

Lampiran 2



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG

- Kampus Utama : Jalan Besar Ijen No. 77 C Malang 65112. Telepon (0341) 566075, 571388 Fax (0341) 556746
- Kampus I : Jalan Srikoyo No. 106 Jember. Telepon (0331) 486613
- Kampus II : Jalan Ahmad Yani Sumberporong Lawang. Telepon (0341) 427847
- Kampus III : Jalan Dr. Soetomo No. 46 Blitar. Telepon (0342) 801043
- Kampus IV : Jalan KH. Wakhid Hasyim No. 64 B Kediri. Telepon (0354) 773095

Website: <http://www.poltekkes-malang.ac.id> E-mail: direktorat@poltekkes-malang.ac.id



Nomor : LB.02.03/3/0119/2019
Lampiran : -
Perihal : Ijin Studi Pendahuluan untuk Penyusunan Karya Tulis Ilmiah
Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

Kepada Yth:
Kepala Pondok Pesantren Nurul Ulum
Jl. Satsui Tubun No. 7 Kebonsari
di -
Malang

Bersama ini kami mohon bantuan demi terlaksananya kegiatan Studi Pendahuluan untuk penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah bagi Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang di wilayah Pondok Pesantren Nurul Ulum.

Adapun mahasiswa yang akan melaksanakan pengambilan data Studi Pendahuluan adalah:

Nama : Rizki Amelia
NIM/Semester : 1601100034/V
Asal Program Studi : Prodi D-III Keperawatan Malang
Judul Karya Tulis Ilmiah : Pelaksanaan Konseling Pada Santriwati Baru Yang Mengalami Kecemasan di Pondok Pesantren Nurul Ulum.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Malang, 08 Januari 2019

a.n. Direktur
Ketua Jurusan Keperawatan

Imam Subekti, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom.
NIP. 196512051989121001

Tembusan disampaikan kepada Yth:
1. Ketua Program Studi D-III Keperawatan Malang

Lampiran 3



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG

- Kampus Utama : Jalan Besar Ijen No. 77 C Malang 65112. Telepon (0341) 566075, 571388 Fax (0341) 556746
- Kampus I : Jalan Srikoyo No. 106 Jember. Telepon (0331) 486613
- Kampus II : Jalan Ahmad Yani Sumberporong Lawang. Telepon (0341) 427847
- Kampus III : Jalan Dr. Soetomo No. 46 Blitar. Telepon (0342) 801043
- Kampus IV : Jalan KH. Wakhid Hasyim No. 64 B Kediri. Telepon (0354) 773095

Website: <http://www.poltekkes-malang.ac.id> E-mail: direktorat@poltekkes-malang.ac.id



Nomor : LB.02.03/3/ 0127 /2019
Lampiran : 1 (Satu) Exp.
Perihal : Ijin Pengambilan Data untuk Penyusunan Karya Tulis Ilmiah
Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

Kepada Yth:
Ketua Pondok Pesantren Nurul Ulum
Jl. Satsui Tubun No. 7 Kebonsari, Sukun
di –
Malang

Bersama ini kami mohon ijin bagi mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang untuk mengambil data guna keperluan penyusunan Karya Tulis Ilmiah di Wilayah Kerja Pondok Pesantren Nurul Ulum (Proposal terlampir). Pengambilan data yang dimaksud dilaksanakan mulai tanggal 08 s/d 01 April 2019.

Adapun mahasiswa yang akan melaksanakan pengambilan data untuk Karya Tulis Ilmiah adalah:

Nama : Rizki Amelia
NIM/Semester : 1601100034/V
Asal Program Studi : Program Studi D-III Keperawatan Malang
Judul Karya Tulis Ilmiah : Pelaksanaan Konseling Pada Santriawati Baru Yang Mengalami Kecemasan di Pondok Pesantren Nurul Ulum.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Malang, 08 Januari 2019


Direktur
Ketua Jurusan Keperawatan
Irfan Subekti, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom.
NIP. 196512051989121001

Tembusan disampaikan kepada Yth:

1. Ketua Program Studi D-III Keperawatan Malang

Lampiran 4



YAYASAN PENDIDIKAN ISLAM "AR-ROHMAH"

