

ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN MASALAH ANSIETAS PADA Nn. N.P.F

Reni Nuraeni^{1*}, Mentari Mutiarahmawati², Iyus Susilawati³, Syahda Amelia Putri⁴, Zahra Ayu Nabila⁵, Ujang Ahmad Aziz⁶

¹²³⁴⁵⁶ Program Studi S1 Keperawatan, Stikes Permata Nusantara

E-mail: 1reni.reenkiren27@gmail.com, 2mentarimutiara374@gmail.com,
3iyussusilawati213@gmail.com, 4syahdaameliaputri1108@gmail.com,
5ayunaazahra330@gmail.com, 6ahmadaziiz999@gmail.com

Abstract

Anxiety is a psychological problem characterized by excessive worry, restlessness, sleep disturbances, and difficulty controlling thoughts, which may interfere with daily activities. This study aimed to describe the implementation of nursing care for a patient experiencing anxiety, including assessment, nursing diagnosis, planning, implementation, and evaluation. A case study was conducted involving Ms. N.P.F., a 22-year-old woman experiencing anxiety associated with adverse past experiences and concerns about romantic relationships. The assessment identified three nursing diagnoses: anxiety, ineffective coping, and impaired social interaction. Nursing interventions included music therapy, aromatherapy, and deep-breathing relaxation techniques. Evaluation using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) demonstrated a decrease in the anxiety score from 41 to 26, indicating a change from severe to moderate anxiety. These findings suggest that individualized nursing care addressing psychological and psychosocial needs may help reduce anxiety and improve emotional regulation and coping abilities. Appropriate nursing interventions and supportive communication are important in helping patients manage anxiety and address psychosocial challenges effectively.

Keywords: *Anxiety, nursing care, case study, relaxation therapy, HARS*

Abstrak

Anxietas merupakan masalah psikologis yang ditandai dengan kekhawatiran berlebihan, kegelisahan, gangguan tidur, dan kesulitan mengendalikan pikiran sehingga dapat memengaruhi kehidupan sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan asuhan keperawatan pada pasien dengan masalah ansietas, meliputi pengkajian, penetapan diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi keperawatan. Metode yang digunakan adalah studi kasus pada Nn. N.P.F, perempuan berusia 22 tahun yang mengalami ansietas berkaitan dengan pengalaman buruk masa lalu dan kekhawatiran terhadap hubungan romantis. Hasil pengkajian menunjukkan tiga

Article history

Received: Oktober 2026

Reviewed: Oktober 2026

Published: Oktober 2026

Plagiarism checker no 234.8576

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under a [creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

diagnosis keperawatan, yaitu ansietas, koping tidak efektif, dan gangguan interaksi sosial. Intervensi dilakukan melalui terapi musik, aromaterapi, dan teknik relaksasi napas dalam. Evaluasi menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) menunjukkan penurunan skor kecemasan dari 41 menjadi 26, yaitu dari kategori berat menjadi sedang. Penerapan asuhan keperawatan yang sesuai kebutuhan pasien membantu mengurangi kecemasan dan mendukung peningkatan kemampuan mengendalikan emosi serta menghadapi masalah psikososial.

