

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM.....	i
LEMBAR PERSYARATAN GELAR.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis	5
1.5 Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	13
2.1 Konsep Anak Sekolah Dasar	13
2.1.1 Pengertian Anak SD	13
2.1.2 Periode Utama Usia anak – anak.....	13
2.1.3 Karakteristik Anak SD.....	13
2.1.4 Siswa Sekolah Dasar Kelas Rendah.....	14
2.1.5 Siswa Sekolah Dasar Kelas Tinggi	14
2.2 Konsep Stres.....	15

2.2.1	Pengertian Stres	15
2.2.2	Faktor Penyebab Stres.....	15
2.2.3	Dampak Stres	16
2.2.4	Jenis Stres	16
2.2.5	Tingkat Stres	17
2.2.6	Pengukuran Stres (PSS-10)	17
2.3	Konsep Stres pada Anak Usia Sekolah Dasar	18
2.3.1	Pengertian Stres pada Anak SD	18
2.3.2	Penyebab Stres pada Anak SD.....	18
2.3.3	Gejala Stres pada Anak SD	19
2.3.4	Dampak Stres pada Anak SD.....	19
2.3.5	Manajemen Stres pada Anak SD	20
2.4	Konsep <i>Brain Gym</i>	21
2.4.1	Pengertian <i>Brain Gym</i>	21
2.4.2	Manfaat <i>Brain Gym</i>	21
2.4.3	Macam Gerakan <i>Brain Gym</i>	22
2.4.4	Penerapan <i>Brain Gym</i> di Sekolah Dasar.....	30
2.5	Pengaruh <i>Brain Gym</i> terhadap Perubahan Stres Anak Sekolah Dasar.....	30
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS		31
3.1	Kerangka Konsep	31
3.2	Hipotesis Penelitian	32
BAB IV METODE PENELITIAN		33
4.1	Desain Penelitian	33
4.2	Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling	34
4.2.1	Populasi.....	34
4.2.2	Sampel.....	34
4.2.3	Teknik Sampling.....	36
4.3	Variabel Penelitian	36
4.3.1	Variabel <i>Independent</i> (Bebas).....	36
4.3.2	Variabel <i>Dependent</i> (Terikat)	36
4.4	Definisi Operasional.....	36
4.5	Tempat Penelitian	37
4.6	Waktu Penelitian	37

4.7 Instrumen Penelitian	37
4.7.1 Instrumen Penelitian.....	37
4.7.2 Uji Validitas	38
4.7.3 Uji Realibilitas	38
4.8 Prosedur Pengumpulan Data	39
4.9 Kerangka Kerja.....	41
4.10 Analisa Data	42
4.10.1 Pengolahan Data	43
4.10.2 Analisa Data	44
4.11 Etika Penelitian	45
BAB V HASIL PENELITIAN	46
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	46
5.2 Data Umum	47
5.3 Data Khusus.....	47
5.3.1 Tingkat Stres pada Responden Sebelum dan Setelah Dilakukan <i>Brain Gym</i> (Senam Otak) pada Kelompok Perlakuan.....	48
5.3.2 Tingkat Stres pada Responden Sebelum dan Setelah Dilakukan <i>Brain Gym</i> (Senam Otak) pada Kelompok Kontrol	48
5.3.3 Pengaruh <i>Brain Gym</i> (Senam Otak) terhadap Perubahan Tingkat Stres pada Kelompok Perlakuan dan Kontrol	49
BAB VI PEMBAHASAN	52
6.1 Tingkat Stres Siswa Sebelum dan Setelah Dilakukan <i>Brain Gym</i> (Senam Otak) pada Kelompok Perlakuan di SDN Sawunggaling VIII/389 Surabaya ..	52
6.2 Tingkat Stres Siswa Sebelum dan Setelah Tanpa Perlakuan <i>Brain Gym</i> pada Kelompok Kontrol di SDN Sawunggaling VIII/389 Surabaya.....	55
6.3 Pengaruh <i>Brain Gym</i> terhadap Perubahan Tingkat Stres Anak Sekolah Dasar kelas VI di SDN Sawunggaling VIII/389 Surabaya.....	57
6.4 Keterbatasan Penelitian	59
6.5 Implikasi Keperawatan.....	60
BAB VII PENUTUP	61
7.1 Kesimpulan.....	61
7.2 Saran	61
DAFTAR PUSTAKA.....	62
LAMPIRAN-LAMPIRAN	67

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1	Keaslian Penelitian Pengaruh <i>Brain Gym</i> (Senam Otak) terhadap Perubahan Tingkat Stres Anak Usia Sekolah Dasar Kelas VI di SDN Sawunggaling VIII/389 Surabaya.....	6
Tabel 4. 1	Definisi Operasional Pengaruh <i>Brain Gym</i> (Senam Otak) terhadap Perubahan Tingkat Stres Anak Usia Sekolah Dasar	37
Tabel 4. 2	Kisi-kisi Instrumen PSS-10.....	38
Tabel 5. 1	Karakteristik Jenis Kelamin dan Usia Siswa kelas VI di SDN Sawunggaling VIII/389 Surabaya Bulan Februari 2025.....	47
Tabel 5. 2	Kategori Derajat Stres Anak Usia Sekolah Dasar kelas VI Sebelum dan Setelah Perlakuan <i>Brain gym</i> Kelompok Perlakuan di SDN Sawunggaling VIII/389 Surabaya di Bulan Februari 2025.....	48
Tabel 5. 3	Kategori Derajat Stres Anak Usia Sekolah Dasar kelas VI Sebelum dan Setelah Perlakuan <i>Brain gym</i> pada Kelompok Kontrol di SDN Sawunggaling VIII/389 Surabaya di Bulan Februari 2025.....	48
Tabel 5. 4	Uji <i>Descriptive</i> Siswa Usia Sekolah Dasar kelas VI di SDN Sawunggaling VIII/389 Surabaya di bulan Februari 2025	49
Tabel 5. 5	Uji <i>Shapiro Wilk</i> Siswa Usia Sekolah Dasar kelas VI di SDN Sawunggaling VIII/389 Surabaya di bulan Februari 2025	50
Tabel 5. 6	Uji <i>Wilcoxon</i> Siswa Usia Sekolah Dasar kelas VI di SDN Sawunggaling VIII/389 Surabaya di bulan Februari 2025	50
Tabel 5. 7	Uji <i>Mann-Whitney</i> Siswa Usia Sekolah Dasar kelas VI di SDN Sawunggaling VIII/389 Surabaya di bulan Februari 2025	51