

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan Pustaka**

##### **1. Kecemasan**

###### **a. Definisi**

Istilah kecemasan dalam Bahasa Inggrisnya yaitu *Anxiety* yang berasal dari Bahasa Latin *angustus* yang memiliki arti kaku, dan *ango*, *anci* (yuke 2010;16). Kecemasan suatu kondisi psikologis seseorang yang penuh dengan rasa takut dan khawatir, dimana perasaan takut dan khawatir akan sesuatu hal yang belum pasti akan terjadi. Kecemasan berasal dari bahasa latin (*anxius*) dan dari bahasa Jerman (*anst*), yaitu suatu kata yang digunakan untuk menggambarkan efek negatif dan rangsangan fisiologis (Muyasaroh et al. 2020).

Menurut American Psychological Association (APA) dalam kecemasan merupakan keadaan emosi yang muncul saat individu sedang stress, dan ditandai oleh perasaan tegang, pikiran yang membuat individu merasa khawatir dan disertai respon fisik (jantung berdetak kencang, naiknya tekanan darah, dan lain sebagainya (Muyasaroh et al. 2020).

Berdasarkan pendapat dari (Gunarso, n.d, 2008) dalam (Wahyudi, Bahri, and Handayani 2019), kecemasan atau *anxietas* adalah rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya. Pengaruh kecemasan terhadap tercapainya kedewasaan, merupakan masalah penting dalam perkembangan kepribadian. Kecemasan merupakan kekuatan yang besar dalam menggerakkan. Baik tingkah laku normal maupun tingkah laku yang menyimpang, yang terganggu, kedua-duanya merupakan pernyataan, penampilan, penjelmaan dari pertahanan terhadap kecemasan itu. Jelaslah bahwa pada gangguan emosi dan gangguan tingkah laku, kecemasan merupakan masalah pelik.

Selain itu menurut pendapat dari (Sumirta et al. 2019) dalam penelitian yang berjudul “Intervensi Kognitif Terhadap Kecemasan Remaja Paska Erupsi Gunung Agung”, mengungkapkan bahwa kecemasan merupakan ketegangan, rasa tidak aman, dan kekhawatiran yang timbul karena akan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan, tetapi sebagian besar sumber penyebab tidak diketahui dan manifestasi kecemasan dapat melibatkan somatik dan psikologis. Kecemasan menurut (Candra et al, 2017) adalah gangguan alam perasaan yang ditandai dengan kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tetapi belum mengalami gangguan dalam menilai realitas, kepribadian masih tetap utuh dan perilaku dapat terganggu, tetapi masih dalam batas-batas normal.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan suatu perasaan takut dan khawatir yang bersifat lama pada sesuatu yang tidak jelas (subjektif) atau belum pasti akan terjadi dan berhubungan dengan perasaan yang tidak menentu dan tidak berdaya.

b. Tingkatan Kecemasan

Menurut Peplau, dalam (Muyasaroh et al. 2020) mengidentifikasi empat tingkatan kecemasan, yaitu :

2) Kecemasan Ringan

Kecemasan ini berhubungan dengan kehidupan sehari-hari. Kecemasan ini dapat memotivasi belajar menghasilkan pertumbuhan serta kreatifitas. Tanda dan gejala antara lain: persepsi dan perhatian meningkat, waspada, sadar akan stimulus.

a) internal dan eksternal, mampu mengatasi masalah secara efektif.

b) kemampuan belajar. Perubahan fisiologi ditandai dengan gelisah, sulit tidur, hipersensitif terhadap suara, tanda vital dan pupil normal.

### 3) Kecemasan Sedang

Kecemasan sedang memungkinkan seseorang memusatkan pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain, sehingga individu mengalami perhatian yang selektif, namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah.

a) Respon fisiologi sering nafas pendek, nadi dan tekanan darah naik, mulut kering, gelisah, konstipasi.

b) Respon kognitif yaitu lahan persepsi menyempit, rangsangan luar tidak mampu diterima, berfokus pada apa yang menjadi perhatiaannya. penting dan mengesampingkan yang lain, sehingga individu mengalami perhatian yang selektif, namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah.

c) Respon fisiologi sering nafas pendek, nadi dan tekanan darah naik, mulut kering, gelisah, konstipasi. Sedangkan respon kognitif yaitu lahan persepsi menyempit, rangsangan luar tidak mampu diterima, berfokus pada apa yang menjadi perhatiaannya.

