras	✓				
	Perasaan Lesu/Lemas Seperti Mau Pingsan	✓				
	Detak Jantung Menghilang	✓				
10	**Gejala Respiratori**					
	Rasa Tertekan atau Sempit di Dada	✓				
	Perasaan Tercekik	✓				
	Sering Menarik Napas	✓				
	Napas Pendek/Sesak	✓				
11	**Gejala Gastrointestinal**					
	Sulit menelan	✓				
	Perut melilit	✓				
	Gangguan pencernaan	✓				
	Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan	✓				
	Perasaan Terbakar di Perut	✓				
	Rasa Penuh atau Kembung	✓				
	Mual	✓				
	Muntah	✓				
	Buang Air Besar Lembek	✓				
	Kehilangan Berat Badan	✓				
	Sukar Buang Air Besar (Konstipasi)	✓				
12	**Gejala Urogenital**					
	Sering Buang Air Kecil	✓				
	Tidak dapat menahan air seni	✓				
	Amenorrhoe	✓				

	Menjadi Dingin (Frigid)	✓				
	Ejakulasi Praecocks	✓				
	Ereksi Hilang	✓				
	Impotensi	✓				
13	**Gejala Otonom**					
	Mulut kering	✓				
	Muka Merah	✓				
	Mudah berkeringat	✓				
	Pusing, Sakit Kepala	✓				
	Bulu-bulu Berdiri	✓				
14	**Tingkah Laku Pada Saat Wawancara**					
	Gelisah		✓			
	Tidak Tenang	✓				
	Jari Gemetar	✓				
	Kerut Kening	✓				
	Muka Tegang	✓				
	Tonus Otot Meningkat	✓				
	Napas Pendek dan cepat	✓				
	Muka Merah	✓				
	SKOR TOTAL					**14**

Lembar *HARS* Setelah Dilakukan Tindakan Hari Ke-4

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1	**Perasaan Ansietas (Cemas)**					
	Cemas		✓			
	Firasat Buruk	✓				
	Takut akan pikiran sendiri	✓				
	Mudah tersinggung	✓				
2	**Ketegangan**					
	Merasa tegang	✓				
	Lesu	✓				
	Tak bisa istirahat tenang	✓				
	Mudah terkejut	✓				
	Mudah menangis	✓				
	Gemetar	✓				
	Gelisah	✓				
3	**Ketakutan**					
	Takut akan gelap	✓				
	Takut pada orang asing	✓				
	Takut Ditinggal Sendiri	✓				
	Takut pada Binatang besar	✓				
	Takut Pada Keramaian Lalu Lintas	✓				
	Takut Pada Kerumunan Orang Banyak	✓				
4	**Gangguan Tidur**					
	Sukar masuk tidur	✓				
	Terbangun malam hari	✓				
	Tidak nyenyak		✓			
	Bangun dengan lesu		✓			

	Banyak mimpi-mimpi	✓				
	Mimpi Buruk	✓				
	Mimpi Menakutkan	✓				
5	**Gangguan Kecerdasan**					
	Sukar konsentrasi	✓				
	Daya ingat buruk	✓				
6	**Perasaan Depresi**					
	Hilangnya minat	✓				
	Berkurangnya kesenangan pada Hobi	✓				
	Sedih		✓			
	Bangun dini hari	✓				
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari	✓				
7	**Gejala Somatik (Otot)**					
	Sakit dan Nyeri di Otot-otot	✓				
	Kaku		✓			
	Kedutan Otot	✓				
	Gigi Gemerutuk	✓				
	Suara tidak stabil		✓			
8	**Gejala Somatik (Sensorik)**					
	Tinitus	✓				
	Penglihatan Kabur	✓				
	Muka merah atau pucat	✓				
	Merasa lemah	✓				
	Perasaan ditusuk-tusuk	✓				
9	**Gejala Kardiovaskuler**					
	Takhikardia	✓				

	Berdebar		✓			
	Nyeri Dada	✓				
	Denyut Nadi Mengeras	✓				
	Perasaan Lesu/Lemas Seperti Mau Pingsan	✓				
	Detak Jantung Menghilang	✓				
10	**Gejala Respiratori**					
	Rasa Tertekan atau Sempit di Dada	✓				
	Perasaan Tercekik	✓				
	Sering Menarik Napas	✓				
	Napas Pendek/Sesak	✓				
11	**Gejala Gastrointestinal**					
	Sulit menelan	✓				
	Perut melilit	✓				
	Gangguan pencernaan	✓				
	Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan	✓				
	Perasaan Terbakar di Perut	✓				
	Rasa Penuh atau Kembung	✓				
	Mual	✓				
	Muntah	✓				
	Buang Air Besar Lembek	✓				
	Kehilangan Berat Badan	✓				
	Sukar Buang Air Besar (Konstipasi)	✓				
12	**Gejala Urogenital**					
	Sering Buang Air Kecil	✓				
	Tidak dapat menahan air seni	✓				
	Amenorrhoe	✓				

	Menjadi Dingin (Frigid)	✓				
	Ejakulasi Praecocks	✓				
	Ereksi Hilang	✓				
	Impotensi	✓				
13	**Gejala Otonom**					
	Mulut kering	✓				
	Muka Merah	✓				
	Mudah berkeringat	✓				
	Pusing, Sakit Kepala	✓				
	Bulu-bulu Berdiri	✓				
14	**Tingkah Laku Pada Saat Wawancara**					
	Gelisah	✓				
	Tidak Tenang	✓				
	Jari Gemetar	✓				
	Kerut Kening	✓				
	Muka Tegang	✓				
	Tonus Otot Meningkat	✓				
	Napas Pendek dan cepat	✓				
	Muka Merah	✓				
	SKOR TOTAL					**8**

Sebelum terapi *Butterfly hug*, Responden I menerima skor 24 untuk tingkat kecemasan, yang termasuk dalam kategori ansietas sedang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa klien sering mengalami ketakutan, banyak pikiran akibat tekanan dari orang tua, kesulitan tidur, merasa tidak tenang, dan tampak gelisah, tegang, kurang kontak mata, berbicara dengan suara pelan, dan kadang-kadang gemetar. Ini mendukung kondisi tersebut.

