

# PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP PENGENDALIAN MARAH PADA PASIEN PERILAKU KEKERASAN

<sup>1</sup>Amalia Pasca Fitry, <sup>2</sup>Suhanda

<sup>3</sup>STIKes Muhammadiyah Ciamis

1. Mahasiswa
2. Pembimbing Karya Tulis Ilmiah
3. Institusi Pendidikan Kesehatan

## INTISARI

**Latar Belakang:** Berdasarkan WHO tahun 2019 penderita gangguan jiwa yang mengalami *skizofrenia* terdapat prevalensi sebanyak 20 juta jiwa, riskedas menunjukkan di Indonesia terdapat 450.000 orang atau sebanyak 7% per 1.000 penduduk, di Jawa Barat sebanyak 5% dan di RSUD Kota Banjar sebanyak sekitar 6,35% dengan *skizofrenia paranoid*. Salah satu gejala positif dari *skizofrenia* yang sering terjadi adalah perilaku kekerasan. Masalah yang biasanya muncul dari kasus perilaku kekerasan adalah ketidakmampuan klien dalam mengendalikan perasaan marah. Manajemen dalam pengendalian marah perlu dilakukan untuk mencegah hal yang tidak diinginkan salah satu cara untuk mengontrol perilaku kekerasan adalah dengan cara fisik yaitu penerapan teknik relaksasi nafas dalam sebagai bentuk cara mengendalikan rasa marah.

**Tujuan:** Studi kasus ini adalah untuk memberikan asuhan keperawatan pada pasien perilaku kekerasan dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam terhadap pengendalian marah.

**Metode:** Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Sampel yang diambil adalah 1 pasien yang mengalami perilaku kekerasan.

**Hasil:** Studi penelitian pada tahap pengkajian diketahui bahwa keluarga pasien mengatakan bahwa klien marah marah dan memukul dirinya sendiri. Diagnosa keperawatan yang ditetapkan adalah Perilaku Kekerasan berhubungan dengan Mencederai diri sendiri. Intervensi dan Implementasi yang digunakan adalah 4 Strategi Pelaksanaan Perilaku Kekerasan dengan intervensi fokus adalah pemberian teknik relaksasi nafas dalam.

**Kesimpulan:** Intervensi teknik relaksasi nafas dalam untuk mengendalikan rasa marah pada pasien perilaku kekerasan. Hal ini dapat terjadi apabila pasien dapat fokus dalam melakukan teknik relaksasi nafas dalam.

**Kata Kunci :** *Skizofrenia, Perilaku Kekerasan, Tarik nafas Dalam*

# APPLICATION OF DEEP BREATH RELAXATION TECHNIQUES TO CONTROL ANGRY IN VIOLENT BEHAVIOR PATIENTS

Amalia Pasca Fitry<sup>1</sup>, Suhandi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>STIKes Muhammadiyah Ciamis

1. Mahasiswa
2. Pembimbing Karya Tulis Ilmiah
3. Institusi Pendidikan Kesehatan

## ABSTRAK

**Background:** Based on the WHO in 2019 people with mental disorders who experienced schizophrenia there was a prevalence of 20 million people, risked as showed that in Indonesia there were 450,000 people or 7% per 1,000 population, in West Java as many as 5% and in Banjar City General Hospital as many as 6, 35% with paranoid schizophrenia. One of the positive symptoms of schizophrenia that often occurs is violent behavior. The problem that usually arises from cases of violent behavior is the client's inability to control angry feelings. Management in controlling anger needs to be done to prevent unwanted things. One way to control violent behavior is by physical means, namely the application of deep breathing relaxation techniques as a form of controlling anger.

**Objective:** This case study is to provide nursing care to patients with violent behavior by applying deep breathing relaxation techniques to control anger.

**Methods:** The research method used is descriptive with a case study approach. The sample taken was 1 patient who experienced violent behavior.

**Results:** The research study at the assessment stage found that the patient's family said that the client was angry and hit himself. The nursing diagnosis established is Violent Behavior related to Self-injury. The intervention and implementation used were 4 Violent Behavior Implementation Strategies with the focus intervention being the provision of deep breathing relaxation techniques.

**Conclusion:** Intervention of deep breathing relaxation techniques to control anger in patients with violent behavior. This can happen if the patient can focus on doing deep breathing relaxation techniques.

*Keywords: Schizophrenia, Violent Behavior, Deep Breathing*