### 4) Kecemasan Berat

Kecemasan berat sangat mempengaruhi persepsi individu, individu cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang terinci dan spesifik, serta tidak dapat berfikir tentang hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi

a) ketegangan Tanda dan gejala dari kecemasan berat yaitu persepinya sangat kurang, berfokus pada hal yang detail, rentang perhatian sangat terbatas, tidak dapat berkonsentrasi atau menyelesaikan masalah, serta tidak dapat belajar secara efektif.

- b) Pada tingkatan ini individu mengalami sakit kepala, pusing, mual, gemetar, insomnia, palpitasi, takikardi, hiperventilasi, sering buang air kecil maupun besar, dan diare.
- c) Secara emosi individu mengalami ketakutan serta seluruh perhatian terfokus pada dirinya.

#### 5) Panik

Pada tingkat panik dari kecemasan berhubungan dengan terperangah, ketakutan, dan teror. Karena mengalami kehilangan kendali, individu yang mengalami panik tidak dapat melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan. berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang, kehilangan pemikiran yang rasional. Kecemasan ini tidak sejalan dengan kehidupan, dan jika berlangsung lama dapat terjadi kelelahan yang sangat bahkan kematian. Tanda dan gejala dari tingkat panik yaitu tidak dapat fokus pada suatu kejadian.

#### c. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan

Kecemasan sering kali berkembang selama jangka waktu dan sebagian besar tergantung pada seluruh pengalaman hidup seseorang. Peristiwa - peristiwa atau situasi khusus dapat mempercepat munculnya serangan kecemasan. Menurut Savitri Ramaiah (2003) dalam (Muyasaroh et al. 2020) ada beberapa faktor yang menunjukkan reaksi kecemasan, diantaranya yaitu :

##### 1) Lingkungan

Lingkungan atau sekitar tempat tinggal mempengaruhi cara berfikir individu tentang diri sendiri maupun orang lain. Hal ini disebabkan karena adanya pengalaman yang tidak menyenangkan pada individu dengan keluarga, sahabat, ataupun dengan rekan kerja. Sehingga individu tersebut merasa tidak aman terhadap lingkungannya.

## 2) Emosi Yang Ditekan

Kecemasan bisa terjadi jika individu tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaannya sendiri dalam hubungan personal ini, terutama jika dirinya menekan rasa marah atau frustrasi dalam jangka waktu yang sangat lama.

## 3) Sebab - Sebab Fisik

Pikiran dan tubuh senantiasa saling berinteraksi dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Hal ini terlihat dalam kondisi seperti misalnya kehamilan semasa remaja dan sewaktu terkena suatu penyakit. Selama ditimpa kondisi-kondisi ini, perubahan-perubahan perasaan lazim muncul, dan ini dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Menurut (Patotisuro Lumban Gaol, 2004) dalam (Muyasaroh et al. 2020), kecemasan timbul karena adanya ancaman atau bahaya yang tidak nyata dan sewaktu-waktu terjadi pada diri individu serta adanya penolakan dari masyarakat menyebabkan kecemasan berada di lingkungan yang baru dihadapi. Sedangkan, menurut Blackburn & Davidson dalam (Ildil and Anissa 2016), menjelaskan faktor-faktor yang menimbulkan kecemasan, seperti pengetahuan yang dimiliki seseorang mengenai situasi yang sedang dirasakannya, apakah situasi tersebut mengancam atau tidak memberikan ancaman, serta adanya pengetahuan mengenai kemampuan diri untuk mengendalikan dirinya (seperti keadaan emosi serta fokus ke permasalahannya).

### d. Faktor- faktor yang mempengaruhi kecemasan

Teori yang dikembangkan tentang kecemasan menurut Stuart (2007) tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu:

- 1) Teori Psikoanalitik tentang kecemasan terjadi akibat konflik yang terjadi antara emosional dengan elemen kepribadian

yaitu: id dan super ego. Id dalam hal ini mewakili insting sedangkan super ego berarti mewakili hati nurani dimana ego dapat berperan dalam menengahi suatu konflik yang terjadi antara dua elemen yang saling bertentangan. Menurut pendapat Videbeck (2008) mengatakan Cemas merupakan suatu hal almah sebagai respon tubuh dalam mengendalikan kesadaran terhadap stimulus tertentu.