Skor *HARS* menurun secara bertahap setelah terapi *Butterfly hug* selama empat hari. Pada hari pertama, skor menurun dari 24 menjadi 21, tetapi tetap dalam kategori ansietas sedang. Pada hari kedua, skor sebelum tindakan sebesar 21 dan setelah tindakan menjadi 18, sehingga kecemasan berubah menjadi kategori ringan. Pada hari ketiga, skor sebelum tindakan sebesar 18 dan setelah terapi menurun menjadi 14. Pada hari keempat sebelum tindakan sebesar 14 dan setelah terapi menurun menjadi 8 yang menyatakan tidak ada kecemasan.

Oleh karena itu, skor *HARS* Responden I secara keseluruhan turun 16 poin, turun dari 24 menjadi 8. Setelah empat hari terapi *Butterfly hug*, klien mengalami penurunan ansietas dan tidak ada kecemasan. Perubahan ini juga terlihat secara objektif dan subjektif: klien menjadi lebih tenang, ketegangan dan kegelisahan berkurang, lebih mampu mengungkapkan perasaannya, dan lebih mampu menggunakan teknik *Butterfly hug* sendiri.

Lembar Observasi *HARS* Responden II Sebelum Dilakukan Tindakan

Skor

0 = tidak ada

1 = ringan

2 = sedang

3 = berat

4 = sangat berat

Total skor:

kurang dari 14 = tidak mengalami kecemasan

14 – 20 = kecemasan ringan

21 – 27 = kecemasan sedang

28 – 41 = kecemasan berat

42 – 56 = kecemasan sangat berat

Lembar *HARS* Sebelum Dilakukan Tindakan Hari Ke-1

No	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
1	Perasaan Ansietas (Cemas)					
	Cemas		✓			
	Firasat Buruk	✓				
	Takut akan pikiran sendiri	✓				
	Mudah tersinggung	✓				
Total						1
2	Ketegangan					
	Merasa tegang		✓			
	Lesu	✓				
	Tak bisa istirahat tenang		✓			
	Mudah terkejut	✓				
	Mudah menangis	✓				
	Gemetar	✓				

	Gelisah		✓			
Total						3
3	Ketakutan					
	Takut akan gelap	✓				
	Takut pada orang asing	✓				
	Takut Ditinggal Sendiri	✓				
	Takut pada Binatang besar	✓				
	Takut Pada Keramaian Lalu Lintas	✓				
	Takut Pada Kerumunan Orang Banyak	✓				
Total						0
4	Gangguan Tidur					
	Sukar masuk tidur	✓				
	Terbangun malam hari	✓				
	Tidak nyenyak	✓				
	Bangun dengan lesu	✓				
	Banyak mimpi-mimpi	✓				
	Mimpi Buruk	✓				
	Mimpi Menakutkan	✓				
Total						0
5	Gangguan Kecerdasan					
	Sukar konsentrasi		✓			
	Daya ingat buruk	✓				
Total						1
6	Perasaan Depresi					
	Hilangnya minat	✓				
	Berkurangnya kesenangan pada Hobi	✓				
	Sedih	✓				

	Bangun dini hari	✓				
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari		✓			
Total						1
7	Gejala Somatik (Otot)					
	Sakit dan Nyeri di Otot-otot	✓				
	Kaku		✓			
	Kedutan Otot	✓				
	Gigi Gemerutuk	✓				
	Suara tidak stabil	✓				
Total						1
8	Gejala Somatik (Sensorik)					
	Tinitus	✓				
	Penglihatan Kabur	✓				
	Muka merah atau pucat	✓				
	Merasa lemah	✓				
	Perasaan ditusuk-tusuk		✓			
Total						1
9	Gejala Kardiovaskuler					
	Takhikardia	✓				
	Berdebar		✓			
	Nyeri Dada	✓				
	Denyut Nadi Mengeras		✓			
	Perasaan Lesu/Lemas Seperti Mau Pingsan	✓				
	Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sekejap)	✓				
Total						2

10	Gejala Respirastori					
	Rasa Tertekan atau Sempit Di Dada		✓			
	Perasaan Tercekik		✓			
	Sering Menarik Napas	✓				
	Napas Pendek/Sesak	✓				
Total						2
11	Gejala Gastrointestinal					
	Sulit menelan	✓				
	Perut melilit	✓				
	Gangguan pencernaan	✓				
	Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan	✓				
	Perasaan Terbakar di Perut	✓				
	Rasa Penuh atau Kembung	✓				
	Mual		✓			
	Muntah		✓			
	Buang Air Besar Lembek	✓				
	Kehilangan Berat Badan	✓				
	Sukar Buang Air Besar (Konstipasi)	✓				
Total						2
12	Gejala Urogenital					
	Sering Buang Air Kecil		✓			
	Tidak dapat menahan air seni	✓				
	Amenorrhoe	✓				
	Menjadi Dingin (Frigid)	✓				
	Ejakulasi Praecocks	✓				
	Ereksi Hilang	✓				

	Impotensi	✓				
Total						1
13	Gejala Otonom					
	Mulut kering	✓				
	Muka Merah	✓				
	Mudah berkeringat		✓			
	Pusing, Sakit Kepala	✓				
	Bulu-bulu Berdiri	✓				
Total						1
14	Tingkah Laku Pada Saat Wawancara					
	Gelisah		✓			
	Tidak Tenang		✓			
	Jari Gemetar	✓				
	Kerut Kening	✓				
	Muka Tegang		✓			
	Tonus Otot Meningkat	✓				
	Napas Pendek dan cepat	✓				
	Muka Merah	✓				
Total						3
Skor Total						**19**

