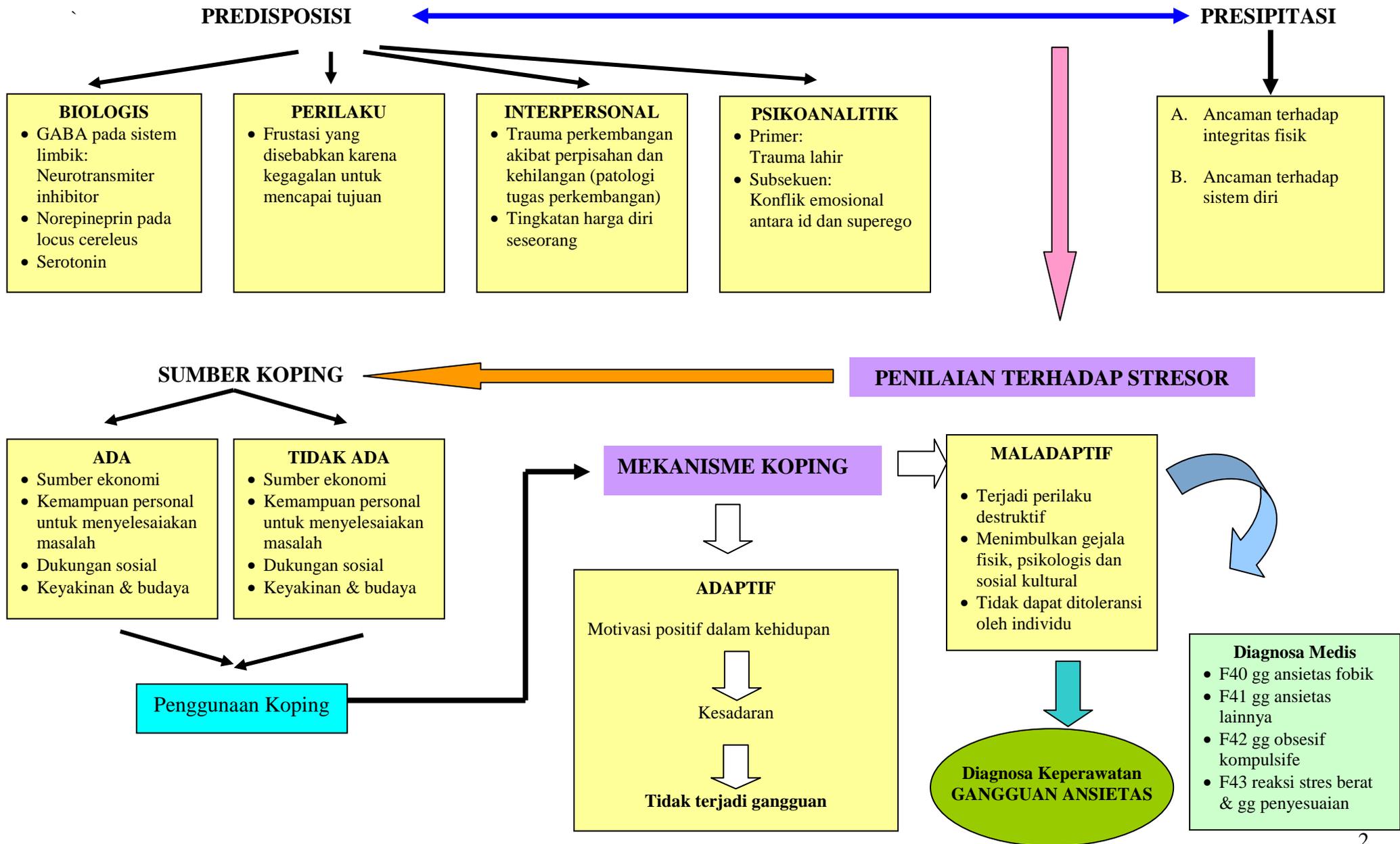


PROSES TERJADINYA MASALAH



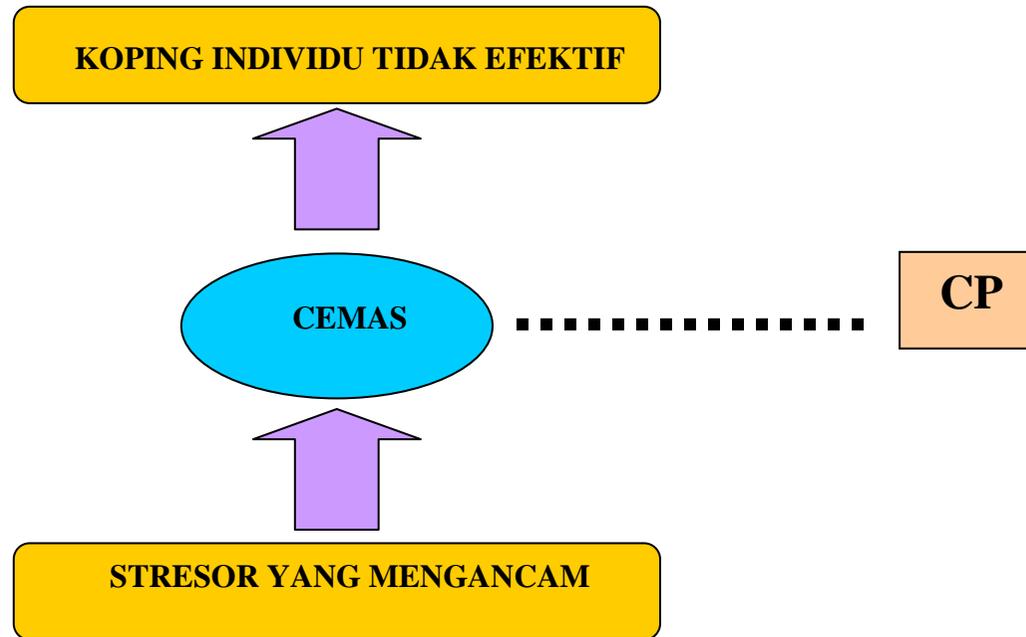
DATA-DATA YANG PERLU DITAMBAHKAN

1. Genogram
2. Keyakinan/ spiritualitas dan budaya
3. Tingkatan ansietas berdasarkan ciri-ciri fisiologis, kognitif, emosi atau perilaku

ANSIETAS RINGAN	ANSIETAS SEDANG	ANSIETAS BERAT	PANIK
<p>Fisiologis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tanda-tanda vital normal • Tekanan otot minimal • pupil normal • gelisah • susah tidur • hipersensitif terhadap suara 	<p>Fisiologis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tanda-tanda vital normal atau sedikit meningkat • adanya ketegangan • mungkin menjadi kurang nyaman • diaporesis • sakit kepala • mulut kering • sering BAK 	<p>Fisiologis</p> <ul style="list-style-type: none"> • tanda-tanda vital meningkat • keringat berlebihan • sering BAK • diare, mulut kering • nafsu makan menurun • dilatasi pupil • Indera yang dipengaruhi: pendengaran berkurang, sensasi nyeri turun • Sakit kepala hebat • Mual • vertigo, • takikardi • nyeri dada, gemetar 	<p>Fisiologis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Seseorang menjadi pucat • Tekanan darah menurun, hipotensi • Koordinasi otot buruk, nyeri, sensasi pendengaran minimal. • Dilatasi pupil.
<p>Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lapang persepsi tidak menyempit • Sadar terhadap stimulus internal dan lingkungan yang lain • Perhatian berkurang tapi masih terkontrol, penyelesaian masalah efektif, peningkatan kemampuan belajar 	<p>Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Berjaga-jaga, persepsi menyempit, terfokus • Bagian optimal untuk menyelesaikan masalah dan belajar • Penuh perhatian 	<p>Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lapang persepsi sangat menyempit • Sulit memecahkan masalah. • Perhatiannya terpilih (fokus pada satu kelompok) • Tidak dapat menyelesaikan tugas 	<p>Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Persepsi menyebarkan tertutup • Tidak mampu menerima stimulus • Penyelesaian masalah dan berpikir logis tidak mampu dilakukan • Persepsi atau tentang diri, lingkungan atau kejadian tidak realistis. • Kehilangan cara berpikir yang rasional

ANSIETAS RINGAN	ANSIETAS SEDANG	ANSIETAS BERAT	PANIK
<p>Emosi/ perilaku</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perasaan relatif nyaman, rileks, tenang • melakukan kegiatan sehari-hari tanpa terganggu, motivasi meningkat 	<p>Emosi/ perilaku</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perasaan siaga dan menantang, penuh semangat • Mengajak dalam kegiatan yang kompetitif, dan belajar ketrampilan baru • Suara dan ekspresi wajah penuh perhatian 	<p>Emosi/ perilaku</p> <ul style="list-style-type: none"> • Merasa terancam, terkejut dengan stimulus baru, merasa beban yang terlalu berat • Aktivitas mungkin meningkat atau menurun • Mungkin tampak dan merasa depresi • Menunjukkan penolakan, mengeluh sakit, menjadi lekas marah 	<p>Emosi/ perilaku</p> <ul style="list-style-type: none"> • Merasa perlu bantuan terhadap segala kehilangan kontrol • Mungkin menjadi marah, menakutkan, menarik diri, menangis atau lari dari masalah • Tidak dapat berkomunikasi secara verbal • Mungkin delusi atau halusinasi. • Mungkin mencoba bunuh diri