PONDOK PESANTREN NURUL ULUM

Jl.A.A. Satsui Tubun 17 Telp. (0341) 803324 Kebonsari Sukun Malang 65149

Website: <http://nurululum.wordpress.com> email: nurul_ulum1967@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nur Fatmala
Jabatan : Ketua Pondok Putri

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Rizki Amelia
NIM/Semester : 1601100034/VI
Program Studi : D-III Keperawatan
Universitas : Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

Dengan ini yang bersangkutan telah melaksanakan penelitian di Pondok Pesantren Nurul Ulum , pada tanggal 8 – 22 februari 2019 dengan judul “ Pelaksanaan Konseling pada Santriwati Baru yang Mengalami Kecemasan di Pondok Pesantren Nurul Ulum”

Demikian surat ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 22 Mei 2019

Ketua Pondok Putri

Nur Fatmala

Lampiran 5

LEMBAR BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH



Nama Mahasiswa : Rizki Amelia
 NIM : 1601100034
 Nama Pembimbing : Ngesti W. Utami,SKp,M.Pd

| NO | TANGGAL | REKOMENDASI BIMBINGAN | TANDA TANGAN PEMBIMBING |
|----|-------------------|--|---|
| 1. | 12 Sept 2018 | Pengajuan judul KTI |  |
| 2. | 2 Oktober 2018 | Revisi bab 1 pada tujuan tentang upaya & implementasi mengatasinya. . Lanjutkan bab 2 dan bab 3. | — |
| 3. | 21 November 2018. | Revisi cover hapus kata terhadap pd judul. Revisi bab 1 hapus tujuan khusus Revisi bab 3 pada subyek penelitian, DO, instrumen penelitian, |  |
| 4. | 23 November 2018. | Revisi bab 3 pada rancangan penelitian, DO, instrumen penelitian. |  |
| 5. | 26 November 2018. | Revisi bab 3 pada subyek penelitian. |  |
| 6. | 30 November 2018. | Lengkapi proposal <i>Acc uja Praprone</i> |  |
| 7. | 19 mei 2019. | Revisi bab 4 tambahkan teknik konseling dan langkah ² nya. Revisi bab 5 | — |

| | | | |
|----|------------|--------------------------------|-----|
| 8. | 23-05-2019 | Acc. Ujian Hasil Penelitian | (A) |
|----|------------|--------------------------------|-----|

Lampiran 6

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN
(INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Alamat :

Pendidikan :

Pekerjaan :

Setelah mendapat keterangan secukupnya tentang manfaat dan resiko dari penelitian yang akan dilakukan oleh Mahasiswa Rizki Amelia (NIM. 1601100034) dengan judul “Pelaksanaan Konseling Pada Santriwati Baru Yang Mengalami Kecemasan Di Pondok Pesantren Nurul Ulum Malang” menyatakan ***(bersedia/tidak bersedia)** diikutsertakan dalam penelitian dengan catatan bila sewaktu-waktu saya merasa dirugikan dalam bentuk apapun, berhak membatalkan persetujuan ini.

Saya percaya dengan apa yang saya informasikan ini akan dijamin kerahasiaannya.