Lembar *HARS* Sebelum Dilakukan Tindakan Hari Ke-2

No	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
1	Perasaan Ansietas (Cemas)					
	Cemas		✓			
	Firasat Buruk	✓				
	Takut akan pikiran sendiri	✓				
	Mudah tersinggung	✓				
Total						1
2	Ketegangan					
	Merasa tegang		✓			
	Lesu	✓				
	Tak bisa istirahat tenang	✓				
	Mudah terkejut	✓				
	Mudah menangis	✓				
	Gemetar	✓				
	Gelisah		✓			
Total						2
3	Ketakutan					
	Takut akan gelap	✓				
	Takut pada orang asing	✓				
	Takut Ditinggal Sendiri	✓				
	Takut pada Binatang besar	✓				
	Takut Pada Keramaian Lalu Lintas	✓				
	Takut Pada Kerumunan Orang Banyak	✓				
Total						0
4	Gangguan Tidur					

	Sukar masuk tidur	✓				
	Terbangun malam hari	✓				
	Tidak nyenyak	✓				
	Bangun dengan lesu	✓				
	Banyak mimpi-mimpi	✓				
	Mimpi Buruk	✓				
	Mimpi Menakutkan	✓				
Total						0
5	Gangguan Kecerdasan					
	Sukar konsentrasi		✓			
	Daya ingat buruk	✓				
Total						1
6	Perasaan Depresi					
	Hilangnya minat	✓				
	Berkurangnya kesenangan pada Hobi	✓				
	Sedih	✓				
	Bangun dini hari	✓				
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari	✓				
Total						0
7	Gejala Somatik (Otot)					
	Sakit dan Nyeri di Otot-otot	✓				
	Kaku		✓			
	Kedutan Otot	✓				
	Gigi Gemerutuk	✓				
	Suara tidak stabil	✓				
Total						1
8	Gejala Somatik (Sensorik)					

	Tinitus	✓				
	Penglihatan Kabur	✓				
	Muka merah atau pucat	✓				
	Merasa lemah	✓				
	Perasaan ditusuk-tusuk		✓			
Total						1
9	Gejala Kardiovaskuler					
	Takhikardia	✓				
	Berdebar		✓			
	Nyeri Dada	✓				
	Denyut Nadi Mengeras		✓			
	Perasaan Lesu/Lemas Seperti Mau Pingsan	✓				
	Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sekejap)	✓				
Total						2
10	Gejala Respirastori					
	Rasa Tertekan atau Sempit Di Dada		✓			
	Perasaan Tercekik		✓			
	Sering Menarik Napas	✓				
	Napas Pendek/Sesak	✓				
Total						2
11	Gejala Gastrointestinal					
	Sulit menelan	✓				
	Perut melilit	✓				
	Gangguan pencernaan	✓				
	Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan	✓				

	Perasaan Terbakar di Perut	✓				
	Rasa Penuh atau Kembung	✓				
	Mual		✓			
	Muntah		✓			
	Buang Air Besar Lembek	✓				
	Kehilangan Berat Badan	✓				
	Sukar Buang Air Besar (Konstipasi)	✓				
Total						2
12	Gejala Urogenital					
	Sering Buang Air Kecil		✓			
	Tidak dapat menahan air seni	✓				
	Amenorrhoe	✓				
	Menjadi Dingin (Frigid)	✓				
	Ejakulasi Praecocks	✓				
	Ereksi Hilang	✓				
	Impotensi	✓				
Total						1
13	Gejala Otonom					
	Mulut kering	✓				
	Muka Merah	✓				
	Mudah berkeringat		✓			
	Pusing, Sakit Kepala	✓				
	Bulu-bulu Berdiri	✓				
Total						1
14	Tingkah Laku Pada Saat Wawancara					
	Gelisah		✓			
	Tidak Tenang		✓			

	Jari Gemetar	✓				
	Kerut Kening	✓				
	Muka Tegang		✓			
	Tonus Otot Meningkat	✓				
	Napas Pendek dan cepat	✓				
	Muka Merah	✓				
Total						3

Lembar *HARS* Sebelum Dilakukan Tindakan Hari Ke-3

No	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
1	Perasaan Ansietas (Cemas)					
	Cemas		✓			
	Firasat Buruk	✓				
	Takut akan pikiran sendiri	✓				
	Mudah tersinggung	✓				
Total						1
2	Ketegangan					
	Merasa tegang		✓			
	Lesu	✓				
	Tak bisa istirahat tenang	✓				
	Mudah terkejut	✓				
	Mudah menangis	✓				
	Gemetar	✓				
	Gelisah	✓				
Total						1
3	Ketakutan					
	Takut akan gelap	✓				
	Takut pada orang asing	✓				
	Takut Ditinggal Sendiri	✓				
	Takut pada Binatang besar	✓				
	Takut Pada Keramaian Lalu Lintas	✓				
	Takut Pada Kerumunan Orang Banyak	✓				
Total						0
4	Gangguan Tidur					

	Sukar masuk tidur	✓				
	Terbangun malam hari	✓				
	Tidak nyenyak	✓				
	Bangun dengan lesu	✓				
	Banyak mimpi-mimpi	✓				
	Mimpi Buruk	✓				
	Mimpi Menakutkan	✓				
Total						0
5	Gangguan Kecerdasan					
	Sukar konsentrasi		✓			
	Daya ingat buruk	✓				
Total						1
6	Perasaan Depresi					
	Hilangnya minat	✓				
	Berkurangnya kesenangan pada Hobi	✓				
	Sedih	✓				
	Bangun dini hari	✓				
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari	✓				
Total						0
7	Gejala Somatik (Otot)					
	Sakit dan Nyeri di Otot-otot	✓				
	Kaku	✓				
	Kedutan Otot	✓				
	Gigi Gemerutuk	✓				
	Suara tidak stabil	✓				
Total						0
8	Gejala Somatik (Sensorik)					

	Tinitus	✓				
	Penglihatan Kabur	✓				
	Muka merah atau pucat	✓				
	Merasa lemah	✓				
	Perasaan ditusuk-tusuk		✓			
Total						1
9	Gejala Kardiovaskuler					
	Takhikardia	✓				
	Berdebar		✓			
	Nyeri Dada	✓				
	Denyut Nadi Mengeras		✓			
	Perasaan Lesu/Lemas Seperti Mau Pingsan	✓				
	Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sekejap)	✓				
Total						2
10	Gejala Respirastori					
	Rasa Tertekan atau Sempit Di Dada		✓			
	Perasaan Tercekik		✓			
	Sering Menarik Napas	✓				
	Napas Pendek/Sesak	✓				
Total						2
11	Gejala Gastrointestinal					
	Sulit menelan	✓				
	Perut melilit	✓				
	Gangguan pencernaan	✓				
	Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan	✓				

