

No	Gejala kecemasan	Nilai Angka (Skor)				
		0	1	2	3	4
1	Perasaan cemas					
	a. Cemas				√	
	b. Firasat buruk					
	c. Takut akan pikiran sendiri					
	d. Mudah tersinggung					
2	Ketegangan					
	a. Merasa tegang					
	b. Lesu					
	c. Tidak bisa istirahat tenang					
	d. Mudah terkejut					
	e. Mudah menangis					
	f. Gemetar					
	g. Gelisah			√		
3	Ketakutan					
	a. Pada gelap					
	b. Pada orang lain atau asing					
	c. Di tinggal sendiri		√			
	d. Takut pada binatang besar					
4	Gangguan tidur					
	a. Sukar tidur					
	b. Terbangun malam hari					
	c. Tidur tidak nyenyak		√			
	d. Bangun dengan lesu		√			
	e. Banyak mimpi-mimpi (mimpi buruk)					
5	Gangguan kecerdasan					
	a. Sukar konsentrasi					
	b. Daya ingat menurun		√			
	c. Daya ingat buruk					
6	Perasaan depresi (murung)					
	a. Hilangnya minat					
	b. Sedih		√			
	c. Berkurangnya kesenangan pada hoby					
	d. Perasaan berubah-ubah					
7	Gejala somatik atau fisik (otot)					
	a. Sakit dan nyeri di otot			√		
	b. Kaku					
	c. Kedutan otot					
	d. Gigi gemerutuk					
	e. Suara tidak stabil					
8	Gejala sensorik					
	a. Perasaan di tusuk-tusuk			√		
	b. Penglihatan kabur					
	c. Muka merah atau pucat		√			
	d. Merasa lemah		√			
9	Gejala kardiovaskuler (jantung dan pembuluh darah)					
	a. Takikardia					
	b. Berdebar-debar					
	c. Nyeri di dada					
	d. Denyut nadi mengeras					
	e. Rasa lesu atau lemas seperti mau pingsan					
10	Gejala respiratory					
	a. Rasa tertekan atau sempit dada					

	f. Rasa tercekik					
	g. Sering menarik nafas					
	h. Nafas pendek atau sesak					
11	Gejala gastrointestinal					
	h. Sulit menelan					
	i. BB menurun					
	j. Mual					
	k. Muntah					
	l. Nyeri sebelum dan sesudah makan					
	m. Rasa panas di perut					
	n. BAB lembek atau konstipasi					
12	Gejala urogenital (perkemihan)					
	e. Sering BAK					
	f. Tidak dapat menahan air seni					
	g. Aminorea					
	h. Ereksi lemah atau impotensi					
13	Gejala autonomy					
	f. Mulut kering		√			
	g. Muka merah					
	h. Mudah berkeringat		√			
	i. Kepala terasa berat					
	j. Bulu roma berdiri					
14	Perilaku sewaktu wawancara					
	g. Gelisah		√			
	h. Tidak tenang					
	i. Jari gemetar					
	j. Kerut kening					
	k. Muka tegang		√			
	l. Otot tegang atau mengeras					



No	Gejala kecemasan	Nilai Angka (Skor)				
		0	1	2	3	4
1	Perasaan cemas					
	a. Cemas		√			
	b. Firasat buruk					
	c. Takut akan pikiran sendiri					
	d. Mudah tersinggung					
2	Ketegangan					
	a. Merasa tegang					
	b. Lesu					
	c. Tidak bisa istirahat tenang					
	d. Mudah terkejut					
	e. Mudah menangis					
	f. Gemetar					
	g. Gelisah		√			
3	Ketakutan					
	a. Pada gelap					
	b. Pada orang lain atau asing					
	c. Di tinggal sendiri					
	d. Takut pada binatang besar					
4	Gangguan tidur					
	a. Sukar tidur					
	b. Terbangun malam hari					
	c. Tidur tidak nyenyak		√			
	d. Bangun dengan lesu					
	e. Banyak mimpi-mimpi (mimpi buruk)					
5	Gangguan kecerdasan					
	a. Sukar konsentrasi					
	b. Daya ingat menurun		√			
	c. Daya ingat buruk					
6	Perasaan depresi (murung)					
	a. Hilangnya minat					
	b. Sedih		√			
	c. Berkurangnya kesenangan pada hoby					
	d. Perasaan berubah-ubah					
7	Gejala somatik atau fisik (otot)					
	a. Sakit dan nyeri di otot			√		
	b. Kaku					
	c. Kedutan otot					
	d. Gigi gemerutuk					
	e. Suara tidak stabil					
8	Gejala sensorik					
	a. Perasaan di tusuk-tusuk			√		
	b. Penglihatan kabur					
	c. Muka merah atau pucat		√			
	d. Merasa lemah		√			
9	Gejala kardiovaskuler (jantung dan pembuluh darah)					
	a. Takikardia					
	b. Berdebar-debar					
	c. Nyeri di dada					
	d. Denyut nadi mengeras					
	e. Rasa lesu atau lemas seperti mau pingsan					
10	Gejala respiratory					
	a. Rasa tertekan atau sempit dada					