Kata Kunci: Ansietas, asuhan keperawatan, studi kasus, terapi relaksasi, HARS

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa merupakan ketika seseorang tersebut merasa sehat dan bahagia, mampu menghadapi tantangan hidup serta dapat menerima orang lain sebagaimana seharusnya serta mempunyai sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain (World Health Organization (2022)). Kesehatan mental merupakan aspek utama dalam menentukan kesehatan seorang individu (Suryanto Aloysius & Nada Salvia, 2021). Salah satu gangguan mental yang banyak ditemukan di masyarakat yaitu gangguan ansietas (Rabbani et al., 2024). Ansietas merupakan kondisi yang melibatkan emosi dan sensasi fisik ketika seseorang mengalami rasa gugup atau khawatir tentang sesuatu (Aseta et al., 2023). Gangguan ansietas bisa berawal dari masa remaja sekitar usia 12-18 tahun dan masalah ini merupakan masalah yang dialami disaat usia mereka (Muhammad A et al., 2021). Terjadinya ansietas dipengaruhi oleh dua faktor penyebab yang pertama yaitu pengalaman buruk masa lalu, penyebab utamanya adalah timbulnya perasaan kurang menyenangkan tentang suatu kejadian yang mungkin bisa terulang kembali pada masa yang akan datang, jika seseorang menghadapi suatu kondisi yaitu dan faktor kedua yaitu pikiran tak rasional yang dibagi menjadi 4 bagian diantaranya kegagalan ketastropik, kesempurnaan, persetujuan, generalisasi yang kurang tepat, yang berlebihan dan sering terjadi pada orang yang pengalamannya sedikit Muliani, (2022).

Terdapat data surveymeter tahun 2020 didapatkan 58% penduduk Indoneesia mengalami gangguan ansietas. Selain itu, Kemenkes menunjukkan bahwa 47,7% remaja di Indonesia mengalami gangguan ansietas. Sedangkan pada tahun 2022, survei yang dilakukan oleh National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) mengungkapkan bahwa dalam 12 bulan terakhir terdapat 15,5 juta remaja di Indonesia menderita kondisi gangguan kesehatan mental seperti gangguan ansietas (Zahra et al., 2024). Prevalensi Provinsi Jawa Barat tercatat sebagai provinsi dengan prevalensi depresi tertinggi di Indonesia pada tahun 2023, yaitu sebesar 3,3% (Muhamad, 2024).

Dampak dari ansietas sangat luas dan serius, yang pertama secara fisik, ansietas kronis dapat menyebabkan gangguan tidur, sakit kepala, ketegangan otot, bahkan meningkatkan risiko penyakit jantung dan tekanan darah tinggi, selanjutnya secara mental, ansietas yang tidak ditangani dengan baik dapat berkembang menjadi depresi, serangan panik, dan ansietas juga berdampak pada kehidupan sosial dan profesional individu yang cenderung menarik diri dari lingkungan sosial, mengalami penurunan produktivitas, kesulitan berkonsentrasi, dan performa kerja atau belajar yang menurun secara signifikan (Cherry, 2024). Selain itu faktor penyebab ansietas bersifat kompleks dan saling berkaitan yang dimana secara biologis, faktor genetik dan ketidakseimbangan neurotransmitter di otak dapat meningkatkan risiko seseorang mengalami

ansietas (Cherry, 2024).

Salah satu cara untuk mengatasi ansietas seseorang dengan menggunakan beberapa teknik, seperti teknik relaksasi pernafasan dan relaksasi otot (Al., 2021). Teknik relaksasi nafas dalam merupakan suatu tindakan keperawatan dengan menghembuskan napas secara perlahan yang dapat meningkatkan ventilasi paru dan mengangkat oksigen darah sehingga dapat menurunkan tingkat ansietas (Ningrum et al., 2021). Selain itu, dengan menggunakan teknik *Guided imagery* merupakan metode relaksasi yang dilakukan dengan cara seseorang mengkhayalkan suatu tempat ataupun kejadian yang berhubungan dengan rasa yang menyenangkan (Widyastuti et al., 2022).

Dalam mengatasi ansietas, terdapat peran perawat yang dapat membantu seseorang dengan kondisi ansietas. Peran diartikan sebagai seperangkat perilaku yang diharapkan oleh individu sesuai dengan status sosialnya (Fatmawati et al., 2022). Peran perawat adalah seperangkat tingkah laku yang dilakukan perawat sesuai dengan profesinya (Fibriansari et al., 2023). Perawat sangat berperan penting dalam memberikan psychosocial care kepada pasien dengan melakukan perawatan dasar melalui empati, memberikan dukungan, memberikan informasi, mendengarkan dan menemani pasien (Elasari et al., 2024).