	Perasaan Terbakar di Perut	✓				
	Rasa Penuh atau Kembung	✓				
	Mual		✓			
	Muntah		✓			
	Buang Air Besar Lembek	✓				
	Kehilangan Berat Badan	✓				
	Sukar Buang Air Besar (Konstipasi)	✓				
Total						2
12	Gejala Urogenital					
	Sering Buang Air Kecil		✓			
	Tidak dapat menahan air seni	✓				
	Amenorrhoe	✓				
	Menjadi Dingin (Frigid)	✓				
	Ejakulasi Praecocks	✓				
	Ereksi Hilang	✓				
	Impotensi	✓				
Total						1
13	Gejala Otonom					
	Mulut kering	✓				
	Muka Merah	✓				
	Mudah berkeringat		✓			
	Pusing, Sakit Kepala	✓				
	Bulu-bulu Berdiri	✓				
Total						1
14	Tingkah Laku Pada Saat Wawancara					
	Gelisah		✓			
	Tidak Tenang		✓			

	Jari Gemetar	✓				
	Kerut Kening	✓				
	Muka Tegang		✓			
	Tonus Otot Meningkat	✓				
	Napas Pendek dan cepat	✓				
	Muka Merah	✓				
Total						17

Lembar *HARS* Sebelum Dilakukan Tindakan Hari Ke-4

No	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
1	Perasaan Ansietas (Cemas)					
	Cemas		✓			
	Firasat Buruk	✓				
	Takut akan pikiran sendiri	✓				
	Mudah tersinggung	✓				
Total						1
2	Ketegangan					
	Merasa tegang		✓			
	Lesu	✓				
	Tak bisa istirahat tenang	✓				
	Mudah terkejut	✓				
	Mudah menangis	✓				
	Gemetar	✓				
	Gelisah	✓				
Total						1
3	Ketakutan					
	Takut akan gelap	✓				
	Takut pada orang asing	✓				
	Takut Ditinggal Sendiri	✓				
	Takut pada Binatang besar	✓				
	Takut Pada Keramaian Lalu Lintas	✓				
	Takut Pada Kerumunan Orang Banyak	✓				
Total						0
4	Gangguan Tidur					

	Sukar masuk tidur	✓				
	Terbangun malam hari	✓				
	Tidak nyenyak	✓				
	Bangun dengan lesu	✓				
	Banyak mimpi-mimpi	✓				
	Mimpi Buruk	✓				
	Mimpi Menakutkan	✓				
Total						0
5	Gangguan Kecerdasan					
	Sukar konsentrasi		✓			
	Daya ingat buruk	✓				
Total						1
6	Perasaan Depresi					
	Hilangnya minat	✓				
	Berkurangnya kesenangan pada Hobi	✓				
	Sedih	✓				
	Bangun dini hari	✓				
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari	✓				
Total						0
7	Gejala Somatik (Otot)					
	Sakit dan Nyeri di Otot-otot	✓				
	Kaku	✓				
	Kedutan Otot	✓				
	Gigi Gemerutuk	✓				
	Suara tidak stabil	✓				
Total						0
8	Gejala Somatik (Sensorik)					

	Tinitus	✓				
	Penglihatan Kabur	✓				
	Muka merah atau pucat	✓				
	Merasa lemah	✓				
	Perasaan ditusuk-tusuk		✓			
Total						1
9	Gejala Kardiovaskuler					
	Takhikardia	✓				
	Berdebar		✓			
	Nyeri Dada	✓				
	Denyut Nadi Mengeras		✓			
	Perasaan Lesu/Lemas Seperti Mau Pingsan	✓				
	Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sekejap)	✓				
Total						2
10	Gejala Respirastori					
	Rasa Tertekan atau Sempit Di Dada		✓			
	Perasaan Tercekik		✓			
	Sering Menarik Napas	✓				
	Napas Pendek/Sesak	✓				
Total						2
11	Gejala Gastrointestinal					
	Sulit menelan	✓				
	Perut melilit	✓				
	Gangguan pencernaan	✓				
	Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan	✓				

	Perasaan Terbakar di Perut	✓				
	Rasa Penuh atau Kembung	✓				
	Mual		✓			
	Muntah		✓			
	Buang Air Besar Lembek	✓				
	Kehilangan Berat Badan	✓				
	Sukar Buang Air Besar (Konstipasi)	✓				
Total						2
12	Gejala Urogenital					
	Sering Buang Air Kecil		✓			
	Tidak dapat menahan air seni	✓				
	Amenorrhoe	✓				
	Menjadi Dingin (Frigid)	✓				
	Ejakulasi Praecocks	✓				
	Ereksi Hilang	✓				
	Impotensi	✓				
Total						1
13	Gejala Otonom					
	Mulut kering	✓				
	Muka Merah	✓				
	Mudah berkeringat		✓			
	Pusing, Sakit Kepala	✓				
	Bulu-bulu Berdiri	✓				
Total						1
14	Tingkah Laku Pada Saat Wawancara					
	Gelisah		✓			
	Tidak Tenang	✓				

	Jari Gemetar	✓				
	Kerut Kening	✓				
	Muka Tegang	✓				
	Tonus Otot Meningkat	✓				
	Napas Pendek dan cepat	✓				
	Muka Merah	✓				
Total						13