Malang,

Peneliti

Responden

Rizki Amelia
No.Hp.089699734267

(_____)
Nama Terang

Keterangan *) Coret yang tidak perlu

Lampiran 7

SOP PELAKSANAAN KONSELING

| | | |
|----|---------------------|---|
| 1. | Mengawali Pertemuan | <ol style="list-style-type: none">a. Tunjukkan sikap empati (sejak awal pertemuan sampai menutup pertemuan)b. Ucapkan salam dan perkenalkan diric. Tanyakan identitas klien/pasiend. Beri situasi yang nyaman bagi klien/pasien dan atau keluarga (misalnya: menawarkan pada klien ingin sendiri atau ditemani, mempersilahkan duduk dengan nyaman dan santai/tenang,dll)e. Tunjukkan kemampuan menjaga rahasia klien/pasien |
| 2. | Tahap Inti | <ol style="list-style-type: none">a. Menyambut (sikap, kalimat pembuka: “Ada yang bisa saya bantu?” tidak dianjurkan “Ada masalah apa?”)b. Membahas (konseling tidak bisa <i>instan</i>, perhatikan: arahkan klien bila sulit memformulasikan apa yang ingin diungkapkan, bicara singkat kecuali pada saat menyimpulkan)c. Membantu menetapkan pilihan (tidak dianjurkan segera memberi nasihat, bila klien/pasien sangat tegang, bantu dengan mengajukan alternatif pilihan).d. Mengingatnkan hal-hal penting (dengan melakukan teknik-teknik dasar konseling) |
| 3. | Menutup Pertemuan | <ol style="list-style-type: none">a. Melakukan penilaian terhadap efektifitas konseling (misalnya dengan menanyakan kepada klien tentang langkah-langkah yang ditetapkan untuk menyelesaikan masalahnya)b. Membuat kesimpulan<ul style="list-style-type: none">• Dapat dilakukan oleh kedua belah pihak (misalnya, “jadi kesimpulannya...”)• Menetapkan langkah selanjutnya berdasarkan simpulan yang telah disepakati (melanjutkan konseling, atau sementara dapat berdiri sendiri,, atau dirujuk ke yang lebih ahli)c. Mengakhiri konseling atas persetujuan klien |

Lampiran 8

LEMBAR KUESIONER
PENGUKURAN TINGKAT KECEMASAN

a. DATA UMUM

1. Nama :
2. Umur :
3. Anak Ke- : dari
4. Alamat :

b. HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale)

Beri tanda cenang (√) pada kolom **ya/tidak** sesuai dengan gejala yang dirasakan.

| Gejala Kecemasan | Pernyataan | Pilihan Jawaban | | Skor |
|-----------------------------------|---|-----------------|-------|------|
| | | Ya | Tidak | |
| Perasaan Cemas | | | | |
| • Firasat buruk | Saya merasa khawatir dengan lingkungan/teman baru saya di Pondok Pesantren | | | |
| • Takut akan pikiran saya sendiri | Saya takut dengan pikiran buruk saya sendiri | | | |
| • Mudah tersinggung | Saya merasa mudah tersinggung jika ada orang lain membicarakan masalah saya | | | |
| | | | | |
| Ketegangan | | | | |

| | | | | |
|--|---|--|--|--|
| • Merasa tegang | Saya merasa selalu tegang menghadapi lingkungan/teman baru saya | | | |
| • Lesu | Saya merasa tidak bersemangat melakukan aktivitas | | | |
| • Tidak dapat beristirahat dengan tenang | Saya merasa tidak bisa beristirahat dengan tenang | | | |
| • Mudah terkejut | Saya merasa mudah terkejut | | | |
| • Mudah menangis | Saya mudah menangis saat tidak bisa beradaptasi dengan lingkungan baru saya | | | |
| • Gemetar | Saya merasa gemetar saat memasuki lingkungan baru saya | | | |
| • Gelisah | Saya merasa tidak tenang dalam lingkungan baru saya | | | |
| | | | | |
| Ketakutan | | | | |
| • Takut ditinggal sendiri | Saya merasa keakutan jika sendirian (jauh dengan orang tua/keluarga/kerabat terdekat) | | | |
| • Takut pada orang asing | Saya mempunyai perasaan khawatir dan takut dengan orang yang tidak saya kenal | | | |
| • Takut pada kerumunan orang | Saya tidak suka berada diantara kerumunan orang banyak yang belum saya kenal dekat | | | |
| | | | | |
| Gangguan Tidur | | | | |
| • Sulit tidur | Saya selalu kesulitan saat ingin beristirahat | | | |
| • Sering terbangun | Saya sering terbangun ketika tidur di malam | | | |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| di malam hari | hari | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Tidur tidak memuaskan, bangun tidur lesu | Saya merasa lesu saat bangun tidur | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Sering mimpi buruk | Akhir-akhir ini saya sering mimpi buruk | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Mimpi menakutkan | Mimpi saya akhir-akhir ini membuat saya takut | | | |
| | | | | |
| Gangguan Kecerdasan | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Penurunan daya ingat | Saya merasa mudah lupa terhadap suatu hal | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Sulit berkonsentrasi | Saya merasa akhir-akhir ini sulit berkonsentrasi | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Bingung saat berkomunikasi | Saya mudah bingung saat diajak berkomunikasi | | | |
| | | | | |
| Perasaan Depresi | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Kehilangan minat | Saya merasa tidak nafsu makan | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Sedih | Saya merasa sering sedih jauh dari orang-orang terdekat saya (keluarga/kerabat dekat saya) | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Berkurangnya kesenangan pada hobi | Saya tidak bersemangat melakukan hobi saya lagi | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Perasaan berubah-ubah sepanjang hari | Perasaan saya tidak menyenangkan sepanjang hari | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Sering terbangun pada dini hari | Saya sering terbangun pada dini hari | | | |
| | | | | |
| Gejala Somatic | | | | |