Berdasarkan uraian diatas penulis menyusun studi kasus pada pasien dengan masalah ansietas untuk mengetahui bentuk asuhan keperawatan yang diberikan dan efektivitas peran perawat dalam menangani kondisi tersebut serta seberapa pengaruhnya teknik-teknik yang dilakukan perawat untuk mengurangi ansietas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus untuk menggambarkan pelaksanaan asuhan keperawatan pada klien dengan masalah ansietas. Pendekatan studi kasus digunakan untuk memahami kondisi klien secara mendalam melalui pengkajian, penetapan diagnosis, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi tindakan keperawatan (Polopadang & Hidayah, 2019). Subjek penelitian adalah Nn. N.P.F., perempuan berusia 22 tahun yang mengalami ansietas berkaitan dengan pengalaman buruk masa lalu, terutama pengalaman keluarga dan hubungan romantis. Pengalaman tersebut memengaruhi kondisi emosional klien, ditandai dengan kekhawatiran berlebihan, gelisah, kesulitan mengendalikan pikiran, mudah lelah, gangguan tidur, gemetar, dan emosi yang tidak stabil.

Pengumpulan data dilakukan melalui pengkajian keperawatan dengan mengidentifikasi data subjektif dan objektif, riwayat masalah psikososial, faktor pencetus ansietas, serta kondisi hubungan interpersonal klien. Tingkat kecemasan diukur menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) untuk memperoleh gambaran kondisi sebelum dan sesudah intervensi (Chrisnawati & Aldino, 2019). Data yang diperoleh kemudian dianalisis untuk menetapkan tiga diagnosis keperawatan, yaitu ansietas (D.0080), koping tidak efektif (D.0096), dan gangguan interaksi sosial (D.0118).

Perencanaan asuhan keperawatan disusun berdasarkan diagnosis, luaran, dan intervensi keperawatan yang sesuai dengan kebutuhan klien. Intervensi meliputi terapi relaksasi, promosi koping, dan promosi sosialisasi. Pelaksanaan difokuskan pada latihan relaksasi napas dalam, terapi musik, dan aromaterapi, disertai pendekatan komunikasi terapeutik serta dukungan emosional. Relaksasi napas dalam dapat membantu mengurangi kecemasan melalui pengaturan pernapasan (Ningrum et al., 2021), sedangkan terapi musik dan aromaterapi menjadi alternatif pendekatan nonfarmakologis untuk membantu menurunkan ansietas (Naibaho et al., 2024;

Sundara et al., 2022).

Evaluasi dilakukan dengan membandingkan kondisi klien sebelum dan sesudah intervensi, termasuk perubahan gejala ansietas dan skor HARS. Hasil pengukuran menunjukkan penurunan skor dari 41 menjadi 26, yang menggambarkan perubahan tingkat kecemasan dari berat menjadi sedang. Hasil tersebut digunakan untuk menilai respons klien terhadap asuhan keperawatan yang diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Ansietas merupakan kesehatan mental yang ditandai dengan perasaan khawatir, cemas atau takut yang dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari. Hal ini merupakan salah satu yang mengganggu imunitas tubuh manusia yang dimana kita ketahui imunitas adalah system imun tubuh yang sangat berpengaruh terhadap pertahanan alami untuk menjaga kesehatan tubuh kita. Saat dilakukan pengkajian, pasien diberikan beberapa pertanyaan yang harus diisi untuk mengukur tingkat kecemasan yang dideritanya dengan menggunakan kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Untuk mengetahui tingkat kecemasan, penyusun menjumlahkan nilai skor dengan total 41 skor tersebut menunjukkan bahwa pasien mengalami kecemasan tingkat kecemasan berat