Lembar Observasi *HARS* Responden II Sesudah Dilakukan Tindakan

Skor

0 = tidak ada

1 = ringan

2 = sedang

3 = berat

4 = sangat berat

Total skor:

kurang dari 14 = tidak mengalami kecemasan

14 – 20 = kecemasan ringan

21 – 27 = kecemasan sedang

28 – 41 = kecemasan berat

42 – 56 = kecemasan sangat berat

Lembar *HARS* Sesudah Dilakukan Tindakan Hari Ke-1

No	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
1	Perasaan Ansietas (Cemas)					
	Cemas		✓			
	Firasat Buruk	✓				
	Takut akan pikiran sendiri	✓				
	Mudah tersinggung	✓				
Total						1
2	Ketegangan					
	Merasa tegang		✓			
	Lesu	✓				
	Tak bisa istirahat tenang	✓				
	Mudah terkejut	✓				
	Mudah menangis	✓				
	Gemetar	✓				

	Gelisah		✓			
Total						2
3	Ketakutan					
	Takut akan gelap	✓				
	Takut pada orang asing	✓				
	Takut Ditinggal Sendiri	✓				
	Takut pada Binatang besar	✓				
	Takut Pada Keramaian Lalu Lintas	✓				
	Takut Pada Kerumunan Orang Banyak	✓				
Total						0
4	Gangguan Tidur					
	Sukar masuk tidur	✓				
	Terbangun malam hari	✓				
	Tidak nyenyak	✓				
	Bangun dengan lesu	✓				
	Banyak mimpi-mimpi	✓				
	Mimpi Buruk	✓				
	Mimpi Menakutkan	✓				
Total						0
5	Gangguan Kecerdasan					
	Sukar konsentrasi		✓			
	Daya ingat buruk	✓				
Total						1
6	Perasaan Depresi					
	Hilangnya minat	✓				
	Berkurangnya kesenangan pada Hobi	✓				
	Sedih	✓				

	Bangun dini hari	✓				
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari	✓				
Total						0
7	Gejala Somatik (Otot)					
	Sakit dan Nyeri di Otot-otot	✓				
	Kaku		✓			
	Kedutan Otot	✓				
	Gigi Gemerutuk	✓				
	Suara tidak stabil	✓				
Total						1
8	Gejala Somatik (Sensorik)					
	Tinitus	✓				
	Penglihatan Kabur	✓				
	Muka merah atau pucat	✓				
	Merasa lemah	✓				
	Perasaan ditusuk-tusuk		✓			
Total						1
9	Gejala Kardiovaskuler					
	Takhikardia	✓				
	Berdebar		✓			
	Nyeri Dada	✓				
	Denyut Nadi Mengeras		✓			
	Perasaan Lesu/Lemas Seperti Mau Pingsan	✓				
	Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sekejap)	✓				
Total						2

10	Gejala Respirastori					
	Rasa Tertekan atau Sempit Di Dada		✓			
	Perasaan Tercekik		✓			
	Sering Menarik Napas	✓				
	Napas Pendek/Sesak	✓				
Total						2
11	Gejala Gastrointestinal					
	Sulit menelan	✓				
	Perut melilit	✓				
	Gangguan pencernaan	✓				
	Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan	✓				
	Perasaan Terbakar di Perut	✓				
	Rasa Penuh atau Kembung	✓				
	Mual		✓			
	Muntah		✓			
	Buang Air Besar Lembek	✓				
	Kehilangan Berat Badan	✓				
	Sukar Buang Air Besar (Konstipasi)	✓				
Total						2
12	Gejala Urogenital					
	Sering Buang Air Kecil		✓			
	Tidak dapat menahan air seni	✓				
	Amenorrhoe	✓				
	Menjadi Dingin (Frigid)	✓				
	Ejakulasi Praecocks	✓				
	Ereksi Hilang	✓				

	Impotensi	✓				
Total						1
13	Gejala Otonom					
	Mulut kering	✓				
	Muka Merah	✓				
	Mudah berkeringat		✓			
	Pusing, Sakit Kepala	✓				
	Bulu-bulu Berdiri	✓				
Total						1
14	Tingkah Laku Pada Saat Wawancara					
	Gelisah		✓			
	Tidak Tenang		✓			
	Jari Gemetar	✓				
	Kerut Kening	✓				
	Muka Tegang		✓			
	Tonus Otot Meningkat	✓				
	Napas Pendek dan cepat	✓				
	Muka Merah	✓				
Total						3
Skor Total						**17**

Lembar *HARS* Sesudah Dilakukan Tindakan Hari Ke-2

No	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
1	Perasaan Ansietas (Cemas)					
	Cemas		✓			
	Firasat Buruk	✓				
	Takut akan pikiran sendiri	✓				
	Mudah tersinggung	✓				
Total						1
2	Ketegangan					
	Merasa tegang		✓			
	Lesu	✓				
	Tak bisa istirahat tenang	✓				
	Mudah terkejut	✓				
	Mudah menangis	✓				
	Gemetar	✓				
	Gelisah	✓				
Total						1
3	Ketakutan					
	Takut akan gelap	✓				
	Takut pada orang asing	✓				
	Takut Ditinggal Sendiri	✓				
	Takut pada Binatang besar	✓				
	Takut Pada Keramaian Lalu Lintas	✓				
	Takut Pada Kerumunan Orang Banyak	✓				
Total						0
4	Gangguan Tidur					

	Sukar masuk tidur	✓				
	Terbangun malam hari	✓				
	Tidak nyenyak	✓				
	Bangun dengan lesu	✓				
	Banyak mimpi-mimpi	✓				
	Mimpi Buruk	✓				
	Mimpi Menakutkan	✓				
Total						0
5	Gangguan Kecerdasan					
	Sukar konsentrasi		✓			
	Daya ingat buruk	✓				
Total						1
6	Perasaan Depresi					
	Hilangnya minat	✓				
	Berkurangnya kesenangan pada Hobi	✓				
	Sedih	✓				
	Bangun dini hari	✓				
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari	✓				
Total						0
7	Gejala Somatik (Otot)					
	Sakit dan Nyeri di Otot-otot	✓				
	Kaku	✓				
	Kedutan Otot	✓				
	Gigi Gemerutuk	✓				
	Suara tidak stabil	✓				
Total						0
8	Gejala Somatik (Sensorik)					