- 2) Teori Interpersonal tentang Kecemasan timbul dari masalah-masalah dalam hubungan interpersonal, dan berkaitan erat dengan kemampuan seseorang untuk berkomunikasi (Videbeck, 2008). Cemas muncul karena adanya perasaan takut terhadap penolakan dan tidak adanya penerimaan interpersonal. Cemas juga berhubungan dengan perkembangan trauma, seperti perpisahan dan kehilangan.
- 3) Teori Perilaku ini dalam pandangan perilaku bahwa kecemasan merupakan suatu produk frustasi yaitu dimana segala sesuatu yang dapat mengganggu kemampuan seseorang dalam mencapai tujuan yang diinginkan.
- 4) Teori Prespektif ini dalam Kajian keluarga menunjukkan bagaimana pola interaksi yang terjadi di dalam keluarga serta dalam Kecemasan menunjukkan adanya pola interaksi yang maladaptif dalam sistem keluarga atau kurangnya komunikasi.
- 5) Teori Perspektif Biologis ini dalam pandangan biologis menunjukkan bahwa dalam otak mengandung reseptor khusus yang mengatur kecemasan.

#### e. Tanda dan Gejala Kecemasan

Menurut Jeffrey S. Nevid, dkk (2005: 164) dalam (Ifdil and Anissa 2016) ada beberapa tanda-tanda kecemasan, yaitu :

- 1) Tanda fisik kecemasan diantaranya yaitu: kegelisahan, kegugupan, tangan mengikat di sekitar dahi, kekencangan pada pori-pori kulit perut atau dada, banyak berkeringat, Tanda-

Tanda Fisik Kecemasan, telapak tangan yang berkeringat, pening atau pingsan, mulut atau kerongkongan terasa kering, sulit berbicara, sulit bernafas, bernafas pendek, jantung yang berdebar keras atau berdetak kencang, suara yang bergetar, jari-jari atau anggota tubuh yang menjadi dingin, pusing, merasa lemas atau mati rasa, sulit menelan, kerongkongan merasa tersekat, leher atau punggung terasa kaku, sensasi seperti tercekik atau tertahan, tangan yang dingin dan lembab, terdapat gangguan sakit perut atau mual.

2) Tanda-Tanda Behavioral Kecemasan,

Tanda-tanda behavioral kecemasan diantaranya yaitu : perilaku menghindar, perilaku melekat dan dependen, dan perilaku terguncang.

3) Tanda-Tanda Kognitif Kecemasan

Tanda-tanda kognitif kecemasan diantaranya: khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan atau aprehensi terhadap sesuatu yang terjadi di masa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan akan segera terjadi (tanpa ada penjelasan yang jelas), terpaku pada sensasi ketubuhan, sangat waspada terhadap sensasi ketubuhan, merasa terancam oleh orang atau peristiwa yang normalnya hanya sedikit atau tidak mendapat perhatian, ketakutan akan kehilangan kontrol, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, berpikir bahwa dunia mengalami keruntuhan, berpikir bahwa semuanya tidak lagi bisa diatasi, khawatir terhadap hal-hal yang sepele, berpikir tentang hal mengganggu dikendalikan, berpikir bahwa semuanya terasa sangat membingungkan tanpa bisa yang sama secara berulang-ulang, berpikir bahwa harus bisa kabur dari keramaian (kalau tidak pasti akan pingsan), pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, tidak mampu menghilangkan pikiran-pikiran

terganggu, berpikir akan segera mati (meskipun dokter tidak menemukan sesuatu yang salah secara medis), khawatir akan ditinggal sendirian, dan sulit berkonsentrasi atau memfokuskan pikiran.

d. Alat Ukur Kecemasan

Alat ukur pada penelitian ini yaitu Skala *Hamilton Rating Scale For Anxiety* (HRS-A) Skala HRS-A digunakan pertama kali pada tahun 1959, diperkenalkan oleh Max Hamilton. Skala ini terdiri dari 14 item. Adapun cara penilaiannya adalah setiap item yang diobservasi diberi 5 tingkat skor, yaitu antar 0 (nol) sampai dengan 4, dengan kategori sebagai berikut:

- 1) 0 = Tidak ada gejala sama sekali
- 2) 1 = Ringan satu dari gejala yang ada
- 3) 2 = Sedang separuh dari gejala yang ada
- 4) 3 = Berat lebih separuh yang ada
- 5) 4 = Sangat berat dari semua gejala yang ada.