| | | | | |
|---------------------------------|---|--|--|--|
| • Nyeri otot kaki dan tulang | Saya merasakan nyeri pada otot kaki dan tulang saya | | | |
| • Kedutan otot | Saya sering merasa kedutan | | | |
| • Gigi gemertak* | | | | |
| • Suara terdengar tidak stabil* | | | | |
| | | | | |
| Gejala Sensorik | | | | |
| • Penglihatan kabur | Saya merasa penglihatan saya kabur | | | |
| • Perasaan ditusuk-tusuk | Saya merasa badan saya seperti di tusuk-tusuk | | | |
| • Merasa lemas | Saya merasa tidak punya energi | | | |
| • Muka merah atau pucat* | | | | |
| | | | | |
| Gejala kardiovaskuler | | | | |
| Nyeri dada | Saya merasakan nyeri di dada | | | |
| Berdebar-debar | Saya merasa berdebar-debar saat dilingkungan baru saya | | | |
| Rasa lemas mau pingsan | Saya merasa seperti mau pingsan saat berada di lingkungan baru saya | | | |
| Denyut nadi mengeras* | | | | |
| | | | | |
| Gejala Pernafasan | | | | |
| • Rasa tertekan di dada | Saya merasa dada seperti ditekan | | | |
| • Perasaan tercekik | Saya merasa seperti tercekik | | | |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| • Merasa nafas pendek dan sesak | Saya merasa nafas saya pendek dan menjadi sesak | | | |
| • Sering menarik nafas panjang* | | | | |
| Gejala Gastrointestinal | | | | |
| • Sulit menelan | Saya merasa sulit untuk menelan | | | |
| • Mual Muntah | Saya merasa mual, enek dan ingin muntah | | | |
| • Konstipasi | Saya merasa susah buang air besar | | | |
| • Nyeri sebelum dan sesudah makan | Saya merasakan nyeri pada perut saya sebelum dan sesudah makan | | | |
| • Rasa panas di perut | Perut saya terasa panas | | | |
| • Berat badan turun | Berat badan saya menurun setelah tinggal di Pondok Pesantren | | | |
| • Kembung | Perut saya terasa kembung | | | |
| • Sering bersendawa | Saya sering bersendawa | | | |
| Gejala Urogenital | | | | |
| • Sering kencing | Saya sering sekali buang air kecil | | | |
| • Tidak dapat menahan kencing | Saya tidak dapat menahan kencing | | | |
| • Haid tidak teratur | Siklus menstruasi saya tidak teratur | | | |
| • Darah haid terlalu sedikit atau terlalu banyak | Darah haid saya terlalu sedikit atau terlalu banyak | | | |

| | | | | |
|-----------------------------------|---|--|--|--|
| Gejala Otonom | | | | |
| • Gampang berkeringat | Saya merasa sekarang mudah berkeringat | | | |
| • Sering pusing atau sakit kepala | Saya merasa sering pusing atau sakit kepala | | | |
| • Merinding | Saya merasa merinding | | | |
| • Muka/mulut terlihat kering* | | | | |
| | | | | |
| Perilaku saat diobservasi | | | | |
| • Gelisah* | | | | |
| • Tidak tenang* | | | | |
| • Jari gemetar* | | | | |
| • Mengerutkan dahi* | | | | |
| • Muka tegang* | | | | |
| • Tampak otot tegang* | | | | |
| • Nafas cepat dan pendek* | | | | |
| • Muka memerah* | | | | |
| | | | | |
| TOTAL SKOR | | | | |
| Keterangan : | | | | |