	Tinitus	✓				
	Penglihatan Kabur	✓				
	Muka merah atau pucat	✓				
	Merasa lemah	✓				
	Perasaan ditusuk-tusuk		✓			
Total						1
9	Gejala Kardiovaskuler					
	Takhikardia	✓				
	Berdebar		✓			
	Nyeri Dada	✓				
	Denyut Nadi Mengeras		✓			
	Perasaan Lesu/Lemas Seperti Mau Pingsan	✓				
	Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sekejap)	✓				
Total						2
10	Gejala Respirastori					
	Rasa Tertekan atau Sempit Di Dada		✓			
	Perasaan Tercekik		✓			
	Sering Menarik Napas	✓				
	Napas Pendek/Sesak	✓				
Total						2
11	Gejala Gastrointestinal					
	Sulit menelan	✓				
	Perut melilit	✓				
	Gangguan pencernaan	✓				
	Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan	✓				

	Perasaan Terbakar di Perut	✓				
	Rasa Penuh atau Kembung	✓				
	Mual		✓			
	Muntah		✓			
	Buang Air Besar Lembek	✓				
	Kehilangan Berat Badan	✓				
	Sukar Buang Air Besar (Konstipasi)	✓				
Total						2
12	Gejala Urogenital					
	Sering Buang Air Kecil		✓			
	Tidak dapat menahan air seni	✓				
	Amenorrhoe	✓				
	Menjadi Dingin (Frigid)	✓				
	Ejakulasi Praecocks	✓				
	Ereksi Hilang	✓				
	Impotensi	✓				
Total						1
13	Gejala Otonom					
	Mulut kering	✓				
	Muka Merah	✓				
	Mudah berkeringat		✓			
	Pusing, Sakit Kepala	✓				
	Bulu-bulu Berdiri	✓				
Total						1
14	Tingkah Laku Pada Saat Wawancara					
	Gelisah		✓			
	Tidak Tenang		✓			

	Jari Gemetar	✓				
	Kerut Kening	✓				
	Muka Tegang		✓			
	Tonus Otot Meningkat	✓				
	Napas Pendek dan cepat	✓				
	Muka Merah	✓				
Total						3
Skor Total						**15**

Lembar *HARS* Sesudah Dilakukan Tindakan Hari Ke-3

No	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
1	Perasaan Ansietas (Cemas)					
	Cemas		✓			
	Firasat Buruk	✓				
	Takut akan pikiran sendiri	✓				
	Mudah tersinggung	✓				
Total						1
2	Ketegangan					
	Merasa tegang		✓			
	Lesu	✓				
	Tak bisa istirahat tenang	✓				
	Mudah terkejut	✓				
	Mudah menangis	✓				
	Gemetar	✓				
	Gelisah	✓				
Total						1
3	Ketakutan					
	Takut akan gelap	✓				
	Takut pada orang asing	✓				
	Takut Ditinggal Sendiri	✓				
	Takut pada Binatang besar	✓				
	Takut Pada Keramaian Lalu Lintas	✓				
	Takut Pada Kerumunan Orang Banyak	✓				
Total						0
4	Gangguan Tidur					

	Sukar masuk tidur	✓				
	Terbangun malam hari	✓				
	Tidak nyenyak	✓				
	Bangun dengan lesu	✓				
	Banyak mimpi-mimpi	✓				
	Mimpi Buruk	✓				
	Mimpi Menakutkan	✓				
Total						0
5	Gangguan Kecerdasan					
	Sukar konsentrasi		✓			
	Daya ingat buruk	✓				
Total						1
6	Perasaan Depresi					
	Hilangnya minat	✓				
	Berkurangnya kesenangan pada Hobi	✓				
	Sedih	✓				
	Bangun dini hari	✓				
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari	✓				
Total						0
7	Gejala Somatik (Otot)					
	Sakit dan Nyeri di Otot-otot	✓				
	Kaku	✓				
	Kedutan Otot	✓				
	Gigi Gemerutuk	✓				
	Suara tidak stabil	✓				
Total						0
8	Gejala Somatik (Sensorik)					

	Tinitus	✓				
	Penglihatan Kabur	✓				
	Muka merah atau pucat	✓				
	Merasa lemah	✓				
	Perasaan ditusuk-tusuk		✓			
Total						1
9	Gejala Kardiovaskuler					
	Takhikardia	✓				
	Berdebar		✓			
	Nyeri Dada	✓				
	Denyut Nadi Mengeras		✓			
	Perasaan Lesu/Lemas Seperti Mau Pingsan	✓				
	Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sekejap)	✓				
Total						2
10	Gejala Respirastori					
	Rasa Tertekan atau Sempit Di Dada		✓			
	Perasaan Tercekik		✓			
	Sering Menarik Napas	✓				
	Napas Pendek/Sesak	✓				
Total						2
11	Gejala Gastrointestinal					
	Sulit menelan	✓				
	Perut melilit	✓				
	Gangguan pencernaan	✓				
	Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan	✓				

	Perasaan Terbakar di Perut	✓				
	Rasa Penuh atau Kembung	✓				
	Mual		✓			
	Muntah		✓			
	Buang Air Besar Lembek	✓				
	Kehilangan Berat Badan	✓				
	Sukar Buang Air Besar (Konstipasi)	✓				
Total						2
12	Gejala Urogenital					
	Sering Buang Air Kecil		✓			
	Tidak dapat menahan air seni	✓				
	Amenorrhoe	✓				
	Menjadi Dingin (Frigid)	✓				
	Ejakulasi Praecocks	✓				
	Ereksi Hilang	✓				
	Impotensi	✓				
Total						1
13	Gejala Otonom					
	Mulut kering	✓				
	Muka Merah	✓				
	Mudah berkeringat		✓			
	Pusing, Sakit Kepala	✓				
	Bulu-bulu Berdiri	✓				
Total						1
14	Tingkah Laku Pada Saat Wawancara					
	Gelisah		✓			
	Tidak Tenang	✓				

	Jari Gemetar	✓				
	Kerut Kening	✓				
	Muka Tegang	✓				
	Tonus Otot Meningkat	✓				
	Napas Pendek dan cepat	✓				
	Muka Merah	✓				
Total						1
Skor Total						**13**

