

## **BAB II**

### **TINJUAN PUSTAKA**

#### **A. Kecemasan**

##### **a. Pengertian Kecemasan**

Kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan, yang ditandai dengan kekhawatiran, keprihatinan, rasa takut yang kadang kita alami dalam tingkat yang berbeda-beda. Cemas sangat berkaitan dengan perasaan yang sangat tidak enak, khawatir, cemas, gelisah, tidak pasti dan tidak berdaya yang disertai satu atau lebih gejala badaniah (Stuart & Sundeen, 2007).

Maramis (2004) mengungkapkan bahwa kecemasan merupakan suatu respon stressor yang mengganggu efek dan emosi. Efek adalah nada perasaan yang menyenangkan atau tidak menyenangkan yang menyertai suatu pikiran dan biasanya berlangsung lama dan disertai oleh banyak komponen fisiologik Menurut Carpenito (2005), cemas berbeda dengan takut, walaupun hampir sama tetapi terdapat perbedaan yang penting, yaitu :

- 1) Takut merupakan rasa tidak berani terhadap suatu objek yang konkrit.
- 2) Kecemasan menyerang pada tingkat lebih dalam dari pada takut, yaitu sampai pusat kepribadian.

b. Gejala gejala kecemasan

Menurut Hawari (2008), gejala klinik kecemasan adalah :

- 1) Cemas, khawatir, takut akan pikirannya sendiri, dan mudah tersinggung.
- 2) Tegang, tidak tenang, gelisah dan mudah terkejut.
- 3) Gangguan pola tidur dan mimpi yang menyramkan.
- 4) Takut sendiri atau takut banyak orang.
- 5) Gangguan konsentrasi atau daya ingat
- 6) Keluhan somestik, seperti rasa sakit pada tulang dan otot pendengaran berdenging, berdebar-debar sesak nafas, gangguan pencernaan, gangguan perkemihan dan sakit kepala.

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut (Stuart & Sundeen, 2007), seperti di bawah ini :

1) Faktor Psikologis

Pengalaman masa kecil yang bernilai emosi yang tinggi, namun pada masa berikutnya ditekan dapat menimbulkan kecemasan. Betapa besar faktor psikologis yang dapat dikumpulkan oleh hilangnya kekuasaan diri seseorang. Dibutuhkan proses yang rumit dan cukup lama agar seseorang bisa sampai pada penerimaan yang wajar atau perubahan nasib tersebut.

## 2) Faktor Genetik

Biasanya faktor genetik pada wanita lebih banyak dari pada pria dan lebih dari satu keluarga yang terkena. Gangguan panik memiliki komponen genetik yang sama dan terdapat lebih banyak dari pada wanita.

## 3) Faktor Umur

Umur kurang dari 20 tahun digolongkan umur muda, umur antara 20 sampai 35 tergolong umur menengah, dan umur diatasnya 35 tahun tergolong termasuk umur tua. Umur muda lebih mudah menderita kecemasan dari pada umur yang sudah tua (Soewandi, 2000).

## 4) Tingkat Pendidikan

Status pendidikan yang rendah akan menyebabkan seseorang mengalami stress dan kecemasan, hal ini disebabkan karena kurangnya informasi yang didapat orang tersebut.

### **d. Rentang respon kecemasan**

Menurut Stuart dan Sundeen (2007), tingkat kecemasan adalah sebagai berikut :

#### a. Kecemasan Ringan

Keadaan ini berhubungan dengan ketegangan akan kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lapangan persepsinya. Kecemasan dapat

memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan serta kreativitas.

b. Kecemasan Sedang

Kecemasan sedang memungkinkan individu untuk berfokus pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. Kecemasan ini mempersempit lapang persepsi individu. Dengan demikian, individu mengalami tidak yang selektif namun dapat berfungsi pada lebih banyak area jika diarahkan untuk melakukannya.