Pada kasus Nn. N.P.F memiliki tanda gejala seperti perasaan khawatir yang berlebihan, sulit mengendalikan pikiran, gelisah, mudah lelah, kesulitan tidur yang disebabkan oleh overthinking, gangguan emosional, takut akan pikiran sendiri yang dimana itu belum terjadi, dan cemas yang berlebih. Hal tersebut didukung oleh Ningsih & Hidayati, (2024) yang mengatakan ansietas ditandai dengan gejala ketakutan tentang masa depan, tampak khawatir, cemas, gelisah, respon fisiologis yang berasal dari otak yang tercermin dalam peningkatan denyut jantung serta ketegangan otot. Selain itu, Amalia et al., (2023) mengatakan ansietas berat yang sangat mempengaruhi persepsi individu, individu cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang rinci dan spesifik, serta tidak dapat berpikir tentang hal lain dengan tanda dan gejala dari ansietas berat yaitu: persepinya sangat kurang, berfokus pada hal yang detail, rentang terbatas, perhatian sangat tidak dapat atau berkonsentrasi menyelesaikan masalah, serta tidak dapat belajar secara efektif.

Pada kasus Nn. N.P.F diagnosa yang dialami pada kasus ini yaitu ansietas berhubungan dengan kekhawatiran mengalami kegagalan (D.0080) karena mengalami tanda dan gejala terhadap masalah laki-laki dalam hal percintaan. Hal ini didukung oleh Putri & Kurniawan, (2023) yang berjudul "Ansietas Menjalin Relasi Romantis: Studi Kasus terhadap Perempuan Penyintas Toxic Relationship". Penelitian ini menunjukkan bahwa perempuan yang pernah mengalami hubungan romantis yang tidak sehat (toxic relationship) cenderung mengalami ansietas dalam menjalin hubungan baru. Ansietas ini disebabkan oleh pengalaman masa lalu yang buruk dan kekhawatiran akan kemungkinan terulangnya kegagalan dalam hubungan selanjutnya. Selain itu, pada saat dilakukan pengkajian, dilihat dari psikologis Nn. N.P.F tampak mengalami ansietas yang diakibatkan trauma karena perlakuan laki-laki terhadapnya mengingatkan ia akan kejadian yang menimpa orang tuanya. Hal tersebut didukung oleh Junaidin et al., (2023) yang mengatakan ansietas timbul dikarenakan seorang perempuan menjadikan ayahnya sebagai standar untuk menilai perilaku baik dan tidak baik laki-laki. Maka dari itu, ketika sosok ayah hilang cenderung akan timbul ansietas pada diri perempuan untuk melakukan pernikahan maupun percintaan karena ia merasa tidak dicintai oleh siapapun.

Serta diagnosa kedua yang dialami Nn. N.P.F yaitu koping tidak efektif berhubungan dengan ketidakpercayaan terhadap kemampuan diri mengatasi masalah (D.0096) karena mengalami

kesulitan untuk mengatasi masalah dan tidak mampu untuk mengatasi masalah yang dideritanya. Hal ini didukung oleh Sumoked et al., (2019) yang mengatakan seseorang yang memiliki mekanisme koping positif (adaptif) dan efektif dapat meredakan atau menghilangkan stres, sebaliknya jika mekanisme koping negatif (maladaptif) dan tidak efektif akan memperburuk kesehatan.

