

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF
PADA PASIEN GANGGUAN JIWA DENGAN RISIKO
PERILAKU KEKERASAN DI RUMAH SAKIT
JIWA TAMPAN PROVINSI RIAU**

KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS



VAREN RAHMADANI

NIM.P032214401081

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2025**

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF
PADA PASIEN GANGGUAN JIWA DENGAN RISIKO
PERILAKU KEKERASAN DI RUMAH SAKIT
JIWA TAMPAN PROVINSI RIAU**

Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini disusun sebagai salah satu Syarat
Menyelesaikan program pendidikan Diploma III Keperawatan



VAREN RAHMADANI
NIM.P032214401081

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2025**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Varen Rahmadani

NIM : P032214401081

Program Studi : D-III Keperawatan

Institusi : Poltekkes Kemenkes Riau

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Pekanbaru, 28 Mei 2025

Pembuat Pernyataan



Varen Rahmadani

Mengetahui:

Pembimbing Utama

Husnan, S.Kp., MKM
NIP. 196505101985031008

Pembimbing Pendamping

Ns. Melly, SST, S.Kep, M.Kep
NIP. 197401022002122002

HALAMAN PERSETUJUAN

**KARYA TULIS ILMIAH INI TELAH
DISETUIJUI UNTUK DI UJIAKAN
TANGGAL 27 MEI 2025**

Oleh

Pembimbing Utama



Husnan, S.Kp., MKM
NIP. 196505101985031008

Pembimbing Pendamping



Ns. Melly, SST., S.Kep., M.Kep
NIP. 197401022002122002

HALAMAN PENGESAHAN

**KARYA TULIS ILMIAH PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT
PROGRESIF PADA PASIEN GANGGUAN JIWA DENGAN RISIKO
PERILAKU KEKERASAN DI RUMAH SAKIT JIWA
TAMPAN PROVINSI RIAU**

Telah Diuji

Pada Tanggal 28 Mei 2025

Tim Penguji

Ketua Penguji

Husnan ,Skp,MKM
NIDN.4010056501

(.....)

Anggota Penguji Penguji Anggota I

Ns. Yoza Misra Fatmi, M.Kep. Sp. Kep, MB
NIDN. 4029098501

(.....)

Penguji Anggota II

Ns. Usraleli, M.Kep
NIDN.4025077401

(.....)

Mengetahui,

Ketua
Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Riau


Ns. Yulianto, S.Kep., M.Pd., MPH
NIP.197207141992031003

Ketua
Prodi DIII Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Riau


Ns. Syafrisari Meri Agritubella, M.Kep
NIP.198702192018012001

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT karena atas Rahmat dan Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini dengan baik. Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Tugas Akhir di Program Studi Diploma III Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.

Atas terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Rully Hervialni, SST., Bdn., M.Keb., M.H, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
2. Ibu drg. Sri Sadono Mulyanto, M.Han selaku Direktur RSJ Tampan Provinsi Riau beserta staf.
3. Bapak Ns. Yulianto, S.Kep., M.Pd., MPH, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
4. Ibu Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep, selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Poltekkes Kemenkes Riau.
5. Bapak H. Husnan, SKp, MKM, selaku Pembimbing 1 yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran guna memberikan bimbingan kepada penulis dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini.
6. Ibu Ns. Melly, SST., S.Kep., M.Kes, selaku Pembimbing 2 yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran guna memberikan bimbingan kepada penulis dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini.

7. Ibu Ns. Erni Forwaty, M. Kep dan Ibu Ns. Yoza Misra Fatmi M.Kep. Sp. Kep, MB, selaku Penguji 1 yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran guna memberikan saran dan arahan kepada penulis dalam proses penyelesaian Karya Tulis Ilmiah.
8. Ibu Ns. Usraleli, M. Kep, selaku Penguji 2 yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran guna memberikan saran dan arahan kepada penulis dalam proses penyelesaian Karya Tulis Ilmiah.
9. Bapak dan Ibu Dosen beserta staf pengajar Jurusan Keperawatan yang telah memberikan ilmu serta pengetahuan kepada penulis selama menimba ilmu di Poltekkes Kemenkes Riau.
10. Teristimewa rasa cinta, untuk kedua orang tua, penulis persembahkan Karya Tulis Ilmiah ini kepada wanita terhebat, Ibu Refnida Posita, S.Pd yang telah melahirkan, membesarkan, dan mendidik penulis dengan memberikan perhatian serta dukungan penuh kepada penulis. Meskipun tanpa kehadiran sosok ayah disamping penulis, hingga sampai saat ini penulis berusaha untuk menyelesaikan seminar hasil tanpa sosok ayah di samping penulis, tapi itu tidak mengurangi rasa bangga dan terima kasih kepada ayah tercinta, yaitu Bapak Alm. Sukaisi Emnur atas kehidupan yang telah diberikan kepada penulis, dan kepada saudara-saudari penulis yaitu Jerivel Afdal, Hafiz Tri Afdal dan Hafsyah Sukrefni yang selalu memberikan support dan semangat tiada hentinya kepada penulis dalam menyelesaikan tugas yang sedang dijalani.
11. Teman-teman seperjuangan yang menemani di masa perkuliahan yaitu Abel, Halimah, Eli, Sindi, Salda, Ella, Bela, Delvi, Septina, Nabilah, dan Kiki, serta teman yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan semangat kepada penulis.

