



KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA



RSUP Dr. KARIADI
Sehatlah Menuju Sehat

ANSIETAS (KECEMASAN)

ANSIETAS

A. PENGERTIAN

Suatu perasaan tidak santai yang samar-samar karena ketidaknyamanan atau rasa takut. Suatu perasaan takut akan terjadi sesuatu yang disebabkan oleh antisipasi bahaya.

B. TANDA & GEJALA

1. Keluhan Klien

- a) Klien mengeluh jantung berdebar keras
- b) Klien mengatakan perasaan ingin pingsan
- c) Klien mengatakan takut
- d) Klien mengatakan gemetar

2. Pengamatan pada Klien

- a) Wajah terlihat tegang
- b) Sering buang air kecil (kencing)
- c) Menolak makan
- d) Sering berkeringat
- e) Wajah pucat

RSUP dr. KARIADI

Jl.Dr. Sutomo No.16 Semarang 50244

Fax. 024-8318617, Telp. 024-8413476

Nomor Pengaduan : 08886509262

Email : info@rskariadi.co.id

Website : www.rskariadi.co.id

C. EDUKASI

1. Klien

- a) Memotivasi klien untuk membina hubungan saling percaya dengan cara:
 - Tanyakan nama lengkap dan nama panggilan yang disukai klien
 - Tanyakan perasaan klien dan masalah yang dihadapi klien
- b) Memberi kesempatan kepada klien untuk mengungkapkan perasaannya
- c) Ajarkan teknik relaksasi (nafas dalam) ketika klien cemas

2. Keluarga

- a) Libatkan keluarga sebagai pendukung untuk mengatasi ansietas (kecemasan) pada klien
- b) Motivasi keluarga untuk menemani klien ketika klien mengalami kecemasan
- c) Menjelaskan pada keluarga tentang :
 - Pengertian ansietas (kecemasan)
 - Tanda dan gejala ansietas (kecemasan)
- d) Mendiskusikan dengan keluarga untuk kegiatan yang dapat mengalihkan ansietas (kecemasan) pada klien, misalnya menonton TV, membaca, bercerita, dll.

Referensi:

- Stuart (2006). Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 5. Jakarta: EGC
- Tim KSK Jiwa (2021). Pelatihan Kompetensi Perawat Jiwa RSUP Dr. Kariadi Semarang. Jawa Tengah