Untuk diagnosa ketiga yaitu gangguan interaksi sosial berhubungan dengan disfungsi sistem keluarga (D. 0118) karena pengalaman buruk yang menyertainya sejak kecil karena kedua orang tuanya yang memberikan contoh tidak baik dalam membina rumah tangga, menjalin hubungan asmara, serta komunikasi yang kurang baik. Hal tersebut didukung oleh Isnaini & Haryati, (2022) yang mengatakan keluarga harmonis dapat memberikan suasana yang damai dan tentram bagi anggota keluarganya. Namun, ketika keluarga memiliki rendahnya tingkat interaksi sosial yang ditimbulkan dapat menyebabkan kurang percaya diri, kurang aktif dalam organisasi, lebih senang menyendiri disebabkan oleh ketidakharmonisan keluarga. Hal tersebut didukung oleh Junaidin et al., (2023) yang mengatakan ansietas timbul dikarenakan seorang perempuan menjadikan ayahnya sebagai standar untuk menilai perilaku baik dan tidak baik laki-laki. Maka dari itu, ketika sosok ayah hilang cenderung akan timbul ansietas pada diri perempuan untuk melakukan pernikahan maupun percintaan karena ia merasa tidak dicintai oleh siapapun.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Naibaho et al., (2024) yang berjudul “*Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Ansietas: Tinjauan Literatur*” diperoleh hasil ansietas dapat diatasi dengan terapi musik yang dapat memicu otak untuk melepaskan hormone endofrin dan membantu menurunkan ansietas. Hal tersebut didukung oleh penelitian Sundara et al., (2022) yang berjudul “*Review Article : Aromaterapi Sebagai Terapi Stres Dan Gangguan Ansietas*” diperoleh hasil aromaterapi yang menggunakan minyak esensial yang berasal dari tanaman lavender (*Lavandula angustifolia*), buah jeruk bergomat (*Citrus bergamia*), dan lain sebagainya dapat menurunkan tingkat ansietas pada berbagai kondisi pasien. Ningrum et al., (2021) juga mengatakan teknik relaksasi nafas dalam merupakan tindakan keperawatan dengan menghembuskan nafas secara perlahan yang dapat meningkatkan ventilasi paru dan meningkatkan oksigen darah sehingga mampu menurunkan tingkat kecemasan.

Setelah dilakukan pengimplementasian bahwa pasien mengatakan sudah mulai bisa mengendalikan rasa cemas pada dirinya. Setelah dilakukan pengkajian ulang bahwa memang pasien tampak sudah mengalami penurunan dalam rasa ansietas dengan beberapa intervensi yang dilakukan seperti intervensi terapi musik yang efektif pada klien untuk mengurangi kecemasannya serta intervensi lain seperti terapi aromaterapi dan relaksasi napas dalam juga efektif dalam mengurangi Tingkat kecemasannya, diukur menggunakan kuisioner HARS (*Hamilton Rating Scale*) yang menunjukkan hasil bahwa pasien mengalami penurunan. Tingkat kecemasan ini dilihat dari grand skor sebelum dilakukan intervensi menunjukkan nilai 41 (ansietas berat) dan setelah dilakukan intervensi menunjukkan nilai 26 (sedang). Hal ini didukung oleh Chrisnawati & Aldino, (2019) yang mengatakan kuisioner HARS menggunakan serangkaian pertanyaan dengan jawaban yang harus diisi oleh pasien sesuai dengan kondisi yang dirasakan oleh pasien tersebut dengan jawaban yang diberikan merupakan skala (angka) 0, 1, 2, 3, atau 4 yang menunjukkan tingkat gangguan dan setelah pasien menjawab sesuai apa yang dirasakannya, maka hasilnya dapat dihitung dengan menjumlahkan total skor yang didapat dari setiap soal (pernyataan). Selain itu, Dede et al., (2022) mengatakan bahwa pengukuran Tingkat kecemasan menggunakan kuisioner HARS itu bisa dilihat dari grand skor sebelum dilakukan intervensi dan setelah dilakukan intervensi akan menunjukkan nilai yang berbeda sesuai dengan kasus klien dan juga intervensi yang diberikan.

Maka dapat disimpulkan bahwa intervensi dalam pasien ansietas dapat menurunkan tingkat kecemasan. Namun, tidak semua intervensi bisa efektif seperti pada N. N.P.F intervensi yang

efektif yaitu hanya terapi musik, terapi aromaterapi, dan teknik relaksasi nafas dalam.

