

Program Studi Keperawatan ProgramDiploma Tiga

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Kusuma Husada Surakarta

2022

**Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Resiko Perilaku Kekerasan Dengan Terapi
Relaksasi Napas Dalam**

An nisa Maulana Rohmatul Hidayah, Nurul Devi Ardiani

Abstrak

Resiko perilaku kekerasan adalah suatu bentuk perilaku yang bertujuan untuk melukai seseorang secara fisik maupun psikologis. Resiko perilaku kekerasan dapat dilakukan secara verbal, diarahkan pada diri, orang lain, dan lingkungan. Resiko perilaku kekerasan adalah salah satu respon terhadap stressor yang dihadapi oleh seseorang. Penatalaksanaan yang digunakan untuk mengatasi resiko perilaku kekerasan salah satunya dengan terapi relaksasi napas dalam karena terapi relaksasi napas dalam merupakan latihan pernafasan yang terkontrol dan rangkaian kontraksi dan relaksasi kelompok otot, efek relaksasi antara lain terjadinya ketegangan ekspresi, hal inilah yang dapat menurunkan amarahnya. Tujuan studi kasus ini adalah untuk mengetahui gambaran asuhan keperawatan jiwa pada pasien resiko perilaku kekerasan dengan terapi relaksasi napas dalam.

Jenis penelitian ini adalah diskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Subjek dalam studi kasus ini adalah satu orang klien dengan gangguan resiko perilaku kekerasan. Hasil studi menunjukkan bahwa pengelolaan asuhan keperawatan jiwa pada pasien resiko perilaku kekerasan dengan terapi relaksasi napas dalam yang dilakukan tindakan keperawatan terapi relaksasi napas dalam selama 3 hari didapatkan hasil terjadi penurunan gejala resiko perilaku kekerasan dari mudah tersinggung, bicara dengan nada tinggi dan keras, mata melotot, menjadi lebih santai, tenang. Rekomendasi tindakan terapi relaksasi napas dalam efektif dilakukan pada pasien dengan resiko perilaku kekerasan.

Kata Kunci : Terapi relaksasi napas dalam, resiko perilaku kekerasan

Nursing Study Associate's Degree Program

Faculty of Health Science

Universitas Kusuma Husada Surakarta

2022

**Mental Nursing Care for Patients at Risk for Violent Behavior With Deep Breathing
Relaxation Therapy**

An nisa Maulana Rohmatul Hidayah, Nurul Devi Ardiani

Abstract

The risk of violent behavior is a form of behavior that aims to injure someone physically or psychologically. The risk of violent behavior can be done verbally, directed at self, others, and the environment. The risk of violent behavior is one of the responses to stressors faced by a person. The management used to overcome the risk of violent behavior is one of them with deep breathing relaxation therapy because deep breathing relaxation therapy is a controlled breathing exercise and a series of contraction and relaxation of muscle groups, the effects of relaxation include the occurrence of tension expression, this is what can reduce anger. The purpose of this case study is to find out the description of mental nursing care in patients at risk of violent behavior with deep breathing relaxation therapy.

This type of research is descriptive using a case study approach. The subject in this case study is one client with a risk disorder for violent behavior. The results of the study showed that the management of mental nursing care in patients at risk of violent behavior with deep breathing relaxation therapy carried out by nursing actions of deep breathing relaxation therapy for 3 days showed a decrease in symptoms of risk of violent behavior from irritability, speaking in a high and loud tone, bulging eyes, become more relaxed, calm. Recommendations for deep breathing relaxation therapy are effective for patients at risk of violent behavior.

Keywords: Deep breath relaxation therapy, risk of violent behavior

PENDAHULUAN

Resiko perilaku kekerasan adalah suatu bentuk perilaku yang bertujuan untuk melukai seseorang secara fisik maupun psikologis. Resiko perilaku kekerasan dapat dilakukan secara verbal, diarahkan pada diri, orang lain, dan lingkungan (Muhith, 2015)