Lembar *HARS* Sesudah Dilakukan Tindakan Hari Ke-4

No	Pertanyaan	Skor				
		0	1	2	3	4
1	Perasaan Ansietas (Cemas)					
	Cemas		✓			
	Firasat Buruk	✓				
	Takut akan pikiran sendiri	✓				
	Mudah tersinggung	✓				
2	Ketegangan					
	Merasa tegang	✓				
	Lesu	✓				
	Tak bisa istirahat tenang	✓				
	Mudah terkejut	✓				
	Mudah menangis	✓				
	Gemetar	✓				
	Gelisah		✓			
3	Ketakutan					
	Takut akan gelap	✓				
	Takut pada orang asing	✓				
	Takut Ditinggal Sendiri	✓				
	Takut pada Binatang besar	✓				
	Takut Pada Keramaian Lalu Lintas	✓				
	Takut Pada Kerumunan Orang Banyak	✓				
4	Gangguan Tidur					
	Sukar masuk tidur	✓				
	Terbangun malam hari	✓				
	Tidak nyenyak	✓				

	Bangun dengan lesu	✓				
	Banyak mimpi-mimpi	✓				
	Mimpi Buruk	✓				
	Mimpi Menakutkan	✓				
5	Gangguan Kecerdasan					
	Sukar konsentrasi		✓			
	Daya ingat buruk	✓				
6	Perasaan Depresi					
	Hilangnya minat	✓				
	Berkurangnya kesenangan pada Hobi	✓				
	Sedih	✓				
	Bangun dini hari	✓				
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari		✓			
7	Gejala Somatik (Otot)					
	Sakit dan Nyeri di Otot-otot	✓				
	Kaku		✓			
	Kedutan Otot	✓				
	Gigi Gemerutuk	✓				
	Suara tidak stabil	✓				
8	Gejala Somatik (Sensorik)					
	Tinitus	✓				
	Penglihatan Kabur	✓				
	Muka merah atau pucat	✓				
	Merasa lemah	✓				
	Perasaan ditusuk-tusuk	✓				
9	ejala Kardiovaskuler					

	Takhikardia	✓				
	Berdebar	✓				
	Nyeri Dada	✓				
	Denyut Nadi Mengeras		✓			
	Perasaan Lesu/Lemas Seperti Mau Pingsan	✓				
	Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sekejap)	✓				
10	Gejala Respirastori					
	Rasa Tertekan atau Sempit Di Dada		✓			
	Perasaan Tercekik	✓				
	Sering Menarik Napas	✓				
	Napas Pendek/Sesak	✓				
11	Gejala Gastrointestinal					
	Sulit menelan	✓				
	Perut melilit	✓				
	Gangguan pencernaan	✓				
	Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan	✓				
	Perasaan Terbakar di Perut	✓				
	Rasa Penuh atau Kembung	✓				
	Mual		✓			
	Muntah	✓				
	Buang Air Besar Lembek	✓				
	Kehilangan Berat Badan	✓				
	Sukar Buang Air Besar (Konstipasi)	✓				
12	Gejala Urogenital					
	Sering Buang Air Kecil	✓				

	Tidak dapat menahan air seni	✓				
	Amenorrhoe	✓				
	Menjadi Dingin (Frigid)	✓				
	Ejakulasi Praecocks	✓				
	Ereksi Hilang	✓				
	Impotensi	✓				
13	Gejala Otonom					
	Mulut kering	✓				
	Muka Merah	✓				
	Mudah berkeringat	✓				
	Pusing, Sakit Kepala	✓				
	Bulu-bulu Berdiri	✓				
14	Tingkah Laku Pada Saat Wawancara					
	Gelisah	✓				
	Tidak Tenang		✓			
	Jari Gemetar	✓				
	Kerut Kening	✓				
	Muka Tegang	✓				
	Tonus Otot Meningkat	✓				
	Napas Pendek dan cepat	✓				
	Muka Merah	✓				
Skor Total						9

Hasil pengukuran *HARS* menunjukkan bahwa skor kecemasan Responden II adalah 19, yang termasuk dalam kategori ansietas ringan, sebelum diberikan terapi *Butterfly hug* selama empat hari. Skor menurun menjadi 17 pada hari pertama, 15 pada hari kedua, 13 pada hari ketiga, dan 9 pada hari keempat, sehingga skor akhir *HARS* Responden II adalah 9, yang termasuk dalam kategori tidak ada

kecemasan. Secara keseluruhan, skor turun 10 poin dari skor awal 19 menjadi 9. Hasil menunjukkan bahwa terapi *Butterfly hug* selama empat hari berturut-turut mengurangi kecemasan.