KESIMPULAN DAN SARAN

Ansietas merupakan respons alami terhadap stress. Namun, jika berlebihan dapat mengganggu kehidupan sehari-hari. Ansietas dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pengalaman buruk di masa lalu dan pikiran yang tidak rasional. Gangguan ansietas sering terjadi pada remaja. Gejala ansietas mencakup fisik dan emosional, mulai dari gangguan tidur hingga gejala somatic seperti jantung berdebar dan pusing. Kasus yang dialami Nn. N.P.F menunjukkan bagaimana pengalaman buruk di masa kecilnya, terutama terkait dengan hubungan orang tuanya, membentuk pola ansietasnya terhadap laki-laki dan percintaan. Trauma masa lalu menyebabkan dirinya kesulitan mengendalikan pikiran dan mengalami gangguan emosional yang berulang setiap kali menghadapi konflik. Upaya untuk melawan ansietasnya dengan menjalin hubungan ternyata tidak berhasil dan justru memperburuk kondisi psikologisnya. Ketidakmampuan untuk berkomunikasi secara terbuka dengan orang tua dan lingkungan sekitar juga berkontribusi pada ansietas yang dialaminya. Dalam hal ini, pendekatan psikologi dan dukungan sosial dapat berperan penting dalam membantu individu seperti Nn. N.P.F mengatasi ansietasnya dan memperbaiki pola pikirnya terkait hubungan interpersonal.

Pembaca diharapkan banyak membaca referensi lain terkait masalah masalah psikososial tentang ansietas. Hal ini agar pembaca lebih memahami terkait masalah klien dengan gangguan psikososial. Selain itu pembaca juga dapat mencari informasi terkait jurnal penatalaksanaan terbaru pada klien dengan masalah ansietas dalam psikososial.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, R. R., Anissa, M., Hariyani, I. P., & Rafli, R. (2022). Edukasi Masyarakat Mengenai Gejala Cemas. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(4), 876-881. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i4.10008>
- Al., E. at. (2021). Upaya mengatasi kecemasan masyarakat di masa pandemi covid-19. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Membangun Negeri*, 5(1), 172-183.
- Amalia, W., Abdilah, H., & Tarwati, K. (2023). Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Pendidikan Profesi Ners. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(10), 3326-3337. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i10.11298>
- Ardyansyah, F., & A, W. (2023). TINGKAT KECEMASAN DAN HARGA DIRI TERHADAP KESEHATAN MENTAL MAHASISWA DI KOTA BENGKULU Fakhri. *Jurnal Ilmiah Penelitian Multidisiplin II, U*, 8(1), 83-90.
- Aseta, P. A., Undari Nurkalis, Anis Purwati, & Sri Hastuti. (2023). Tingkat Kecemasan Peserta Didik Smk Keperawatan Menghadapi Ujian Sertifikasi Kompetensi. *Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 11(02), 173-181. <https://doi.org/10.52236/ih.v11i2.341>
- Azhari, N., Anggarawati, T., Noor, F. S., & A K Prestiyana. (2021). Gambaran Kecemasan Mahasiswa Yang Melakukan Praktek Klinik Di Rumah Sakit Pada Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Jufdikes*, 3(2), 08-14.
- Bustan, M., & Purnama, D. (2023). Studi Deskriptif Pendokumentasian Asuhan Keperawatan Jiwa Oleh Perawat Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara. *Jurnal Keperawatan1*, 6(3), 1-8.
- Chand, S., & Marwaha, R. (2023). Anxiety. *National Library of Medicine*, 935-939. https://doi.org/10.1007/9783031259104_153
- Cherry, K. (2024, October). *What Is the Diathesis-Stress Model?*
- Chrisnawati, G., & Aldino, T. (2019). Aplikasi Pengukuran Tingkat Kecemasan Berdasarkan Skala Hars Berbasis Android. *Jurnal Teknik Komputer AMIK BSI*, 5(2), 174-180.

