

**ASUHAN KEPERAWATAN JIWA PADA Tn. N DENGAN FOKUS INTERVENSI  
RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK MENGONTROL MARAH PADA  
PASIEN JIWA RESIKO PERILAKU KEKERASAN  
DI RSJD Dr. ARIF ZAINUDIN SURAKARTA**

Oleh :

Rahmawati<sup>1)</sup>, Agesty Geghi Liliana<sup>2)</sup>

- 1) Dosen Universitas An Nuur Purwodadi, Email ; [wrahma976@gmail.com](mailto:wrahma976@gmail.com)
- 2) Mahasiswa Universitas An Nuur Purwodadi, Email ; [agestygeghililiana@gmail.com](mailto:agestygeghililiana@gmail.com)

**ABSTRAK**

**Latar belakang;** Gangguan jiwa adalah masalah kesehatan jiwa berat yang dapat mengakibatkan terganggunya afektif, hambatan fungsi dan kognitif sosialnya sehingga mengakibatkan individu tidak dapat untuk menjalani akitivitas kesehariannya (Linatarigan, 2021). *World Health Organization* menaksir jumlah gangguan jiwa di dunia yaitu sekitar 450 juta, termasuk Skizofrenia. Selama pandemi covid-19 hingga juni 2020 Kementerian Kesehatan mencatat, ada sebanyak 277 ribu kasus kesehatan jiwa di Indonesia. Di RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta tercatat data dari bulan Juni 2021 sampai Februari 2022 yaitu 38.646 orang yang mengalami gangguan jiwa.

**Tujuan;** Melaksanakan Asuhan Keperawatan pada Sdr.X dengan Fokus Intervensi Relaksasi Otot Progresif Untuk Mengontrol Marah Pada Pasien Resiko Perilaku Kekerasan di RSJD Arif Zainudin Surakarta dan memperoleh pengalaman langsung.

**Metodologi;** Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah Tn. X yang mengalami resiko perilaku kekerasan. Instrumen pengkajian menggunakan format pengkajian keperawatan jiwa yang dilakukan dengan metode pengumpulan data mulai pengkajian, analisa data, prioritas masalah, intervensi keperawatan, implementasi, dan evaluasi keperawatan.

**Hasil;** Hasil penelitian menunjukkan diagnose utama pada Tn. X adalah resiko perilaku kekerasan. Evaluasi pelaksanaan terapi relaksasi otot progresif menunjukkan Tn. X mengatakan sudah dapat mengontrol perilaku kekerasannya, tampak tenang, dan rileks. Hal ini bearti terdapat pengaruh dalam terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan resiko perilaku kekerasan.

**Kesimpulan;** Masalah perilaku kekerasan teratasi dengan tindak lanjut pertahankan kenyamanan klien.

**Kata kunci;** Resiko perilaku kekerasan, terapi relaksasi otot progresif

**Daftar pustaka;** 7 (2018-2022)

**NURSING CARE FOR Mr. N WITH INTERVENTION FOCUS PROGRESSIVE  
MUSCLE RELAXATION TO CONTROL ANGRY IN PATIENTS  
OF PATIENTS AT RISK OF VIOLENT BEHAVIOR  
AT RSJD Dr. ARIF ZAINUDIN SURAKARTA**

By :

Rahmawati<sup>1)</sup>, Agesty Geghi Liliana<sup>2)</sup>

- 1) Lecturer at An Nuur Purwodadi University, Email ; [wrahmawati976@gmail.com](mailto:wrahmawati976@gmail.com)
- 2) An Nuur Purwodadi University Student, Email ; [agestygeghililiana@gmail.com](mailto:agestygeghililiana@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background;** Mental disorders are severe mental health problems that can cause affective disorders, social cognitive and functional barriers, resulting in individuals unable to carry out their daily activities (Linatarigan, 2021). The World Health Organization estimates that the number of mental disorders in the world is around 450 million, including Schizophrenia. During the COVID-19 pandemic until June 2020, the Ministry of Health noted that there were 277,000 mental health cases in Indonesia. At the Regional Mental Hospital Dr. Arif Zainudin Surakarta recorded data from June 2021 to February 2022, namely 38,646 people with mental disorders.

**Purpose;** knowing the causes of gout arthritis and the symptoms it cause the benefits of cinnamon warm compresses to relieve pain caused by gout, managing family nursing care.

**Destination;** Carrying out nursing care for Mr. X with a focus on Progressive Muscle Relaxation Interventions to Control Anger in Patients at Risk for Violent Behavior at RSJD Arif Zainudin Surakarta and gain hands-on experience.

**Methodology;** The type of research used in this study is a type of quantitative research. The subject of this research is Mr. X is at risk of violent behavior. The assessment instrument uses a mental nursing assessment format which is carried out with data collection methods starting from assessment, data analysis, problem priorities, nursing interventions, implementation, and evaluation of clients at risk of violent behavior.

**Results;** The results showed that the main diagnosis in Mr. X is the risk of violent behavior. Evaluation of the implementation of progressive muscle relaxation therapy shows Mr. X said he was able to control his violent behavior, seemed calm, and relaxed. This means that there is an effect in progressive muscle relaxation therapy on reducing the risk of violent behavior.