Skala HRS-A telah di buktikan memiliki validitas dan reabilitas cukup tinggi untuk melakukan pengukuran kecemasan trial clinic yaitu validitas instrumen tersebut 0,93 dan nilai reabilitas 180,97. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengukuran kecemasan dengan menggunakan skala HRS-A akan diperoleh hasil yang valid dan reliable. Penentu derajat kecemasan ditentukan dengan cara menjumlahkan nilai skor dari 14 item diatas dengan hasil sebagai berikut (Nursalem 2013):

- a) < 14 : tidak ada kecemasan
- b) 14 – 20 : kecemasan ringan
- c) 21 – 27 : kecemasan sedang
- d) 28 – 41 : kecemasan berat
- e) 42 – 56 : kecemasan sangat berat (Panik)

## 2. Diabetes Melitus tipe 2

### a. Definisi

Menurut Dalam (Alshyra Millennia Supriana 2022) Diabetes Melitus Tipe 2 adalah suatu kondisi hiperglikemi( kadar glukosa darah tinggi) hasil dari ketidakmampuan sel-sel tubuh untuk merespon sepenuhnya terhadap insulin, resistensi insulin. Keadaan hiperglikemia kronik pada diabetes melitus dapat berdampak kerusakan jangka panjang, disfungsi beberapa organ tubuh pada mata, ginjal, saraf, jantung dan pembuluh darah yang menyebabkan komplikasi gangguan penglihatan, gagal ginjal, penyakit kardiovaskuler maupun neuropati *American Diabetes Association (ADA, 2022)*.

Menurut *World Health Organization (WHO 2018)*. Diabetes Melitus didefinisikan sebagai suatu penyakit atau gangguan metabolisme kronis dengan multi etiologi yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah disertai dengan gangguan metabolisme karbohidrat, lipid, dan protein sebagai akibat dari insufisiensi fungsi insulin. Diabetes melitus adalah kondisi kronis yang terjadi karena peningkatan kadar gula darah dalam tubuh disebabkan tubuh tidak dapat menghasilkan insulin atau tidak dapat menggunakan insulin secara efektif (Kemenkes, 2021).

### b. Etiologi

Wirnasari (2019), terdapat etiologi proses terjadinya diabetes melitus menurut tipenya diantaranya: Diabetes Melitus tipe 2 Mekanisme yang tepat yang menyebabkan resistensi insulin dan gangguan sekresi insulin pada diabetes tipe 2 masih belum diketahui. Factor genetic diperkirakan memegang peranan dalam proses terjadinya resistensi insulin. Selain itu terdapat factor-faktor risiko tertentu yang berhubungan dengan proses terjadinya diabetes tipe 2, factor tersebut sebagai berikut :

- a) Usia (resistensi insulin cenderung meningkat pada usia diatas 65 tahun)
- b) Obesitas
- c) Riwayat keluarga
- d) Kelompok etnik

c. Patofisiologi

Menurut (Brunner & Suddarth, 2013) Pada diabetes melitus tipe 2 terdapat 2 masalah utama yang berhubungan dengan insulin, yaitu resistensi insulin dan gangguan sekresi insulin. Normalnya insulin akan terikat dengan reseptor khusus pada permukaan sel. Sebagai akibat terikatnya insulin dengan reseptor tersebut, terjadi suatu rangkaian reaksi dalam metabolisme glukosa di dalam sel. Resistensi insulin pada diabetes tipe 2 disertai dengan penurunan reaksi intrasel ini. Dengan demikian insulin menjadi tidak efektif untuk menstimulasi pengambilan glukosa oleh jaringan.

Untuk mengatasi resistensi insulin dan mencegah terbentuknya glukosa dalam darah, harus terdapat peningkatan insulin yang disekresikan. Pada penderita toleransi glukosa terganggu, keadaan ini terjadi akibat sekresi insulin yang berlebihan, dan kadar glukosa akan di pertahankan pada tingkat yang normal atau sedikit meningkat namun demikian, jika sel sel beta tidak mampu mengimbangi peningkatan kebutuhan insulin, maka kadar glukosa akan meningkat dan terjadi diabetes tipe 2. Meskipun menjadi gangguan sekresi insulin yang merupakan ciri khas diabetes tipe 2 namun masih terdapat insulin yang memecah pemecahan lemak dan produksi badan keton yang menyertainya. Karena itu, ketoasidosis diabetic tidak menjadi pada diabetes tipe 2.