POHON MASALAH



TINDAKAN KEPERAWATAN

GENERALIS		SPESIALIS	
PADA KLIEN DENGAN ANSIETAS			
TUJUAN	TINDAKAN	TERAPI	TUJUAN
<p>TUM: Pasien mampu mengatasi rasa ansietas</p>		<p>Individu: A. CBT B. Perilaku C. relaksasi training 1. napas dalam 2. meditasi 3. visualisasi 4. Penghentian pikiran</p>	<p>A. Memberikan informasi tentang ansietas dan cara mengatasi B. Management perilaku, perubahan perilaku 1. mengatasi atau menurunkan ansietas dengan meningkatkan kapasitas paru sehingga menimbulkan efek relaksasi (management gejala) 2. mengatasi atau menurunkan ansietas yang mengakibatkan gangguan konsentrasi 3. mengatasi atau menurunkan ansietas dengan menciptakan kenyataan hidup 4. mengatasi atau menurunkan ansietas dengan mengatasi pikitrn negatif atau maladaptif</p>
<p>TUK 1 (SP 1) Pasien mampu mengungkapkan rasa ansietas dan cara mengatasi yang telah digunakan</p>	<p>1. mendiskusikan kondisi saat ini 2. mendiskusikan cara mengatasi takut/ cemas</p>	<p>Kelompok: 1. kelompok suport 2. musik</p>	<p>1. meningkatkan kemampuan koping 2. mengatasi atau menurunkan ansietas dan meningkatkan kemampuan klien</p>
<p>TUK 2 (SP 2) Pasien menerima dukungan emosional, sosial dan spiritual</p>	<p>1. melatih cara mengatasi takut dan cemas dengan dukungan emosi 2. melatih cara mengatasi takut dan cemas dengan dukungan sosial 3. melatih cara mengatasi takut dan cemas dengan dukungan spiritual</p>	<p>Keluarga: 1. Psikoedukasi</p>	<p>1. menurunkan ansietas keluarga sampai ke tingkatan paling rendah dengan meningkatkan pengetahuan tentang penyakit dan cara perawatan klien serta memberi dukungan keluarga</p>

Tindakan berdasarkan tingkatannya

Ringan sampai Sedang	<p>Strategi perawatan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memberi informasi nyata • Memperingatkan kejadian stresful • Memberikan kesempatan untuk control dan partisipasi (mengajarkan ketrampilan coping secara langsung) • Pengetahuan tentang ketakutan • Meningkatkan kesempatan untuk mengontrol pengambilan keputusan, aktivitas, stimulasi sensori, dan dukungan social • Menurunkan nyeri • Menurunkan gangguan sensori dan isolasi • Membangun harapan
Sedang sampai berat	<p>Strategi perawatan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menunjukkan dukungan • Mendorong express feeling, keragu-raguan, dan ketakutan • Ekplorasi kejadian stressful • Memberikan informasi yang akurat • Evaluasi pengobatan anti anxietas • Control nyeri • Meningkatkan control pasien • Manajemen panic • Pijatan, sentuhan dan latihan fisik • Relaksasi, nafas dalam, focusing dan teknik imagery • Hubungi sumber-sumber yang ahli
Berat sampai panic	<p>Strategi perawatan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Temani pasien • Mempertahankan situasi yang tenang, menurunkan stimulasi • Gunakan pengobatan anti anxietas, monitor secara hati-hati • Pastikan kontrol nyeri adekuat • Gunakan teknik focusing dan nafas dalam • Gunakan demonstrasi • Ulangi jawaban singkat • Hubungi sumber-sumber yang ahli

Tindakan kolaborasi (Psikofarmaka)

Jenis obat yang diberikan	Penggunaan
Abat anti ansietas 1. Benzodiazepin (ansiolitika)	1. ansietas berat, digunakan dalam waktu pendek, mempunyai efek adiksi
Obat antidepresan 1. SSRI: Sertraline, Paroxetine, Fluoxetine	1. tidak menimbulkan efek adiksi jika digunakan jangka panjang