*) diperoleh dengan observasi pada responden

Penilaian tingkat kecemasan dinilai dengan cara menilai setiap kelas gejala diukur atau diperingkat pada skala 5 poin :

- 0 : tidak ada gejala sama sekali

- 1 : satu gejala dari pilihan yang ada
- 2 : separuh dari gejala yang ada
- 3 : lebih dari separuh gejala yang ada
- 4 : semua gejala ada

Penggolongan tingkat kecemasan berdasarkan HARS:

1. Skor 0-6 = tidak ada kecemasan antisipatif
2. Skor 7-14 = kecemasan ringan
3. Skor 15-27 = kecemasan sedang
4. Skor >27 = kecemasan berat

Lampiran 9

LEMBAR WAWANCARA

GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN SANTRIWATI BARU DI PONDOK PESANTREN NURUL ULUM MALANG

c. DATA UMUM

5. Nama :

6. Umur :

7. Anak Ke- : dari

8. Alamat :

d. Pertanyaan sesuai skala HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale)

| No | Aspek | Pertanyaan | Jawaban |
|-----------|--------------|--|----------------|
| 1 | Kecemasan | a. Apakah anda cemas? jika ya, perasaan cemas apa yang sering anda rasakan? <ul style="list-style-type: none">• Firasat buruk• Takut akan pikiran sendiri• Mudah tersinggung b. Apa yang membuat anda cemas? c. Apakah anda cemas berada dalam lingkungan pondok pesantren? | |

| | | | |
|---|----------------|---|--|
| | | <p>d. Apakah anda cemas karena memiliki teman baru di pondok pesantren?</p> <p>e. Apakah anda cemas karena tidak bisa beradaptasi dengan lingkungan/teman baru anda?</p> | |
| 2 | Ketegangan | <p>a. Apakah anda merasa tegang saat berada di lingkungan pondok pesantren? Jika ya, perasaan tegang apa yang anda rasakan?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tegang • Lesu • Tidak dapat istirahat dengan tenang • Mudah terkejut • Mudah menangis • Gemetar • Gelisah <p>b. Apa yang membuat anda tegang?</p> <p>c. Apakah faktor tidak mampunya beradaptasi dengan lingkungan/teman baru juga membuat anda menjadi tegang?</p> | |
| 3 | Ketakutan | <p>a. Ketakutan seperti apakah yang anda rasakan?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Takut pada orang asing • Takut ditinggal sendiri • Takut pada kerumunan orang banyak <p>b. Apa yang membuat anda takut berada di pondok pesantren?</p> <p>c. Apakah anda sering ijin pulang?</p> <p>d. Apakah anda pernah kabur dari pondok pesantren?</p> <p>e. Apakah anda pernah berfikir meminta surat pengunduran diri dari pondok pesantren?</p> | |
| 4 | Gangguan tidur | <p>a. Apakah anda mengalami gangguan tidur? Jika ya, gangguan tidur seperti apa yang anda alami?</p> | |

| | | | |
|---|---------------------|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> • Sukar untuk tidur • Terbangun pada malam hari • Tidur tidak nyenyak • Bangun dengan lesu • Mimpi yang menakutkan <p>b. Apa yang membuat anda mengalami hal tersebut?</p> | |
| 5 | Gangguan Kecerdasan | <p>a. Apakah anda mengalami gangguan kecerdasan? Jika ya, gangguan kecerdasan seperti apakah yang anda alami?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sukar berkonsentrasi • Daya ingat menurun dan memburuk • Sering bingung <p>b. Apa yang membuat anda mengalami hal tersebut?</p> | |
| 6 | Perasaan depresi | <p>a. Apakah anda mengalami perasaan depresi? Jika ya, perasaan depresi seperti apakah yang anda rasakan?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hilangnya minat • Berkurangnya kesenangan pada hobi • Sedih • Terbangun pada saat dini hari <p>b. Apa yang membuat anda mengalami hal tersebut?</p> <p>c. Apakah faktor dituntut harus mandiri di pondok pesantren merupakan salah satu penyebab anda merasa tertekan disini?</p> <p>d. Apakah faktor aturan di dalam pondok pesantren merupakan salah satu penyebab anda merasa tertekan disini?</p> | |