#### d. Komplikasi

Menurut M.clevo Rendy dan Margareth (2015) komplikasi DM Yaitu:

##### 1) Akut

- a) Penyakit jantung koroner.
- b) Hiperglikemia dan hipoglikemia.
- c) Penyakit makrovaskuler : berkaitan pembuluh darah besar.
- d) Mikrovaskuler : berkaitan pembuluh darah kecil.
- e) Neuro saraf sensorik (berpengaruh pada ekstremitas).

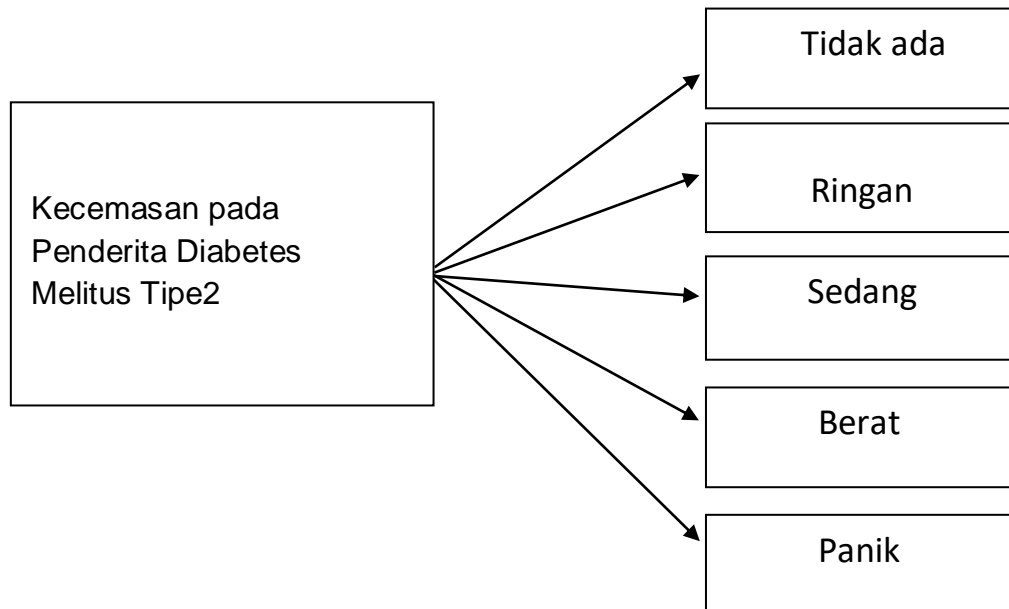
##### 2) Komplikasi menahun Diabetes Melitus

Yang sering terjadi pada pasien Diabetes Melitus menahun antara lain : Retinopati diabetik, neuropati diabetik, nefropati diabetik, kelainan koroner, ulkus atau ganggren.

#### e. Klasifikasi

Terdapat klasifikasi diabetes mellitus menurut American Diabetes Association (ADA) tahun 2010, Diabetes melitus tipe 2 merupakan bentuk diabetes nonketoic yang tidak terkait dengan marker HLA kromosom ke 6 dan tidak berkaitan dengan autoantibody sel. Dimulai dengan adanya resistensi insulin yang belum menyebabkan diabetes melitus secara kilnis. Menurut Perkeni (2011) untuk kadar gula darah puasa normal adalah  $\leq 126$  mg/dl, sedangkan untuk kadar gula darah 2 jam setelah makan yang normal  $\leq 200$  mg/dl.

## B. Kerangka Konsep



Gambar 2.1 Kerangka Konsep

### C. Definisi Operasional

Tabel 2.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Gambaran Kecemasan pada diabetes melitus tipe 2	Kecemasan merupakan suatu keadaan yang emosi sehingga setiap individu dapat merasakan perasaan tegang dan khawatir disertai dengan adanya respon fisik berupa jantung berdetak kencang naiknya tekanan darah dan sebagainya	Kuesioner Hamilton Ranting Scale For Anxiety (HRS-A) Memiliki 14 item. Adapun penilaian item diobservasi 5 tingkat yaitu: 0-4 0=tidak ada gejala sama sekali 1=ringan satu dari gejala yang ada 2=sedang 3=berat lebih separuh dari gejala yang ada 4=sangat berat dari semua gejala yang ada	Rentang penelitian - < 14 : Tidak Ada Kecemasan -14 - 20 Kecemasan Ringa n - 21 - 27 Kecemasan Sedang -28 - 41 Kecemasan Berat - 42- 56 Kecemasan Sangat Berat	Ordinal