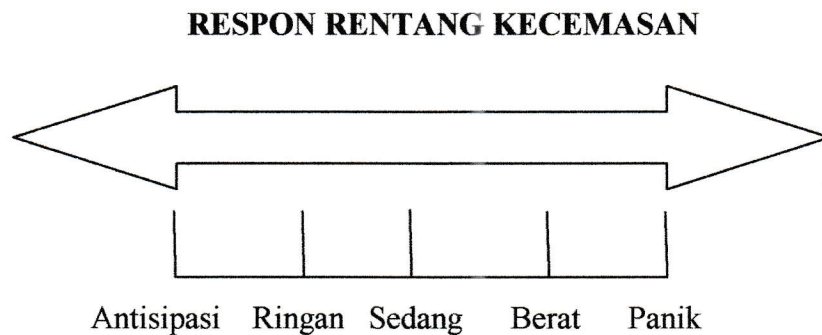
c. Kecemasan Berat

Kecemasan berat sangat mengurangi lapang persepsi individu. Individu cenderung berfokus pada suatu yang rinci dan spesifik serta tidak berfikir tentang hal lain. Semua perilaku ditunjukkan untuk mengurangi ketegangan. Individu tersebut memerlukan banyak arahan untuk berfokus pada area lain.

d. Kecemasan Sangat Berat dan Panik

Tingkat panik dari kecemasan berhubungan dengan berpengaruh, ketakutan dan teror. Hal yang rinci terpecah dari proporsinya. Karena mengalami kehilangan terkendali, individu yang mengalami panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan arahan. Panik mencakup diorganisasi kepribadian dan menimbulkan peningkatan aktivitas motorik, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang dan kehilangan pemikiran yang rasional. Tingkat

kecemasan ini tidak sejalan dengan kehidupan, jika langsung terus dalam waktu yang lama dapat terjadi kelemahan dan kematian.



**Gambar 2.1 Rentang respon kecemasan**

#### e. Ukur Kecemasan

Menurut Hawari (2008) untuk mengukur sejauh mana derajat kecemasan seseorang, dapat digunakan alat ukur yang disebut HRS-A (*Halmilton Rating Scale for Anxiety*) yang terdiri dari 14 kelompok gejala yang masing-masing kelompok dirinci lagi dengan gejala-gejala yang lebih spesifik. Masing-masing kelompok gejala diberi angka atau skor antara 0 - 4 dengan penilaian sebagai berikut :

Nilai 0 : tidak ada gejala (keluhan)

Nilai 1 : gejala ringan (1 dari gejala yang ada)

Nilai 2 : gejala sedang (separuh dari gejala yang ada)

Nilai 3 : gejala berat (lebih dari separuh gejala yang ada)

Nilai 4 : gejala berat sekali (semua gejala ada)

Masing-masing skor dari 14 kelompok dijumlahkan dan dapat diketahui derajat kecemasan seseorang sebagai berikut :

< 14 : tidak ada kecemasan

14-20 : kecemasan ringan

21-27 : kecemasan sedang

28-41 : kecemasan berat

42-56 : kecemasan berat sekali

Hal-hal yang dilihat dalam HRS-A (*Halmlton Rating Scale for Anxiety*) sebagai berikut :

Tabel 2.1. Respon fisiologi terhadap kecemasan

Sistem	Respon
1) Perilaku	Gelisah, Ketegangan fisik, Tremor, Reaksi terkejut, Bicara cepat, Kurang koordinasi, Cenderung mengalami cedera, Menarik diri dari hubungan interpersonal, Inhibisi, Melarikan diri dari masalah, Menghindar, Sangat waspada, Perhatian terganggu, Konsentrasi buruk, Pelupa, Salah dalam memberikan penilaian, Preokupasi, Hambatan berfikir, Lapangan persepsi menurun, Kreativitas menurun

---

2) Kognitif	Produktivitas menurun, Binggung, Sangat waspada, Kesadaran tinggi, Kehilangan objektivitas, Takut kehilangan kendali, Takut pada gambaran visual, Takut cedera atau kematian, Kilas balik, Mimpi buruk, Mudah terganggu,
3) Afektif	Tidak sadar, Mudah terganggu, Gelisah, Tegang, gugup, Ketakutan, Waspada, Kekhawatiran, Kecemasan, Mati rasa, Rasa bersalah, Malu