<https://doi.org/10.31294/jtk.v4i2>

- Dede, E., Mola, S., & Nabuasa, Y. (2022). Implementasi Hamilton Anxiety Rating Scale untuk Mendiagnosis Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi. *Jurnal Komputer Dan Informatika*, 10(1), 55-64. <https://doi.org/10.35508/jicon.v10i1.6353>
- Devani, D., & Irsyada, M. (2022). TINGKAT KECEMASAN ATLET PBV TUNAS MUDA PASCA PANDEMI. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(6), 1-6.
- Elasari, Y., Brinka, B., Agustriyani, F., & Wahyudi, D. A. (2024). Hubungan Psychosocial Care Perawat Dengan Kecemasan Pasien di Ruang Rawat Inap Dewasa RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung. *Journal of Nursing Invention*, 4(2), 70-79. <https://doi.org/10.33859/jni.v4i2.310>
- Fatmawati, Astutik, S., & Rahman, H. (2022). PENGARUH DUKUNGAN KELUARGA DAN PERAN PERAWAT TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PRE OPERASI KATARAK. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 2(2).
- Fibriansari, R., Mulyantoro, A., Fakultas Keperawatan Universitas Jember, K., & Haryoto Lumajang, R. (2023). Peran Perawat Edukator dalam Menurunkan Kecemasan pada Pasien Pre-Operasi. *JURNAL PIkes Penelitian Ilmu Kesehatan*, 4(2), 20-27.
- Hatri Istiari, C., Pali Osa, E., Titin Inya Ede, M., Metsi Kaza, Y., & Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum, S. (2021). Intervensi Keperawatan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi: Literatur Review Nursing Interventions for Anxiety in Patients Preoperative: Literature Review. *Medika Respati : Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 16(Mei), 95-106.
- Ihtiariyanti, & Mariyati. (2023). Penerapan Hipnosis 5 Jari Untuk Menurunkan Tingkat Ansietas Pada Santi Baru. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(1), 77-82. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM>
- Ismoyowati, T., Kristani, B., Nugraha, B., & Yuwanti, T. (2020). Intervensi Keperawatan untuk Menurunkan Kecemasan Pasien Dengan Acute Myocardial Infarction. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 11(2), 389-393.
- Isnaini, A., & Haryati, T. (2022). Hubungan keharmonisan keluarga dengan interaksi sosial pada mahasiswa. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(2), 226-233. <https://doi.org/10.26539/teraputik.621143>
- Jumrotul, Q., Aqobah, & Rhamadian, D. (2022). Dampak Kecemasan (Anxiety) Dalam Olahraga Terhadap Atlet. *Journal of Sport Science and Tourism Activity (JOSITA)*, 1(1), 31. <https://doi.org/10.52742/josita.v1i1.15433>
- Junaidin, J., Mustafa, K., Hartono, R., & Khoirunnisa, S. (2023). Kecemasan terhadap Pernikahan pada Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami Fatherless. *Journal on Education*, 5(4), 16649-16658. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i4.2839>
- Mawaddah Nurul, Mujiadi, & SA, R. (2020). PENERAPAN MODEL KOMUNIKASI TERAPEUTIK PEPLAU PADA PASIEN PENYAKIT FISIK DENGAN ANSIETAS | Mawaddah | Indonesian Journal for Health Sciences. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 4(1), 16-24.
- Muhamad, N. (2024, June). Jawa Barat, Provinsi dengan Angka Depresi Tertinggi. Databoks.
- Muhammad A, D., Rosyidawati, N. H., Sudrajat, A. A., Khairunnisa, N. H., Rahmawati, B. D. Z., Khatimah, W. H., Apriyani, P., Andriani, A. P. D., Widyastuti, P. A., Suryani, D. S., Nur Azizah, P. F. S., & Yuniasih, D. (2021). Anxiety of Final Semester Students: Mini Review. *Ahmad Dahlan Medical Journal*, 2(2), 85-92. <https://doi.org/10.12928/admj.v2i2.5432>
- Muliani, R. H. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Ibu Bersalin Dalam Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Bina Cipta Husada*, 27, 56-66.
- Naibaho, A., Fadhila, F., & Daulay, W. (2024). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Kecemasan. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 1-7.
- Ningrum, S., Ayubbana, S., & Inayati, A. (2021). Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Kecemasan Pasien Praoperasi Di Ruang Bedah RSUD Jend. Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2021. *Jurnal Cendikia Muda*, 2, 529-534.
- Ningsih, W., & Hidayati, E. (2024). Cognitive behavior therapy untuk menurunkan gejala