**Key words;** Risk for violent behavior, progressive muscle relaxation therapy

**Reference ;** 7 (2018-2022)

## PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa adalah salah satu faktor penting dalam realisasi seluruh komunitas kehidupan (Rahmawati, 2019). Salah satu dampak negatif dari penyakit mental emosional adalah perilaku kekerasan dalam kehidupan orang. Perilaku kekerasan diklaim menjadi suatu akibat yang ekstrim asal rasa marah atau ketakutan yang mal adaptif (panik). Risiko perilaku kekerasan adalah suatu keadaan dimana perilaku yang menyertai marah dan merupakan dorongan untuk bertindak pada bentuk destruktif serta masih terkontrol (Suryanti & Ariani, 2018). Perilaku kekerasan dapat dibagi menjadi kekerasan secara fisik dan verbal (Artika et al., 2022).

Prevalensi gangguan jiwa di dunia menurut WHO, sekitar 450 juta, termasuk Skizofrenia. Selama pandemi covid-19 hingga juni 2020 Kementerian Kesehatan mencatat, adda sebanyak 277 ribu kasus kesehatan jiwa di Indonesia. Berdasarkan catatan Kemenkes RI pada tahun 2019, prevalensi gangguan kejiwaan tertinggi terdapat

di Provinsi Bali dan DI Yogyakarta Kemudian diikuti oleh provinsi-provinsi lain diantaranya: Provinsi Nusa Tenggara Barat, Sumatera Barat, Sulawesi Selatan, Aceh, Jawa Tengah (Artika et al., 2022).

Di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. Arif Zainudin Surakarta tercatat data dari bulan Juni 2021 sampai Februari 2022 yaitu 38.646 orang yang mengalami gangguan jiwa.

Perawat memiliki peran penting dalam pengendalian kemarahan yang dapat dilakukan dengan beberapa cara yaitu, mengendalikan marah dengan latihan fisik, sosial/verbal, relaksasi, secara spiritual, dan mengkonsumsi obat dengan teratur. Teknik relaksasi merupakan keterampilan, dimana untuk mendapatkan manfaatnya perlu mempraktekkannya secara teratur (Fhadilah et al., 2017).

Terapi relaksasi progresif adalah terapi relaksasi dengan gerakan mengencangkan dan melemaskan otot-otot pada suatu bagian tubuh dalam satu waktu untuk memberikan perasaan relaksasi secara fisik pada kelompok otot yang dilakukan secara berturut-

turut (Fhadilah et al., 2017). Dalam salah satu metode relaksasi otot progresif, teknik relaksasi dimulai dengan cara menegangkan dan merilekskan otot-otot jari-jari kaki dan secara progresif bekerja sampai pada leher dan kepala sehingga memperbaiki kemampuan untuk mengatasi stressor (Hidayat 2019). Teknik relaksasi otot progresif memusatkan perhatian pada suatu aktivitas otot dengan mengidentifikasi otot yang tegang kemudian menurunkan ketegangan dengan melakukan teknik relaksasi untuk mendapatkan perasaan yang rileks (Setiawan et al., 2021).

Berdasarkan latar belakang diatas "Bagaimanakah gambaran pelaksanaan asuhan keperawatan pada Sdr. X dengan penerapan relaksasi otot progresif untuk mengontrol marah pada pasien resiko perilaku kekerasan di ruang X Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. Arif Zainudin Surakarta?"

## **METODOLOGI**

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif. Subjek

penelitian ini adalah Tn. X yang mengalami resiko perilaku kekerasan.

Fokus studi penelitian ini berfokus pada pengelolaan asuhan keperawatan pada klien yang mengalami Resiko Perilaku Kekerasan, dengan melakukan tindakan terapi relaksasi otot progresif pada klien agar klien dapat mengontrol perilaku kekerasannya

Instrumen pengumpulan data meliputi lembar pengkajian. Metode yang digunakan peneliti adalah wawancara, observasi/pengamatan alami dan studi dokumen. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli 2022 dan bertempat di RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta.

## **HASIL**

Hasil pengkajian pada keluarga didapatkan data Tn. X umur 32 tahun, mengatakan di rumah mengamuk dengan ayahnya gara-gara tidak diberi harta warisan, lalu memukul ayahnya. Selanjutnya penulis menemukan kesesuaian antara antara kasus kelolaan dengan teori yang ada yaitu tanda-tanda

resiko perilaku kekerasan adalah mata melotot, suara keras dan kasar, pandangan tajam. Didapatkan 3 diagnosa dengan masalah utama adalah Resiko Perilaku Kekerasan, masalah kedua adalah Resiko Menciderai Diri Sendiri, Orang Lain dan Lingkungan, dan masalah yang ketiga adalah Gangguan Konsep Diri: Harga Diri Rendah.