| | | | |
|----|-----------------------|--|--|
| 7 | Gejala somatik | <p>a. Apakah anda mengalami gejala somatik/fisik pada otot? Jika ya, sakit otot seperti apakah yang anda alami?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nyeri otot • Tubuh kaku • Kedutan pada otot • Gigi gemertak • Suara tidak stabil <p>b. Apa anda tahu penyebabnya?</p> | |
| 8 | Gejala sensorik | <p>a. Apakah anda mengalami keluhan fisik pada tubuh anda? Jika ya, keluhan apa yang anda alami?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Telinga berdenging • Pengelihatan kabur • Muka merah atau pucat • Merasa lemas • Perasaan seperti ditusuk-tusuk <p>b. Apa anda tahu penyebabnya?</p> | |
| 9 | Gejala kardiovaskular | <p>a. Apakah anda mengalami masalah pada jantung anda? Jika ya, masalah seperti apa yang anda alami?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Denyut nadi cepat • Berdebar-debar • Nyeri dada • Denyut nadi mengeras • Rasa lesu/lemas seperti mau pingsan <p>b. Apa anda tahu penyebabnya?</p> | |
| 10 | Gejala pernafasan | <p>a. Apakah anda mengalami gangguan pada pernafasan anda? Jika ya, gejala pernafasan seperti apa yang anda alami?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rasa tertekan atau sempit di dada | |

| | | | |
|----|-------------------------|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> • Rasa tercekik • Sering menarik nafas dalam • Nafas pendek/sesak <p>b. Apa anda tahu penyebabnya?</p> | |
| 11 | Gejala gastrointestinal | <p>a. Apakah anda mengalami gangguan pada pencernaan anda? Jika ya, gangguan apa yang anda alami?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sulit menelan • Perut melilit • Gangguan pencernaan • Rasa penuh atau kembung • Mual muntah • Sukar buang air besar • Kehilangan berat badan <p>b. Apa anda tahu penyebabnya?</p> <p>c. Apakah nafsu makan anda menurun setelah tinggal di pondok pesantren?</p> <p>d. Apakah faktor rasa makanan yang menyebabkan anda tidak nafsu makan?</p> | |
| 12 | Gejala urinal | <p>a. Apakah anda mengalami masalah pada perkemihan? Jika ya, apa saja masalah yang anda alami?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sering buang air kecil • Tidak dapat menahan buang air kecil <p>b. Apa anda tahu penyebabnya?</p> | |
| 13 | Gejala otonom | <p>a. Apakah anda mengalami keluhan fisik seperti berikut ini?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Muka kering • Mulut kering • Mudah berkeringat | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none">• Kepala pusing• Bulu roma berdiri <p>b. Apa anda tahu penyebabnya?</p> | |
|--|--|--|--|

Lampiran 10

LEMBAR OBSERVASI
GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN SANTRIWATI BARU DI PONDOK
PESANTREN NURUL ULUM MALANG

e. DATA UMUM

9. Nama :

10. Umur :

11. Anak Ke- : dari

12. Alamat :

f. Hasil pengkajian skala HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) oleh peneliti :

| No | Gejala Kecemasan | Hasil Observasi | | Skor |
|----|--|-----------------|--------------|------|
| | | Tampak | Tidak Tampak | |
| 1 | Perasaan Cemas (Anxietas) a. Responden mengatakan ada firasat buruk saat tinggal di pondok pesantren b. Responden mengeluh takut akan pikirannya sendiri jika memikirkan hal-hal negatif tentang keadaannya di pondok pesantren c. Responden mudah tersinggung | | | |
| 2 | Ketegangan a. Responden tegang b. Responden lesu c. Responden mengeluh tidak bisa tidur nyenyak d. Responden mudah terkejut e. Responden mudah menangis | | | |