---

## **B. Kecemasan Pasien Pre-Operasi**

### **a. Pengertian**

Tindakan pembedahan akan menimbulkan ketakutan dan kecemasan pada pasien walaupun respon individu terhadap tindakan tersebut berbeda-beda. Beberapa pasien menyatakan takut dan menolak dilakukan tindakan pembedahan, tetapi klien mengatakan tidak tahu yang menjadi penyebabnya, namun ada juga beberapa pasien yang menyatakan ketakutannya dengan jelas dan spesifik (Long, 2008). Menurut Smeltzer & Bare (2002), segala bentuk prosedur pembedahan selalu dilalui dengan reaksi emosional klien baik tersembunyi atau jelas, normal dan abnormal.

Kecemasan pasien pre-operasi merupakan suatu respon antisipasi terhadap perannya dalam hidup, integritas tubuh bahkan kehidupannya. Kecemasan sangat mempengaruhi fungsi tubuh pada tindakan operasi, oleh karena itu perawat perlu mengidentifikasi kecemasan yang dialami pasien. Kecemasan dan reaksi ini bisa didasarkan pada banyak faktor yang meliputi ketidaknyamanan dan perubahan-perubahan yang diantisipasi baik fisik, finansial, psikologi, spiritual, sosial dan akhir pembedahan tersebut.

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi

Terdapat beberapa teori yang dapat menyebabkan terjadinya kecemasan berhubungan dengan pre-operasi dilihat dari faktor :

1) Predisposisi

a) Teori psikoanalisa

Kecemasan terjadi karena adanya konflik yang emosional antara id dan super ego dalam emosional elemen kepribadian (Freud dalam Lestari, 2005).

b) Teori interpersonal

Kecemasan terjadi karena adanya rasa takut terhadap tidak adanya penerimaan dan penolakan, yaitu dengan dengan tindakan pembedahan pasien merasa cemas (Stuart & Sundeen, 2007).

c) Teori Behaviour

Mengatasi kecemasan merupakan produk frustrasi, dikaitkan dengan tindakan pembedahan, tindakan ini sebagai sesuatu yang mengganggu dan diinginkan (Stuart & Sundeen, 2007).

d) Teori fisiologis

Operasi merupakan stressor pada tubuh yang memicu pada neuroendokrin. Respon terdiri dari syaraf simpatik dan respon hormonal yang bertugas melindungi menjaga tubuh dari ancaman cedera.

2) Presipitasi

Kecemasan adalah keadaan yang tidak dihindari pada kehidupan manusia dalam memelihara keseimbangan. Pengalaman anxiety seseorang tidak sama pada beberapa situasi dan hubungan interpersonal. Ada 2 faktor – faktor yang mempengaruhi kecemasan pasien pre-operasi :

a) Faktor Eksternal

1) Ancaman integritas diri, meliputi ketidakmampuan fisiologis atau gangguan terhadap kebutuhan dasar (penyakit, trauma fisik, pembedahan yang akan dilakukan).

2) Ancaman sistem diri antara lain : ancaman terhadap identitas diri, harga diri, dan hubungan interpersonal, kehilangan serta perubahan status atau peran (Stuart & Sundeen, 2007).

b) Faktor internal

Kemampuan individu dalam merespon terhadap penyebab kecemasan ditentukan oleh :

1) Potensi stressor

Stressor psikososial merupakan setiap keadaan atau peristiwa yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan

2) Maturitas seseorang sehingga orang itu terpaksa mengadakan adaptasi (Smeltzer & Bare, 2002).

Individu yang memiliki kematangan kepribadian lebih sukar mengalami gangguan akibat kecemasan, karena individu yang matur mempunyai daya adaptasi yang lebih besar terhadap kecemasan (Hambly, 2005).

3) Pendidikan dan ekonomi

Tingkat pendidikan dan status ekonomi yang rendah pada seseorang akan menyebabkan orang tersebut mudah mengalami kecemasan. Tingkat pendidikan seseorang atau individu akan berpengaruh terhadap kemampuan berfikir, semakin tinggi tingkat pendidikan akan semakin mudah berfikir rasional dan menangkap informasi baru termasuk dalam menguraikan masalah yang baru (Stuart & Sundeen, 2007).