World Health Organization memperkirakan ada sekitar 450 juta orang di dunia mengalami gangguan kesehatan jiwa. Pada masyarakat umum terdapat 0,2 – 0,8 % penderita skizofrenia dan dari 120 juta penduduk di Negara Indonesia terdapat kira-kira 2.400.000 orang anak yang mengalami gangguan jiwa. Prevalensi gangguan jiwa berat menurut Riskesdas (2018) terdapat 0,18% per mil kejadian di Indonesia dan 17,7% mengalami pemasangan dan terjadi pada daerah pedesaan. Menurut hasil survey Kesehatan Mental 2016 Khususnya Indonesia mencapai 2,5 juta atau 60% yang terdiri dari pasien resiko perilaku kekerasan. Setiap tahunnya lebih dari 1,6 juta orang meninggal dunia akibat perilaku kekerasan, terutama pada

laki-laki yang berusia 15-44 tahun, sedangkan korban yang hidup mengalami trauma fisik, seksual, reproduksi dan gangguan kesehatan mental. Di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. Arif Zainudin Surakarta pada bulan september 2019 didapatkan jumlah pasien sebanyak 120 pasien yang datang keruang IGD dengan penyakit gangguan jiwa seperti resiko perilaku kekerasan, harga diri rendah, isolasi sosial, halusinasi, defisit perawatan diri (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Ada beberapa gejala yang dialami pasien resiko perilaku kekerasan antara lain wajah memerah dan tegang, pandangan tajam, mengpalkan tangan, bicara kasar, nada suara tinggi.

Masalah emosi merupakan salah satu tanda gejala yang dimiliki oleh resiko perilaku kekerasan. Interaksi aktivitas saraf antara hipotalamus, struktur limbik (amygdala dan hippocampus), dan pusat – pusat korteks yang lebih tinggi yang merupakan psikofisiologis terjadinya emosi pada

sistem manusia. Ketidakberfungsian dengan baiknya amygdala tersebut yang dapat mengakibatkan terjadinya resiko perilaku kekerasan (Stuart, 2016). Selain itu peningkatan aktivitas dopamin juga berkaitan dengan peningkatan resiko perilaku kekerasan. Semakin tingginya kejadian skizofrenia kemungkinan akan meningkatkan kejadian resiko perilaku kekerasan.

Penatalaksanaan pada pasien dengan resiko perilaku kekerasan dilakukan secara tindakan farmakologis dan non farmakologis . Salah satu tindakan non farmakologis pada pasien resiko perilaku kekerasan yaitu dengan terapi relaksasi napas dalam yang mana dengan relaksasi napas dalam dapat mengambil “waktu” dari situasi tegang dan fokus pada sesuatu selain apa yang memicu kemarahan pada awalnya, berbagai bentuk relaksasi napas dalam telah dilakukan untuk mengurangi dampak buruk kemarahan, pernapasan dalam

telah terbukti secara efektif mengurangi tingkat kemarahan pada individu yang mengalami kesulitan bersantai dalam situasi kemarahan (Sutinah, et al 2019).

Terapi relaksasi napas dalam merupakan tindakan keperawatan yang diajarkan kepada pasien dengan resiko perilaku kekerasan. Terapi relaksasi napas dalam bertujuan untuk menenangkan emosi dan pikiran (Keliat, et al 2019).

Pada penelitian Sutinah, et al (2019) mengatakan ada perbedaan mengontrol marah sebelum dan sesudah dilakukan relaksasi nafas dalam terhadap mengontrol marah pada resiko perilaku kekerasan. Tarik napas dalam yang merupakan terapi generalis yang sudah banyak digunakan. Dengan dilakukannya tarik napas dalam akan mendukung terjadinya pemulihan, dimana akan didapatkan tanda dan gejala perilaku kekerasan berkurang jika dilakukan secara terjadwal.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk

menyusun karya tulis ilmiah yang berjudul “Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Resiko Perilaku Kekerasan Dengan Terapi Relaksasi Napas Dalam” dengan mengaplikasikan terapi relaksasi napas dalam.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah diskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Studi kasus ini dilakukan untuk mengetahui gambaran pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien resiko perilaku kekerasan. Subjek studi kasus ini adalah satu pasien dengan Resiko Perilaku Kekerasan. Penelitian studi kasus ini dilakukan di RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta pada tanggal 17 Januari 2022. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam studi kasus ini yaitu dengan observasi secara langsung kepada pasien yang dilakukan penelitian untuk mencari perubahan pasien sebelum dan sesudah pemberian terapi relaksasi napas dalam.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengkajian didapatkan data pasien bernama Tn. S berjenis kelamin laki – laki, berusia 30 tahun, beragama islam, pendidikan terakhir SMK, beralamat di Sukoharjo, No. RM : 096xxx. Tn. S masuk ruang perawatan tanggal 10 Januari 2022 dengan alasan jengkel, marah marah karena sering berbeda pendapat dengan orangtuanya, pernah mendapat aniaya fisik oleh ayahnya dengan dipukul kepalanya, kebutuhan keluarga kurang tercukupi, klien dirawat di RSJD dr Arif Zainudin Surakarta baru pertama kali. Klien dari IGD dirawat diruang Nakula yaitu ruang pemulihan. Klien saat diajak bicara dengan nada keras dan tinggi tetapi pembicaraannya jelas dan kooperatif.

