**KUESIONER PENELITIAN**

**GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN KORBAN GEMPA LOMBOK**



**Disusun oleh:**

**ZURRIYATUN THOYIBAH, Ners., M.Kep (NIDN: 0807058703)**

**DEWI NUR SUKMA PURQOTI Ners., M.Kep (NIDN: 0830058701)**

**ELISA OKTAVIANA Ners., M.Kep (NIDN: 0827108702)**

**YAYASAN RUMAH SAKIT ISLAM NUSA TENGGARA BARAT**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN YARSI**

**MATARAM**

**2019**

**Kuesioner Tingkat Kecemasan**

**HARS (HAMILTON ANXIETY RATING SCALE)**

1. **Biodata**
2. Nama :..................................................
3. Umur :..................................................
4. Jenis kelamin : Perempuan/Laki
5. Pendidikan :..................................................
6. **Pengalaman saat gempa (apa yang saudara rasakan, apakah ada keluarga yang menajdi korban, apakah tempat tinggal mengalami kerusakan)**

.................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................

1. **Berilah tanda Check list/centang (√) pada jawaban yang paling sesuai dengan keadaan Bapak/Ibu/Saudara/I.**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Perasaan cemas    * Firasat buruk    * Takut akan pikiran sendiri    * Mudah tersinggung    * Mudah emosi 2. Keterangan    * Merasa tegang    * Lesu    * Tidak bisa istirahat tenang    * Mudah terkejut    * Mudah dibuat takut    * Gemetar    * Gelisah 3. Ketakutan    * Takut saat gelap    * Takut pada orang asing    * Takut ditinggal sendiri    * Takut kerumunan orang banyak 4. Gangguan tidur    * Sukar masuk tidur    * Terbangun malam hari    * Tidur tidak nyenyak    * Tidur tidak memuaskan dan bangun dengan lesu    * Mimpi buruk 5. Gangguan kecerdasan    * Sulit konsentrasi    * Daya ingat menurun    * Sering bingung    * Banyak pertimbangan 6. Perasaan depresi (murung)    * Hilangnya minat pada kegiatan sehari-hari    * Berkurangnya kesenangan pada hobi    * Sedih    * Perasaan berubah-ubah sepanjang hari 7. Gejala somatik / fisik (otot)    * Sakit dan nyeri otot    * Mata kedutan    * Kaku    * Gigi gemerutuk    * Suara tidak stabil 8. **Totalskor\***:......................................... 9. **Kesimpulan\***  * Tidak ada kecemasan * Kecemasan ringan * Kecemasan sedang * Kecemasan berat * Kecemasan berat sekali  1. **Penilaian** :  * 0 : Tidak ada (Tidak ada gejala sama sekali) * 1 : Ringan (Satu gejala dari pilihan yang ada) * 2 : Sedang (Separuh dari gejala yang ada) * 3 : Berat (Lebih dari separuh dari gejala yang ada) * 4 : Sangat berat (Semua gejala ada) | 1. Gejala somatik / fisik (sensorik)    * Telinga berdenging    * Penglihatan kabur    * Pucat ketika    * Merasa lemah 2. Gejala kardiovaskuler    * Merasa denyut nadi cepat    * Merasa berdebar-debar    * Nyeri di dada    * Rasa lesu/lemas seperti mau pingsan 3. Gejala respirasi (pernapasan)    * Rasa tertekan atau sempit di dada    * Rasa tercekik    * Sering menarik nafas    * Napas pendek/sesak 4. Gejala gastrointestinal (pencernaan)    * Merasa sulit menelan    * Merasa perut melilit    * Perasaan terbakar di perut    * Berat badan turun 5. Gejala urogenital (perkemihan dan kelamin)    * Sering buang air kecil    * Tidak dapat menahan air kencing 6. Gejala atonom    * Mulut kering    * Muka kemerahan    * Mudah berkeringat    * Kepala terasa sakit    * Bulu kuduk berdiri 7. Apakah saat ini anda merasakan    * Gelisah    * Tidak tenang    * Jari gemetar    * Kening kerut    * Muka tegang    * Otot tegang    * napas pendek    * Muka merah 8. **Penilaian derajat kecemasan\***  * Skor < (Tidak ada kecemasan) * 6-14 (Kecemasan ringan) * 15-27 (Kecemasan sedang) * 28-36 (Kecemasan berat) * >36 (kecemasan berat sekali/panik)   ***\*diisi peneliti*** |