	b. Rasa tercekik						
	c. Sering menarik nafas						
	d. Nafas pendek atau sesak						
11	Gejala gastrointestinal						
	a. Sulit menelan						
	b. BB menurun						
	c. Mual						
	d. Muntah						
	e. Nyeri sebelum dan sesudah makan						
	f. Rasa panas di perut						
	g. BAB lembek atau konstipasi						
12	Gejala urogenital (perkemihan)						
	a. Sering BAK						
	b. Tidak dapat menahan air seni						
	c. Aminorea						
	d. Ereksi lemah atau impotensi						
13	Gejala autonomy						
	a. Mulut kering			√			
	b. Muka merah						
	c. Mudah berkeringat			√			
	d. Kepala terasa berat						
	e. Bulu roma berdiri						
14	Perilaku sewaktu wawancara						
	a. Gelisah			√			
	b. Tidak tenang						
	c. Jari gemetar						
	d. Kerut kening						
	e. Muka tegang						
	f. Otot tegang atau mengeras						



No	Gejala kecemasan	Nilai Angka (Skor)				
		0	1	2	3	4
1	Perasaan cemas					
	a. Cemas					
	b. Firasat buruk					
	c. Takut akan pikiran sendiri					
	d. Mudah tersinggung					
2	Ketegangan					
	a. Merasa tegang					
	b. Lesu					
	c. Tidak bisa istirahat tenang					
	d. Mudah terkejut					
	e. Mudah menangis					
	f. Gemetar					
	g. Gelisah					
3	Ketakutan					
	a. Pada gelap					
	b. Pada orang lain atau asing					
	c. Di tinggal sendiri					
	d. Takut pada binatang besar					
4	Gangguan tidur					
	a. Sukar tidur					
	b. Terbangun malam hari					
	c. Tidur tidak nyenyak		√			
	d. Bangun dengan lesu					
	e. Banyak mimpi-mimpi (mimpi buruk)					
5	Gangguan kecerdasan					
	a. Sukar konsentrasi					
	b. Daya ingat menurun		√			
	c. Daya ingat buruk					
6	Perasaan depresi (murung)					
	a. Hilangnya minat					
	b. Sedih					
	c. Berkurangnya kesenangan pada hoby					
	d. Perasaan berubah-ubah					
7	Gejala somatik atau fisik (otot)					
	a. Sakit dan nyeri di otot			√		
	b. Kaku					
	c. Kedutan otot					
	d. Gigi gemerutuk					
	e. Suara tidak stabil					
8	Gejala sensorik					
	a. Perasaan di tusuk-tusuk			√		
	b. Penglihatan kabur					
	c. Muka merah atau pucat					
	d. Merasa lemah		√			
9	Gejala kardiovaskuler (jantung dan pembuluh darah)					
	a. Takikardia					
	b. Berdebar-debar					
	c. Nyeri di dada					
	d. Denyut nadi mengeras					
	e. Rasa lesu atau lemas seperti mau pingsan					
10	Gejala respiratory					
	a. Rasa tertekan atau sempit dada					

	b. Rasa tercekik					
	c. Sering menarik nafas					
	d. Nafas pendek atau sesak					
11	Gejala gastrointestinal					
	a. Sulit menelan					
	b. BB menurun					
	c. Mual					
	d. Muntah					
	e. Nyeri sebelum dan sesudah makan					
	f. Rasa panas di perut					
	g. BAB lembek atau konstipasi					
12	Gejala urogenital (perkemihan)					
	a. Sering BAK					
	b. Tidak dapat menahan air seni					
	c. Aminorea					
	d. Ereksi lemah atau impotensi					
13	Gejala autonomy					
	a. Mulut kering		√			
	b. Muka merah					
	c. Mudah berkeringat					
	d. Kepala terasa berat					
	e. Bulu roma berdiri					
14	Perilaku sewaktu wawancara					
	a. Gelisah					
	b. Tidak tenang					
	c. Jari gemetar					
	d. Kerut kening					
	e. Muka tegang					
	f. Otot tegang atau mengeras					