## PEMBAHASAN

Perilaku kekerasan dianggap sebagai suatu akibat yang ekstrim dari rasa marah atau ketakutan yang mal adaptif (panik). Perilaku agresif dan perilaku kekerasan itu sendiri sering dipandang sebagai dimana agresif verbal disuatu sisi dan perilaku kekerasan (*violence*) disisi yang lain (Suryanti & Scarlet, 2018). Penulis menuliskan intervensi untuk diagnosa keperawatan sesuai dengan prioritas yang muncul pada hari pertama. Dengan melihat diagnosa di atas yang telah penulis tetapkan dan prioritaskan, maka penulis menetapkan suatu intervensinya yaitu sesuai dengan fokus intervensi yang telah ada dalam tinjauan

pustaka. Penulis berharap agar semua intervensi dapat terlaksana.

1. SP1P (membina hubungan saling percaya, mengidentifikasi penyebab, tanda dan gejala, perilaku kekerasan yang dilakukan, akibat perilaku kekerasan, dan melatih dengan latihan fisik (pukul bantal, terapi relaksasi otot progresif, dan nafas dalam), menganjurkan klien memasukkan ke dalam jadwal harian. Dalam pemberian terapi relaksasi otot progresif penulis memberikan 15 gerakan secara bertahap dan klien bersedia. Penulis memberikan contoh terlebih dahulu dan barulah klien mendemonstrasikan secara mandiri. Pelaksanaan latihan relaksasi dikombinasikan dengan latihan napas dalam sehingga pernapasan responden mengalami perbaikan dan lebih teratur. Penulis kesehatan jiwa mengevaluasi perkembangan klien dalam mencapai hasil yang diharapkan.
2. SP2P (mengevaluasi jadwal kegiatan klien, melatih

- mengontrol perilaku kekerasan dengan obat (menjelaskan 6 benar; jenis, guna, dosis, frekuensi, cara, kontinuitas minum obat), menganjurkan klien memasukkan ke jadwal harian).
3. SP3P (mengevaluasi jadwal kegiatan klien, melatih klien mengendalikan perilaku kekerasan dengan cara verbal (3 cara, yaitu; mengungkapkan, meminta, menolak dengan benar), menganjurkan klien untuk memasukkan ke jadwal harian).
  4. SP4P (mengevaluasi jadwal harian klien, melatih dengan cara spiritual (2 kegiatan, yaitu; sholat 5 waktu dan berdoa), menganjurkan klien memasukkan ke jadwal harian)

## **KESIMPULAN**

Data yang diperoleh selama pengkajian terhadap klien, penulis menemukan tiga diagnosa keperawatan yaitu Resiko perilaku kekerasan, resiko menciderai diri sendiri, orang lain dan lingkungan,

dan Gangguan konsep diri: Harga diri rendah.

Adapun tindakan keperawatan yang diberikan pada Tn.x yaitu melakukan SP 1 Pasien (SP1P) yaitu mengontrol secara fisik (pukul bantal, terapi relaksasi otot progresif dan nafas dalam). Melakukan SP2P mengajarkan dengan obat (6 benar; jenis, guna, dosis, frekuensi, cara, kontinuitas minum obat). Melakukan SP3P secara verbal (mengungkapkan, meminta, dan menolak dengan benar). Dan melakukan SP4P dengan cara spiritual (2 kegiatan, yaitu; sholat 5 waktu dan berdoa).

Evaluasi dari tindakan keperawatan jiwa tersebut adalah adanya perubahan dari klien yaitu klien mampu membina hubungan saling percaya, klien mampu mengontrol perilaku kekerasannya. Klien mulai rutin meminum obat. Dan klien mau berinteraksi dengan teman atau perawat. Dari hasil implementasi selama 5 hari semua masalah keperawatan dapat teratasi.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Artika, D., Fitri, N. L., Hasanah, U., Keperawatan, A., Wacana, D., & Kunci, K. (2022). Penerapan Musik Klasik Terhadap Tanda Dan Gejala Pasien Resiko Perilaku Kekerasan. *Skizofrenia Di Rumah Sakit Jiwa Daerah Klaten. Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(1), 67–74.  
<https://doi.org/10.37341/interest.v7i1.74>
- Fhadilah, N. C., Adi, W. S., & Shobirun, S. (2017). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Pasien Resiko Perilaku Kekerasan di RSJD Dr Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Forum Kesehatan*, 7(2), 83–89.
- Hidayat Achmad A.2019. *Khazanah Terapi Komplementer-Alternatif. Ujungberung-Bandung : Penerbit Nuansa Cendikia*
- Rahmawati, F. D. (2019). Pengembangan Situs Web Deteksi Dini Kesehatan Jiwa.4(2).
- Setiawan, D. D., Hasana, U., Dewi, N. R., & Relaksasi, P. P. (2021). THE EFFECT OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION THERAPY ON THE LEVEL OF ANXIETY IN VIOLENT BEHAVIOR RISK PATIENTS IN LAMPUNG PROVINCIAL RSJ yang yang keselarasan dan kejiwaan yang kedewasaan kepribadiannya , gangguan jiwa memiliki bermusuhan dengan orang lain. 1(September), 357–360.
- Suryanti, S., & Ariani, D. (2018). Pengaruh Relaksasi Progresif Terhadap Penurunan Perilaku Kekerasan Pada Pasien