**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*** |