| | | | | |
|----------|--|--|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> f. Responden gemetar g. Responden gelisah | | | |
| 3 | Ketakutan <ul style="list-style-type: none"> a. Responden takut ditinggal sendirian (jauh dari kerabat dekatnya) b. Responden takut dengan orang yang belum dikenal c. Responden takut pada kerumunan orang banyak | | | |
| 4 | Gangguan tidur <ul style="list-style-type: none"> a. Responden mengatakan sulit tidur b. Responden mengeluh tidurnya tidak nyenyak c. Responden mengeluh saat tidur terbangun pada malam hari d. Responden lesu dan sayu e. Responden mengatakan mimpi yang menakutkan | | | |
| 5 | Gangguan kecerdasan <ul style="list-style-type: none"> a. Responden sering lupa b. Responden saat diajak bicara tidak fokus c. Responden bingung saat sedang berkomunikasi | | | |
| 6 | Perasaan depresi <ul style="list-style-type: none"> a. Responden menunjukkan hilangnya minat (tidak mau diajak bicara/melakukan aktivitas) b. Responden mengatakan sedih saat jauh dari orang-orang terdekat saya c. Responden mengatakan sering bangun pada dini hari d. Responden mengatakan berkurangnya kesenangan pada hobi e. Responden mengatakan perasaannya berubah-ubah sepanjang hari | | | |
| 7 | Gejala Somatic <ul style="list-style-type: none"> a. Responden mengeluh nyeri pada otot kaki dan tulangnya b. Responden mengeluh sering merasa kedutan c. Responden terlihat menggertakkan giginya d. Suara responden terdengar tidak stabil | | | |
| 8 | Gejala sensorik <ul style="list-style-type: none"> a. Responden mengeluh telinga berdenging | | | |

| | | | | |
|-----------|---|--|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> b. Responden mengeluh penglihatan kabur c. Muka merah dan pucat d. Responden lemas e. Responden mengeluh ditusuk-tusuk | | | |
| 9 | Gejala kardiovaskuler <ul style="list-style-type: none"> a. Nyeri dada b. Responden mengeluh jantung berdebar-debar saat dilingkungan barunya c. Responden merasa seperti mau pingsan saat berada di lingkungan barunya d. Denyut nadi terasa mengeras | | | |
| 10 | Gejala pernafasan <ul style="list-style-type: none"> a. Responden mengeluh dada seperti tertekan b. Responden mengeluh seperti tercekik c. Responden sesak d. Responden menarik nafas dalam | | | |
| 11 | Gejala gastrointestinal <ul style="list-style-type: none"> a. Responden kesulitan untuk menelan b. Responden merasa mual, enek dan ingin muntah c. Berat badan klien turun setelah tinggal dipondok pesantren d. Responden mengeluh susah buang air besar e. Responden merasa perutnya terasa panas f. Responden mengeluh perutnya melilit/mulas g. Responden perutnya terasa kembung h. Responden sering bersendawa | | | |
| 12 | Gejala urogenitalia <ul style="list-style-type: none"> a. Responden sering ke kamar mandi untuk kencing b. Responden mengeluh tidak bisa menahan kencing c. Respoenden mengeluh siklus menstruasi tidak teratur d. Responden mengeluh darah haid terlalu sedikit atau terlalu banyak | | | |
| 13 | Gejala vegetatif atau otonom <ul style="list-style-type: none"> a. Muka dan mulut kering b. Responden berkeringat c. Responden merasa sering pusing atau sakit kepala | | | |

| | | | | |
|---------------------|--|--|--|--|
| | d. Bulu roma berdiri | | | |
| 14 | Apakah klien terlihat a. Responden gelisah b. Responden gemetar c. Responden tidak tenang d. Responden sering mengerutkan dahi e. Muka tegang f. Otot tegang/mengeras g. Nafas pendek dan cepat h. Muka merah | | | |
| | Total Skor | | | |
| Keterangan : | | | | |

Penilaian tingkat kecemasan dinilai dengan cara menilai setiap kelas gejala diukur atau diperingkat pada skala 5 poin :

- 0 : tidak ada gejala sama sekali
- 1 : satu gejala dari pilihan yang ada
- 2 : separuh dari gejala yang ada
- 3 : lebih dari separuh gejala yang ada
- 4 : semua gejala ada

Penggolongan tingkat kecemasan berdasarkan HARS:

5. Skor 0-6 = tidak ada kecemasan antisipatif
6. Skor 7-14 = kecemasan ringan
7. Skor 15-27 = kecemasan sedang
8. Skor >27 = kecemasan berat