- gangguan cemas menyeluruh pada remaja. *Procedia: Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 12(1), 31-37. <https://doi.org/10.22219/procedia.v12i1.29000>
- Polopadang, V., & Hidayah, N. (2019). *Proses Keperawatan Pendekatan Teori dan Praktik*. Yayasan Pemberdayaan Masyarakat Indonesia Cerdas.
- Putri, A. R., & Kurniawan, Y. (2023). Kecemasan Menjalani Relasi Romantis: Studi Kasus terhadap Perempuan Penyintas Toxic relationship. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 7(1), 90-107. <https://doi.org/10.26623/PHILANTHROPY.V7I1.6839>
- Rabbani, M., Palloge, S., Susanto, H., Isra, N., & Santy, I. (2024). Karakteristik dan Faktor Risiko Pasien Gangguan Kecemasan Tahun 2022. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 4(3), 220-230. <https://doi.org/10.33096/fmj.v4i3.412>
- Sakarti, H. (2018). Hubungan Kecemasan dan Kemampuan Siswa Dalam Menyelesaikan Masalah Matematika. *Jurnal Pendidikan Informatika Dan Sains (JPIS)*, 7(1), 28-41. <https://journal.ikipgriptk.ac.id/index.php/saintek/article/view/766%0Ahttps://journal.ikipgriptk.ac.id/index.php/saintek/article/viewFile/766/685>
- Sitorus, R. idawati, & Wulandari, I. S. M. (2020). Hubungan Caring Perawat dengan Kecemasan Pasien Pre Operasi. *Nursing Inside Community*, 2(3), 100-105.
- Sumoked, A., Wowiling, F., & Rompas, S. (2019). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Semester Iii Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Yang Akan Mengikuti Praktek Klinik Keperawatan. *Jurnal Keperawatan*, 7(1). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.22897>
- Sundara, A., Larasati, B., Meli, D., Wibowo, D., Utami, F., Maulina, S., Latifah, Y., & Gunarti, N. (2022). Review Article : Aromaterapi Sebagai Terapi Stres Dan Gangguan Kecemasan. *Jurnal Buana Farma*, 2(2), 78-84. <https://doi.org/10.36805/jbf.v2i2.396>
- Suryanto Aloysius, & Nada Salvia. (2021). Analisis Kesehatan Mental Mahasiswa Perguruan Tinggi Pada Awal Terjangkitnya Covid-19 di Indonesia. *Jurnal Citizenship Virtues*, 1(2), 83-97.
- Widyastuti, C., Nurrohman, Rizki Rahmawati, M., Nadia, F., & Nurliawati, E. (2022). Self-Healing Therapy Untuk Mengatasi Kecemasan. *International Conference on Islamic Guidance and Counseling*, 2, 295-300.
- Wijaya, M. F., Abdi, M. J., Aldilawati, S., & Auniah, A. (2023). Cara Mengatasi Kecemasan Dental secara Farmakologis dan Non-farmakologis: Sebuah Tinjauan Literatur. *DENThalib Journal*, 1(November), 61-67.
- World Health Organization. (2022). *Mental health*.
- Zahra, G., Fadhilah, N., Saputra, R. A., & Wibowo, A. H. (2024). Deteksi Tingkat Gangguan Kecemasan Menggunakan Metode Random Forest. *Jurnal Fakultas Teknik UMT*, 13(1), 38-47.