Hal tersebut sejalan dengan teori Azizah *dkk*, (2016) yang mengatakan bahwa tanda dan gejala resiko perilaku kekerasan adalah perilaku yang menyertai marah. Berdasarkan Analisa data, penulis dapat menegakkan diagnosa keperawatan yaitu resiko perilaku kekerasan berhubungan dengan

riwayat / ancaman kekerasan ditandai dengan penganiayaan fisik. intervensi keperawatan dengan melakukan latihan mengontrol marah yaitu dengan teknik relaksasi napas dalam yang sesuai dengan SDKI yaitu pencegahan perilaku kekerasan (I.14544). Dengan monitor adanya benda tajam yang berpotensi membahayakan (misal tali, dan benda tajam lainnya), pertahankan lingkungan bebas dari bahaya secara rutin, latih cara mengurangi kemarahan dengan teknik relaksasi napas dalam, kolaborasi dengan dokter dalam pemberian terapi obat. Implementasi keperawatan yaitu dengan melakukan pemberian terapi relaksasi napas dalam. Pemberian terapi relaksasi napas dalam diberikan untuk mengatasi resiko perilaku kekerasan yang berfokus untuk menurunkan tanda dan gejala resiko perilaku kekerasan pada Tn. S dilakukan selama 3 hari dimulai tanggal 19 Januari – 21 Januari 2022 dan setiap hari diberikan satu kali dengan waktu kurang lebih 5 – 15 menit.

Hasil evaluasi tindakan keperawatan pada diagnosa resiko

perilaku kekerasan berhubungan dengan riwayat / ancaman kekerasan ditandai dengan penganiayaan fisik yang dilakukan pada tanggal 19 – 21 Januari 2022 diperoleh data subjektif : Pasien mengatakan sudah paham dan bisa mempraktekkan sendiri cara mengontrol marah dengan relaksasi napas dalam. Objektif : Pasien tampak mempraktekkan relaksasi napas dalam sendiri, pasien tampak lebih tenang, Analisa : Masalah resiko perilaku kekerasan teratasi. Planning : Hentikan intervensi.

Pemberian terapi relaksasi napas dalam dilakukan sebagai salah satu cara untuk mengurangi gejala resiko perilaku kekerasan. Keefektifan tindakan ini dapat dilihat dari menurunnya tingkat kemarahan, pasien tampak lebih santai, tenang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa pengelolaan asuhan keperawatan jiwa pada pasien resiko perilaku kekerasan dengan terapi relaksasi napas dalam yang dilakukan tindakan terapi relaksasi napas dalam yang dilakukan selama 3

hari dan setiap hari diberikan satu kali dengan waktu kurang lebih 5 – 15 menit menunjukkan adanya menurunnya tingkat kemarahan. Rekomendasi tindakan relaksasi napas dalam ini efektif dilakukan pada pasien resiko perilaku kekerasan.

DAFTAR PUSTAKA

Azizah, Lilik Ma"rifatul dkk. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa Teori dan Aplikasi Praktik Klinik*. Yogyakarta : Indomedia Pustaka

Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2020

Keliat, Budi Anna. (2019). *Asuhan Keperawatan Jiwa*. Jakarta : EGC

Kio, Wardana (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kekambuhan Klien Dengan Resiko Perilaku Kekerasan

Muhith, A. (2015). Pendidikan Keperawatan Jiwa (Teori dan Aplikasi). Yogyakarta: Andi.

Metodologi penelitian kesehatan

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2018. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian*. Jakarta : Kementerian Kesehatan.

Sutinah, Safitri, R., & Saswati, N. 2019. *Teknik Relaksasi Nafas Dalam Berpengaruh Terhadap Kemampuan Mengontrol Marah Klien Skizofrenia*. Journal Of Healthcare Technology And Medicine Vol. 5.

