



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap orang pasti pernah mengalami kecemasan pada saat-saat tertentu dan dengan tingkat yang ber beda-beda. Hal tersebut mungkin saja terjadi karena individu merasa tidak memiliki kemampuan untuk menghadapi hal yang mungkin menimpanya kemudian hari.

Ramayah (2003) Kecemasan adalah sesuatu yang menimpa hampir setiap orang pada waktu tertentu dalam kehidupannya. Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekan kehidupan seorang (dalam <http://etd.eprints.ums.ac.id/095/1/J220060011.pdf>)

Seseorang akan menderita gangguan cemas manakala yang bersangkutan tidak mampu mengatasi stressor psikososial yang dihadapinya (dalam Hawari, 2003).

Kecemasan sangat berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan emosi ini tidak memiliki objek yang spesifik. Kondisi dialami secara subjektif dan dikomunikasikan dalam hubungan interpersonal. Cemas berbeda dengan rasa takut, yang merupakan penilaian intelektual terhadap sesuatu yang berbahaya. Kecemasan adalah respon emosional terhadap penilaian tersebut (dalam Stuart, 1998)

Kecemasan adalah gangguan alam perasaan (*affectif*) yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realita, kepribadian masih tetap utuh (tidak mengalami keretakan), perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas normal.

Branca (1964) kecemasan juga memiliki orientasi di masa depan. Seseorang mungkin memiliki bayangan bahwa ada bahaya yang mengancam dalam suatu

objek. Ia melihat gejala itu ada sehingga ia merasa cemas. Kecemasan ini dibutuhkan agar individu dapat mempersiapkan diri menghadapi peristiwa buruk yang mungkin akan terjadi (dalam <http://tysar.wordpress.com/2009/06/24/pengertian-kecemasan>)

Menurut Drajat (1990) kecemasan adalah suatu keadaan emosi yang sedang mengalami tekanan perasaan (Frustrasi) atau pertentangan batin (konflik). Manakala seseorang sedang mengalami cemas karena perasaan atau konflik, maka perasaan itu akan muncul melalui berbagai bentuk emosi yang disadari dan yang tidak disadari. Segi yang disadari dari cemas tampak dalam segi seperti rasa takut, terkejut, ngeri, rasa lemah, rasa berdosa, rasa terancam dan sebagainya. Sementara segi yang tanpa disadari dari cemas tampak dalam dalam keadaan individu yang merasakan takut tanpa mengetahui faktor-faktor yang mendorongnya pada keadaan itu (dalam <http://tysar.wordpress.com/2009/06/24/pengertian-kecemasan>)

Prawirohusodo (dalam Ingram, dkk 2002) kecemasan adalah pengalaman emosi yang tidak menyenangkan yang datang dari dalam bersifat meningkatkan dan menggelisahkan serta menakutkan yang dihubungkan dengan suatu ancaman bahaya yang tidak diketahui oleh individu. Perasaan ini disertai oleh komponen somatik, fisiologi, autonomi, biokimia, hormonal dan perilaku.

Atkinson (1990) kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan dan ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang kadang-kadang di alami dalam tingkat yang berbeda-beda

Kecemasan dimanifestasikan seperti tremor tangan, percakapan yang meninggi, ~~gugup~~, posisi tidur yang sering berubah, merasa gelisah, malu dan takut, serta merasa tidak mampu, tidak berguna, dan tidak aman (Cook dan Fontaine, 1991)

Kecemasan akan mempengaruhi keadaan tidur seorang individu/ pasien, dimana ~~cemas~~ akan meningkatkan konsentrasi nonepineprin dalam darah melalui stimulus