12. Teman-teman kelas dan seluruh teman-teman seperjuangan Jurusan Keperawatan Angkatan 2022 Poltekkes Kemenkes Riau dan semua pihak yang telah memberikan dorongan serta bantuannya selama penelitian dan penyelesaian laporan ini.

Penulis menyadari dalam penulisan ini masih terdapat banyak kesalahan dan kekurangan dalam Karya Tulis Ilmiah ini. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini di masa yang akan datang. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat membawa manfaat bagi masyarakat dan pengembangan ilmu keperawatan.

Pekanbaru, 28 Mei 2025

Varen Rahmadani

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK.....	x
ABSTRACT.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SINGKATAN.....	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Konsep Dasar Risiko Perilaku Kekerasan.....	7
2.1.1 Definisi Risiko Perilaku Kekerasan.....	7
2.1.2 Etiologi Risiko Perilaku Kekerasan.....	7
2.1.3 Tanda dan Gejala Risiko Perilaku Kekerasan.....	9
2.1.4 Rentang Respon Marah.....	10
2.1.5 Pohon Masalah.....	11
2.1.6 Mekanisme Koping.....	11
2.1.7 Penatalaksanaan Medis.....	13

2.2	Konsep Teknik Relaksasi Otot Progresif	13
2.2.1	Definisi Risiko Perilaku Kekerasan.....	13
2.2.2	Tujuan Teknik Relaksasi Otot Progresif	14
2.2.3	Indikasi Teknik Relaksasi Otot Progresif.....	15
2.2.4	Kontraindikasi Teknik Relaksasi Otot Progresif	15
2.2.5	Teknik Terapi Relaksasi Otot Progresif	16
2.2.6	Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif.....	20
2.3	Konsep Dasar Pengukuran Risiko Perilaku Kekerasan.....	22
2.3.1	Alat Ukur Risiko Perilaku Kekerasan.....	22
2.3.2	Aspek Observasi Tanda dan Gejala	23
BAB 3	METODE STUDI KASUS	24
3.1	Jenis dan Desain Studi Kasus.....	24
3.2	Subyek Studi Kasus.....	24
3.3	Fokus Studi.....	25
3.4	Definisi Operasional.....	25
3.5	Instrumen Studi Kasus	26
3.6	Metode Pengumpulan Data	26
3.7	Lokasi dan Waktu Studi Kasus	28
3.8	Analisa Data dan Penyajian Data	28
3.9	Etika Studi Kasus	28
BAB 4	HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN.....	30
4.1	Hasil Studi Kasus.....	30
4.2	Pembahasan.....	49
4.3	Keterbatasan Studi Kasus.....	53
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN.....	54
5.1	Kesimpulan.....	54
5.2	Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN - LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan.....	33
Tabel 4.2 Hari pertama tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan.....	35
Tabel 4.3 Hari kedua tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan.....	37
Tabel 4.4 Hari ketiga tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan.....	39
Tabel 4.5 Hari keempat tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan.....	41
Tabel 4.6 Hari kelima tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan.....	43
Tabel 4.7 Tanda dan gejala sebelum dan sesudah penerapan.....	45
Tabel 4.8 Tanda dan gejala hari pertama-kelima.....	47

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Rentang Respon Marah	10
Gambar 2.2. Pohon Masalah	11

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. <i>Informed consent</i>	58
Lampiran 2. Standar Prosedur Operasional.....	59
Lampiran 3. Lembar Observasi.....	66
Lampiran 4. Formulir Penentuan Judul Karya Tulis Ilmiah.....	74
Lampiran 5. Formulir Kesiediaan Pembimbing.....	75
Lampiran 6. Surat Izin Survei Pra Awal.....	77
Lampiran 7. Lembar Konsultasi Pembimbing.....	79
Lampiran 8. Lembar Revisi Penguji.....	84
Lampiran 9. Surat Kaji Etik.....	88
Lampiran 10. Surat Izin Penelitian.....	89
Lampiran 11. Surat Keterangan Penelitian.....	90
Lampiran 12. Dokumentasi Kegiatan Penelitian.....	91

DAFTAR SINGKATAN

CPZ	: <i>Chlorpoazine</i>
HLP	: <i>Haloperidol</i>
PMR	: <i>Progressive Muscle Relaxation</i>
RPK	: Risiko Perilaku Kekerasan
RSP	: <i>Risperidon</i>
RSJ	: Rumah Sakit Jiwa
SOP	: <i>Standar Operasional Prosedur</i>
TFP	: <i>Trifluoerazine</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>