Lampiran 14

DOKUMENTASI









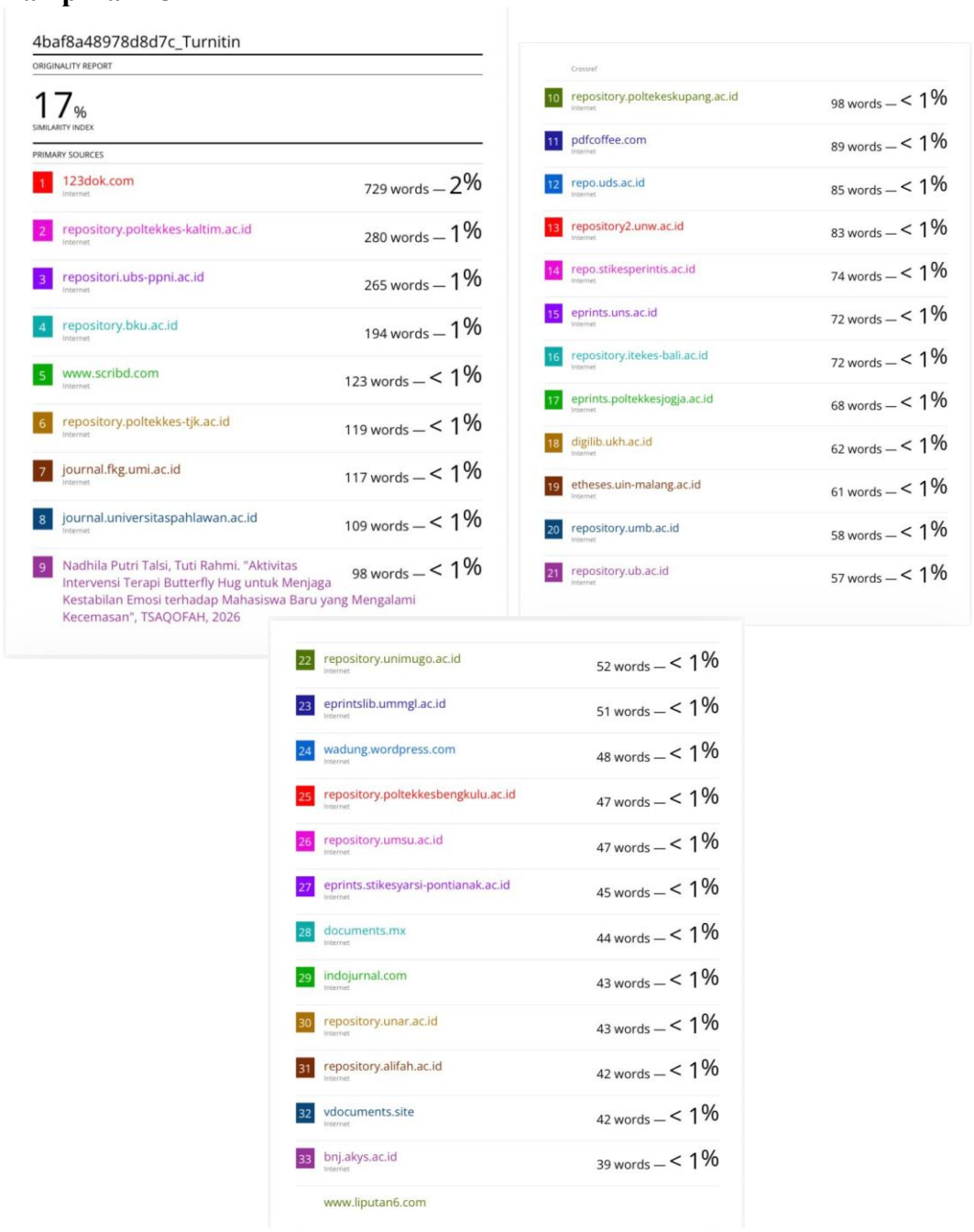








Lampi ran 15



4baf8a48978d8d7c_Turnitin

ORIGINALITY REPORT

17%
SIMILARITY INDEX

PRIMARY SOURCES

1	123dok.com Internet	729 words — 2%
2	repository.poltekkes-kaltim.ac.id Internet	280 words — 1%
3	repositori.ubs-ppni.ac.id Internet	265 words — 1%
4	repository.bku.ac.id Internet	194 words — 1%
5	www.scribd.com Internet	123 words — < 1%
6	repository.poltekkes-tjk.ac.id Internet	119 words — < 1%
7	journal.fkg.umi.ac.id Internet	117 words — < 1%
8	journal.universitaspahlawan.ac.id Internet	109 words — < 1%
9	Nadhila Putri Talsi, Tuti Rahmi. "Aktivitas Intervensi Terapi Butterfly Hug untuk Menjaga Kestabilan Emosi terhadap Mahasiswa Baru yang Mengalami Kecemasan", TSAQOFAH, 2026	98 words — < 1%

Crossref

10	repository.poltekeskupang.ac.id Internet	98 words — < 1%
11	pdfcoffee.com Internet	89 words — < 1%
12	repo.uds.ac.id Internet	85 words — < 1%
13	repository2.unw.ac.id Internet	83 words — < 1%
14	repo.stikesperintis.ac.id Internet	74 words — < 1%
15	eprints.uns.ac.id Internet	72 words — < 1%
16	repository.itekes-bali.ac.id Internet	72 words — < 1%
17	eprints.poltekkesjogja.ac.id Internet	68 words — < 1%
18	digilib.ukh.ac.id Internet	62 words — < 1%
19	etheses.uin-malang.ac.id Internet	61 words — < 1%
20	repository.umb.ac.id Internet	58 words — < 1%
21	repository.ub.ac.id Internet	57 words — < 1%

22	repository.unimugo.ac.id Internet	52 words — < 1%
23	eprintslib.ummgl.ac.id Internet	51 words — < 1%
24	wadung.wordpress.com Internet	48 words — < 1%
25	repository.poltekkesbengkulu.ac.id Internet	47 words — < 1%
26	repository.umsu.ac.id Internet	47 words — < 1%
27	eprints.stikesyarsi-pontianak.ac.id Internet	45 words — < 1%
28	documents.mx Internet	44 words — < 1%
29	indojurnal.com Internet	43 words — < 1%
30	repository.unar.ac.id Internet	43 words — < 1%
31	repository.alifah.ac.id Internet	42 words — < 1%
32	vdocuments.site Internet	42 words — < 1%
33	bnj.akys.ac.id Internet	39 words — < 1%

www.liputan6.com

Lampiran 16 Biodata Penulis

RIWAYAT HIDUP



A. IDENTITAS DIRI

Nama	: Syakira Ameliany
NIM	: 231FK06020
Tempat/Tanggal Lahir	: Garut, 20 Januari 2004
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Alamat	: Jl. Pembangunan Kp. Citeureup RW003/RT003

B. IDENTITAS ORANG TUA

Nama Ayah & Ibu	: Ahmad Sofyan & Lenny Kurniati

C. PENDIDIKAN

TK	: TK Persis Tarogong PPI 76 (2009-2010)
SD	: SDN Sukagalih II (2010–2016)
SMP/Mts	: Mts Persis Tarogong PPI 76 (2016–2019)
SMA/MA	: MA Persis Tarogong PPI 76 (2019–2022)

Penulis terdaftar sebagai mahasiswa di Universitas Bhakti Kencana PSDKU Garut Fakultas Keperawatan Prodi DIII Keperawatan 2023–sekarang.