#### 4) Keadaan Fisik

Seseorang yang mengalami gangguan fisik seperti cedera, operasi akan mudah mengalami kelelahan fisik sehingga lebih mudah mengalami kecemasan. Di samping itu orang yang mengalami kelelahan fisik lebih mudah mengalami kecemasan (Oswari, 2009).

#### 5) Tipe Kepribadian

Orang yang kepribadian A lebih mudah mengalami gangguan kecemasan dari pada orang dengan kepribadian B. Adapun ciri-ciri orang dengan kepribadian A adalah tidak sabar, kompetitif, ambisius, ingin serba sempurna, merasa diburu-buru waktu, mudah gelisah, tidak dapat tenang, mudah tersinggung, otot-otot mudah tegang. Sedangkan orang dengan kepribadian B mempunyai ciri-ciri yang berlawanan dengan tipe kepribadian A. Karena tipe kepribadian B adalah orang yang penyabar ciri-ciri yang berlawanan dengan tipe A. Karena tipe kepribadian B adalah orang yang penyabar, tenang, teliti, dan rutinitas (Stuart & Sundeen, 2007).

#### 6) Lingkungan dan situasi

Seseorang yang dilingkungan asing ternyata lebih mudah mengalami kecemasan dibanding bila dia berada di lingkungan yang biasa tempati (Hambly, 2005).

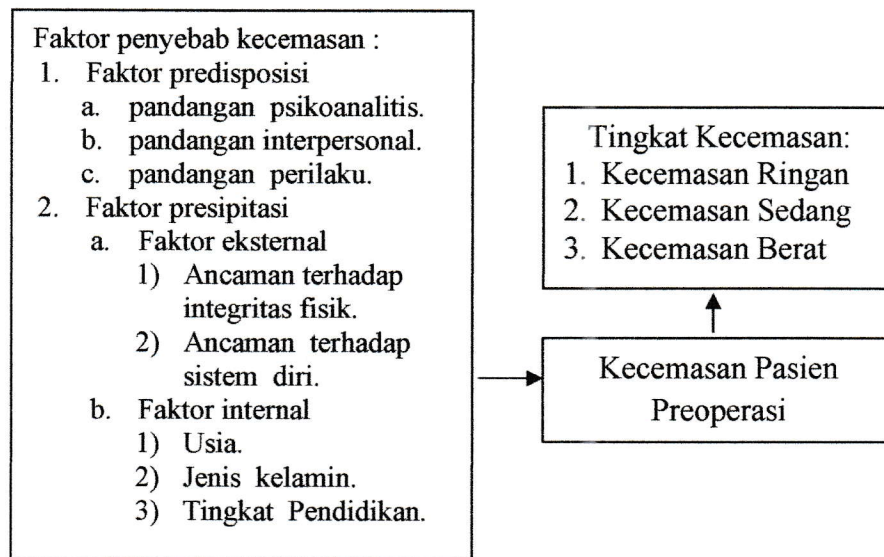
#### 7) Umur

Seseorang yang mempunyai umur lebih muda ternyata lebih mudah mengalami gangguan kecemasan dari pada seseorang yang lebih tua, tetapi ada juga yang berpendapat sebaliknya (Varcoralis, 2004).

#### 8) Jenis Kelamin

Gangguan panik merupakan suatu gangguan cemas yang ditandai oleh kecemasan yang spontan dan episodik. Gangguan ini lebih sering dialami wanita dari pada pria (Varcoralis, 2004).

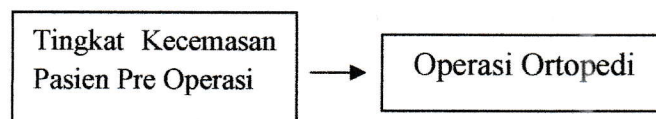
### C. Kerangka Teori Penelitian



Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber : Smletzer & Bare (2002); Arwani (2002) dan Stuart & Sudeen (2007)

### D. Kerangka Konsep Penelitian



Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian