BAB 4

HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Studi Kasus

Pada bab ini akan menguraikan hasil studi kasus dan pembahasan yang telah dilaksanakan mulai tanggal 18-23 Maret 2025 di ruangan Mandau 2 Rumah Sakit Jiwa Tampan Provinsi Riau dengan penerapan teknik relaksasi otot progresif pada pasien gangguan jiwa dengan risiko perilaku kekerasan.

4.1.1 Gambaran Lokasi Studi Kasus

Lokasi studi kasus ini dilakukan di ruangan Mandau 2 Rumah Sakit Jiwa Tampan Provinsi Riau yang terletak di Jalan. H. R. Soebrantas Km 12,5, Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru, Riau. Rumah Sakit Jiwa Tampan dibangun pada tahun 1980 dan mulai beroperasi pada tanggal 5 Juli 1984. Rumah Sakit ini diresmikan oleh Menteri Kesehatan pada tanggal 21 Maret 1987 oleh Bapak Menteri Kesehatan.

Pada Tanggal 30 Agustus 2024 ada perubahan Surat Keputusan Direktur Rumah Sakit Jiwa Tampan Provinsi Riau tentang Penetapan Jumlah Tempat Tidur Pasien Rumah Sakit Jiwa Tampan Provinsi Riau Nomor: 400.7.3.4/RSJT/1.1/VIII/2024/8442 menambah kapasitas tempat tidur pasien rawat inap jiwa menjadi 242 tempat tidur yang terdiri dari Ruang UPIP (Unit Perawatan Intensif Psikiatri), Ruang Kuantan (Unit Rawat Inap Pria), Ruang Siak (Unit Rawat Inap Wanita), Ruang Sebayang (Unit Rawat Inap Pria), Ruang Indragiri (unit Rawat Inap Wanita), Ruang Mandau 2 (Unit Rawat Inap Pria), Ruang Rokan (Ruang Isolasi Covid-19 dan Ruang Rawat Inap Pria) dan Ruang Mandau 1 (Unit Rawat Inap Jiwa Fisik).

4.1.2 Gambaran Tanda dan Gejala Subyek Studi Kasus Sebelum Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif

1. Subyek I

Tn.Y laki-laki berusia 30 tahun lahir pada tanggal 24 Oktober 1995, beralamat Kampung Tuah Indrapura, Bunga Raya, Siak, beragama islam, pendidikan terakhir SMA, berat badan 56 kg, tinggi badan 156 cm. Tn.Y merupakan anak pertama dari 2 bersaudara (adik laki-laki), keluarga tidak memiliki riwayat gangguan jiwa. Saat pengkajian Tn.Y tampak kooperatif (menjawab pertanyaan dengan baik). Tn.Y baru pertama kali masuk rumah sakit jiwa yaitu pada tanggal 5 Februari 2025. Pada saat dikaji muka pasien tampak tegang dan saat pertama kali bertemu mata pasien tampak melotot, jarang mengedipkan mata dengan tatapan yang cukup tajam, postur tubuh yang kaku, dan saat peneliti mulai melakukan observasi terhadap pasien, hasil observasi perilaku subyek tampak dari pasien berjalan mondar-mandir di dalam ruangan. Saat peneliti mulai melakukan pengkajian, pasien tampak menunjukkan sikap kurang nyaman dan rasa cukup terganggu, pasien kooperatif saat dilakukan pengkajian dan masih bisa diajak berkomunikasi dengan baik. Alasan masuk rumah sakit jiwa pasien menggelandang, saat ditemukan tinggal di Mesjid, dan gelisah 2 minggu lalu saat diperiksa oleh petugas kesehatan, pasien mengamuk, membanting pintu mesjid, suka berteriak, keluyuran, meresahkan warga, bicara dan tertawa sendiri.

2. Subyek II

Tn.Z laki-laki berusia 44 tahun lahir pada tanggal 10 Oktober 1981, beralamat Dusun 1 Pulau Rambai, Kampar. Pendidikan terakhir SMA, berat badan 72 kg, tinggi badan 156 cm. Tn.Z merupakan anak ke-4 dari 8 bersaudara, saat dilakukan pengkajian dapat berkomunikasi dengan baik, keluarga tidak memiliki riwayat gangguan jiwa, pasien masuk ruangan mandau 2 pada tanggal 3 Maret 2025, awalnya masuk IGD pada tanggal 1 Maret 2025. Saat dikaji pasien tampak bingung, muka tampak tegang, mata melotot, dan saat pertama kali bertemu postur tubuh pasien terlihat kaku, tangan mengepal, saat dimulai pengkajian pasien terlihat menunjukkan sikap yang kurang nyaman dan rasa sedikit terganggu dikarenakan baru bangun tidur sehingga pasien tampak terlihat tidak nyaman dengan menjawab beberapa pertanyaan sedikit ketus. Sebelumnya pasien terakhir kali dirawat 1 bulan yang lalu dan masuk kembali dengan alasan minum obat tidak teratur, pasien mulai menggelandang, bicara kacau, bingung, dan sulit tidur.

Tabel 4.1

**Tanda dan Gejala Risiko Perilaku Kekerasan Sebelum Terpapar
Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif
(Pre-Post) Pada Tanggal 18 Maret 2025**

Nama klien: Tn.Y dan Tn.Z

No	Tanda dan Gejala	Skor penilaian			
		PRE		POST	
		Tn. Y	Tn. Z	Tn. Y	Tn. Z
	Fisik				
1	Muka merah dan tegang	✓	✓	✓	✓
2	Mata melotot	✓	✓	✓	✓
3	Tangan mengepal	×	✓	×	✓
4	Rahang mengatup	×	×	×	×
5	Postur tubuh kaku	✓	✓	✓	✓
6	Jalan mondar-mandir	✓	×	✓	×
	Verbal				
7	Bicara kasar	×	×	×	×
8	Suara tinggi	×	×	×	×
9	Mengancam	×	×	×	×
10	Mengumpat	×	×	×	×
11	Suara kasar	×	×	×	×
12	Ketus	×	✓	×	✓
	Perilaku				
13	Melempar dan memukul	×	×	×	×
14	Menyerang orang lain	×	×	×	×
15	Melukai diri sendiri/orang lain	×	×	×	×
16	Merusak lingkungan	×	×	×	×
17	Amuk	×	×	×	×
	Emosi				
18	Tidak nyaman	✓	✓	✓	✓
19	Rasa terganggu	✓	✓	✓	✓
20	Dendam	×	×	×	×
21	Jengkel	×	×	×	×
22	Bermusuhan	×	×	×	×
23	Mengamuk	×	×	×	×
24	Menyalahkan/menuntut	×	×	×	×
	Jumlah skor	6	7	6	7

Berdasarkan tabel 4.1 di halaman 32 didapatkan data saat peneliti mengamati subyek dan mengisi lembar awal observasi tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan pada saat subyek belum terpapar penerapan teknik relaksasi otot progresif. Pada saat kedua subyek dilakukan observasi tanda dan gejala awal, didapatkan bahwa pada Tn.Y mengalami tanda dan gejala yaitu : tampak muka merah dan tegang, mata melotot, postur tubuh terlihat kaku. Hasil observasi, perilaku subyek di ruangan : tampak jalan mondar-mandir, saat pertama bertemu subyek sedikit terganggu, tidak nyaman saat ditanya beberapa pertanyaan oleh peneliti. Namun subyek kooperatif dan masih bisa berkomunikasi dengan baik. Sedangkan pada Tn.Z terdapat tanda dan gejala yaitu : tampak sedikit tegang, terlihat mata melotot, tampak postur tubuh yang kaku, saat mulai melakukan pengkajian terlihat tangan mengempal, subyek tampak kurang nyaman, cukup terganggu, ketika peneliti beberapa pertanyaan menjawab dengan sedikit ketus. Kedua subyek yang sudah dilakukan observasi dapat disimpulkan dari 24 tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan Tn.Y memiliki 6 tanda dan gejala sedangkan Tn.Z memiliki 7 tanda dan gejala.

4.1.3 Gambaran Tanda dan Gejala Subyek Studi Kasus Sesudah Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif

1) Hari Pertama (Rabu, 19 Maret 2025)

Tabel 4.2

Tanda dan Gejala Risiko Perilaku Kekerasan Hari Pertama (Pre-Post)

Nama klien: Tn.Y dan Tn.Z

No	Tanda dan Gejala	Skor penilaian			
		PRE		POST	
	Fisik	Tn. Y	Tn. Z	Tn. Y	Tn. Z
1	Muka merah dan tegang	✓	✓	✓	✓
2	Mata melotot	✓	✓	✓	✓
3	Tangan mengepal	×	✓	×	✓
4	Rahang mengatup	×	×	×	×
5	Postur tubuh kaku	✓	✓	✓	✓
6	Jalan mondar-mandir	✓	×	✓	×
	Verbal				
7	Bicara kasar	×	×	×	×
8	Suara tinggi	×	×	×	×
9	Mengancam	×	×	×	×
10	Mengumpat	×	×	×	×
11	Suara kasar	×	×	×	×
12	Ketus	×	✓	×	✓
	Perilaku				
13	Melempar dan memukul	×	×	×	×
14	Menyerang orang lain	×	×	×	×
15	Melukai diri sendiri/orang lain	×	×	×	×
16	Merusak lingkungan	×	×	×	×
17	Amuk	×	×	×	×
	Emosi				
18	Tidak nyaman	✓	✓	✓	✓
19	Rasa terganggu	✓	✓	✓	✓
20	Dendam	×	×	×	×
21	Jengkel	×	×	×	×
22	Bermusuhan	×	×	×	×
23	Mengamuk	×	×	×	×
24	Menyalahkan/menuntut	×	×	×	×
	Jumlah skor	6	7	6	7

Berdasarkan tabel 4.2 di halaman 34 didapatkan data saat peneliti mengamati subyek dan mengisi lembar awal observasi tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan pada saat subyek melakukan penerapan hari pertama teknik relaksasi otot progresif. Pada saat kedua subyek dilakukan observasi tanda dan gejala awal, didapatkan bahwa pada Tn.Y mengalami tanda dan gejala yaitu : tampak muka merah dan tegang, mata melotot, postur tubuh terlihat kaku. Hasil observasi, perilaku subyek di ruangan : tampak jalan mondar-mandir, saat pertama bertemu subyek sedikit terganggu, tidak nyaman saat ditanya beberapa pertanyaan oleh peneliti. Namun subyek kooperatif dan masih bisa berkomunikasi dengan baik. Sedangkan pada Tn.Z terdapat tanda dan gejala yaitu : tampak sedikit tegang, terlihat mata melotot, tampak postur tubuh yang kaku, saat mulai melakukan pengkajian terlihat tangan mengempal, subyek tampak kurang nyaman, cukup terganggu, ketika peneliti beberapa pertanyaan menjawab dengan sedikit ketus. Kedua subyek yang sudah dilakukan observasi di hari pertama penerapan dapat disimpulkan dari 24 tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan Tn.Y memiliki 6 tanda dan gejala sedangkan Tn.Z memiliki 7 tanda dan gejala.

2) Hari Kedua (Kamis, 20 Maret 2025)

Tabel 4.3
Tanda dan Gejala Risiko Perilaku Kekerasan
Hari Kedua (Pre-Post)

Nama klien: Tn.Y dan Tn.Z

No	Tanda dan Gejala	Skor penilaian			
		PRE		POST	
	Fisik	Tn. Y	Tn. Z	Tn. Y	Tn. Z
1	Muka merah dan tegang	✓	✓	✓	✓
2	Mata melotot	✓	✓	✓	✓
3	Tangan mengepal	×	✓	×	✓
4	Rahang mengatup	×	×	×	×
5	Postur tubuh kaku	✓	✓	✓	✓
6	Jalan mondar-mandir	✓	×	✓	×
	Verbal				
7	Bicara kasar	×	×	×	×
8	Suara tinggi	×	×	×	×
9	Mengancam	×	×	×	×
10	Mengumpat	×	×	×	×
11	Suara kasar	×	×	×	×
12	Ketus	×	✓	×	✓
	Perilaku				
13	Melempar dan memukul	×	×	×	×
14	Menyerang orang lain	×	×	×	×
15	Melukai diri sendiri/orang lain	×	×	×	×
16	Merusak lingkungan	×	×	×	×
17	Amuk	×	×	×	×
	Emosi				
18	Tidak nyaman	✓	✓	✓	✓
19	Rasa terganggu	✓	✓	✓	✓
20	Dendam	×	×	×	×
21	Jengkel	×	×	×	×
22	Bermusuhan	×	×	×	×
23	Mengamuk	×	×	×	×
24	Menyalahkan/menuntut	×	×	×	×
	Jumlah skor	6	7	6	7

Berdasarkan tabel 4.3 di halaman 36 didapatkan data bahwa Tn.Y memiliki 6 dari 24 tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan yaitu : tampak muka merah dan tegang, mata melotot, postur tubuh terlihat kaku, hasil observasi perilaku subyek tampak jalan mondar-mandir dan saat pertama bertemu subyek sedikit terganggu dan tidak nyaman saat ditanya beberapa pertanyaan oleh peneliti. Namun subyek kooperatif dan masih bisa berkomunikasi dengan baik. Sedangkan pada Tn.Z masih terdapat 7 dari 24 tanda dan gejala yaitu : tampak sedikit tegang, terlihat mata melotot, tampak postur tubuh yang kaku, saat mulai melakukan pengkajian terlihat tangan mengempal, subyek tampak kurang nyaman dan cukup terganggu, ketika peneliti bertanya beberapa pertanyaan Tn.Z menjawab dengan sedikit ketus. Kedua subyek yang sudah dilakukan observasi di hari kedua penerapan dapat disimpulkan dari 24 tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan Tn.Y memiliki 6 tanda dan gejala sedangkan Tn.Z memiliki 7 tanda dan gejala.

3) Hari Ketiga (Jumat, 21 Maret 2025)

Tabel 4.4
Tanda dan Gejala Risiko Perilaku Kekerasan
Hari Ketiga (Pre-Post)

Nama klien: Tn.Y dan Tn.Z

No	Tanda dan Gejala	Skor penilaian			
		PRE		POST	
	Fisik	Tn. Y	Tn. Z	Tn. Y	Tn. Z
1	Muka merah dan tegang	✓	✓	✓	✓
2	Mata melotot	✓	×	✓	×
3	Tangan mengepal	×	✓	×	✓
4	Rahang mengatup	×	×	×	×
5	Postur tubuh kaku	✓	✓	✓	✓
6	Jalan mondar-mandir	✓	×	✓	×
	Verbal				
7	Bicara kasar	×	×	×	×
8	Suara tinggi	×	×	×	×
9	Mengancam	×	×	×	×
10	Mengumpat	×	×	×	×
11	Suara kasar	×	×	×	×
12	Ketus	×	×	×	×
	Perilaku				
13	Melempar dan memukul	×	×	×	×
14	Menyerang orang lain	×	×	×	×
15	Melukai diri sendiri/orang lain	×	×	×	×
16	Merusak lingkungan	×	×	×	×
17	Amuk	×	×	×	×
	Emosi				
18	Tidak nyaman	×	✓	×	✓
19	Rasa terganggu	×	✓	×	✓
20	Dendam	×	×	×	×
21	Jengkel	×	×	×	×
22	Bermusuhan	×	×	×	×
23	Mengamuk	×	×	×	×
24	Menyalahkan/menuntut	×	×	×	×
	Jumlah skor	4	5	4	5

Berdasarkan tabel 4.4 di halaman 38 didapatkan data Tn.Y memiliki 4 dari 24 tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan yaitu : tampak muka merah dan tegang, mata melotot, postur tubuh terlihat kaku, tampak jalan mondar-mandir. Sedangkan pada Tn.Z memiliki 5 dari 24 tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan yaitu : muka merah dan tegang, tangan mengepal, tampak postur tubuh yang kaku, subyek tampak kurang nyaman dan cukup terganggu, ketika peneliti beberapa pertanyaan menjawab dengan sedikit ketus. Kedua subyek dapat disimpulkan di hari ketiga penerapan Tn.Y dan Tn.Z mulai mengalami penurunan tanda dan gejala dengan Tn.Y memiliki 4 tanda dan gejala sedangkan Tn.Z memiliki 5 tanda dan gejala.

4) Hari Keempat (Sabtu, 22 Maret 2025)

Tabel 4.5
Tanda dan Gejala Risiko Perilaku Kekerasan
Hari Keempat (Pre-Post)

Nama klien: Tn.Y dan Tn.Z

No	Tanda dan Gejala	Skor penilaian			
		PRE		POST	
	Fisik	Tn. Y	Tn. Z	Tn. Y	Tn. Z
1	Muka merah dan tegang	✓	✓	✓	✓
2	Mata melotot	×	×	×	×
3	Tangan mengepal	×	✓	×	✓
4	Rahang mengatup	×	×	×	×
5	Postur tubuh kaku	✓	✓	✓	✓
6	Jalan mondar-mandir	✓	×	✓	×
	Verbal				
7	Bicara kasar	×	×	×	×
8	Suara tinggi	×	×	×	×
9	Mengancam	×	×	×	×
10	Mengumpat	×	×	×	×
11	Suara kasar	×	×	×	×
12	Ketus	×	×	×	×
	Perilaku				
13	Melempar dan memukul	×	×	×	×
14	Menyerang orang lain	×	×	×	×
15	Melukai diri sendiri/orang lain	×	×	×	×
16	Merusak lingkungan	×	×	×	×
17	Amuk	×	×	×	×
	Emosi				
18	Tidak nyaman	×	×	×	×
19	Rasa terganggu	×	×	×	×
20	Dendam	×	×	×	×
21	Jengkel	×	×	×	×
22	Bermusuhan	×	×	×	×
23	Mengamuk	×	×	×	×
24	Menyalahkan/menuntut	×	×	×	×
	Jumlah skor	3	3	3	3

Berdasarkan tabel 4.5 di halaman 40 didapatkan data Tn.Y memiliki 3 dari 24 tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan yaitu : tampak muka merah dan tegang, postur tubuh terlihat kaku dan tampak jalan mondar-mandir. Sedangkan pada Tn.Z memiliki 3 dari 24 tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan yaitu : tampak muka merah dan tegang, tangan mengepal dan tampak postur tubuh yang kaku. Kedua subyek dapat disimpulkan di hari keempat penerapan Tn.Y dan Tn.Z mulai mengalami penurunan tanda dan gejala dengan Tn.Y memiliki 3 tanda dan gejala sedangkan Tn.Z memiliki 3 tanda dan gejala.

5) Hari Kelima (Minggu, 23 Maret 2025)

Tabel 4.6
Tanda dan Gejala Risiko Perilaku Kekerasan
Hari Kelima (Pre-Post)

Nama klien: Tn.Y dan Tn.Z

No	Tanda dan Gejala	Skor penilaian			
		PRE		POST	
	Fisik	Tn. Y	Tn. Z	Tn. Y	Tn. Z
1	Muka merah dan tegang	✓	✓	✓	✓
2	Mata melotot	×	×	×	×
3	Tangan mengepal	×	✓	×	✓
4	Rahang mengatup	×	×	×	×
5	Postur tubuh kaku	✓	✓	✓	✓
6	Jalan mondar-mandir	✓	×	✓	×
	Verbal				
7	Bicara kasar	×	×	×	×
8	Suara tinggi	×	×	×	×
9	Mengancam	×	×	×	×
10	Mengumpat	×	×	×	×
11	Suara kasar	×	×	×	×
12	Ketus	×	×	×	×
	Perilaku				
13	Melempar dan memukul	×	×	×	×
14	Menyerang orang lain	×	×	×	×
15	Melukai diri sendiri/orang lain	×	×	×	×
16	Merusak lingkungan	×	×	×	×
17	Amuk	×	×	×	×
	Emosi				
18	Tidak nyaman	×	×	×	×
19	Rasa terganggu	×	×	×	×
20	Dendam	×	×	×	×
21	Jengkel	×	×	×	×
22	Bermusuhan	×	×	×	×
23	Mengamuk	×	×	×	×
24	Menyalahkan/menuntut	×	×	×	×
	Jumlah skor	3	3	3	3

Berdasarkan tabel 4.6 di halaman 42 didapatkan data Tn.Y masih memiliki 3 dari 24 tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan yaitu : tampak muka merah dan tegang, postur tubuh terlihat kaku dan tampak jalan mondar-mandir. Sedangkan pada Tn.Z masih memiliki 3 dari 24 tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan yaitu : tampak muka merah dan tegang, tangan mengepal dan tampak postur tubuh yang kaku. Pada hari kelima penerapan Tn.Y dan Tn.Z tidak mengalami penurunan tanda dan gejala, sehingga dapat disimpulkan dari kedua subyek di hari kelima penerapan teknik relaksasi otot progresif Tn.Y dan Tn.Z masih memiliki tanda dan gejala yang sama dengan hari sebelumnya dengan Tn.Y memiliki 3 tanda dan gejala sedangkan Tn.Z memiliki 3 tanda dan gejala.

**4.1.4 Gambaran Penurunan Tanda dan Gejala Subyek Studi Kasus
Sebelum dan Sesudah Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif**

Tabel 4.7

**Tanda dan Gejala Sebelum dan Sesudah
Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif**

Nama klien: Tn.Y dan Tn.Z

No	Tanda dan Gejala	Skor penilaian			
		Tn.Y		Tn.Z	
		PRE	POST	PRE	POST
	Fisik				
1	Muka merah dan tegang	✓	✓	✓	✓
2	Mata melotot	✓	×	✓	×
3	Tangan mengepal	×	×	✓	✓
4	Rahang mengatup	×	×	×	×
5	Postur tubuh kaku	✓	✓	✓	✓
6	Jalan mondar-mandir	✓	✓	×	×
	Verbal				
7	Bicara kasar	×	×	×	×
8	Suara tinggi	×	×	×	×
9	Mengancam	×	×	×	×
10	Mengumpat	×	×	×	×
11	Suara kasar	×	×	×	×
12	Ketus	×	×	✓	×
	Perilaku				
13	Melempar dan memukul	×	×	×	×
14	Menyerang orang lain	×	×	×	×
15	Melukai diri sendiri/orang lain	×	×	×	×
16	Merusak lingkungan	×	×	×	×
17	Amuk	×	×	×	×
	Emosi				
18	Tidak nyaman	✓	×	✓	×
19	Rasa terganggu	✓	×	✓	×
20	Dendam	×	×	×	×
21	Jengkel	×	×	×	×
22	Bermusuhan	×	×	×	×
23	Mengamuk	×	×	×	×
24	Menyalahkan/menuntut	×	×	×	×
	Jumlah skor	6	3	7	3

Berdasarkan tabel 4.7 di halaman 44 didapatkan data observasi tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan sebelum dan sesudah melakukan penerapan teknik relaksasi otot progresif. Pada saat kedua subyek dilakukan observasi awal sebelum terpapar penerapan didapatkan bahwa pada Tn. Y memiliki 6 tanda dan gejala yaitu : muka merah dan tegang, mata melotot, postur tubuh kaku, jalan mondar-mandir, tidak nyaman dan rasa terganggu. Hari kelima penerapan berkurang menjadi 3 tanda dan gejala yaitu : mata melotot, tidak nyaman dan rasa terganggu sudah tidak muncul. Sedangkan pada Tn.Z sebelum terpapar penerapan didapatkan bahwa memiliki 7 tanda dan gejala yaitu : muka merah dan tegang, mata melotot, postur tubuh kaku, jalan mondar-mandir, bicara ketus, tidak nyaman dan rasa terganggu. Hari kelima penerapan berkurang menjadi 4 tanda dan gejala yaitu : mata melotot, bicara ketus, tidak nyaman dan rasa terganggu sudah tidak muncul, sehingga tanda dan gejala Tn.Y yang awalnya 6 berkurang menjadi 3 tanda dan gejala sedangkan pada Tn.Z yang awalnya 7 berkurang menjadi 3 tanda dan gejala.

Tabel 4.8
Tanda dan Gejala Sebelum dan Sesudah
Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif
Hari Pertama-Kelima

Nama klien: Tn.Y dan Tn.Z

No	Tanda dan Gejala	Skor penilaian									
		Tn.Y					Tn.Z				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
	Fisik										
1	Muka merah dan tegang	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
2	Mata melotot	✓	✓	✓	×	×	✓	✓	×	×	×
3	Tangan mengempal	×	×	×	×	×	✓	✓	✓	✓	✓
4	Rahang mengatup	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
5	Postur tubuh kaku	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
6	Jalan mondar-mandir	✓	✓	✓	✓	✓	×	×	×	×	×
	Verbal										
7	Bicara kasar	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
8	Suara tinggi	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
9	Mengancam	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
10	Mengumpat	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
11	Suara kasar	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
12	Ketus	×	×	×	×	×	✓	✓	×	×	×
	Perilaku										
13	Melempar dan memukul	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
14	Menyerang orang lain	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
15	Melukai diri sendiri/orang lain	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
16	Merusak lingkungan	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
17	Amuk	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
	Emosi										
18	Tidak nyaman	✓	✓	×	×	×	✓	✓	✓	×	×
19	Rasa terganggu	✓	✓	×	×	×	✓	✓	✓	×	×
20	Dendam	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
21	Jengkel	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
22	Bermusuhan	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
23	Mengamuk	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
24	Menyalahkan/menuntut	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
	Jumlah skor	6	6	4	3	3	7	7	5	3	3

Berdasarkan tabel 4.8 di halaman 46 tidak ditemukan tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan dalam aspek perilaku dari kedua subyek. Pada aspek fisik, wajah memerah dan tegang serta postur tubuh yang kaku masih tetap terlihat hingga hari terakhir pada masing-masing subyek. Selanjutnya, gejala mata melotot terjadi pada kedua subyek, untuk Tn.Y sudah tidak terlihat di hari keempat, sedangkan pada Tn. Z sudah tidak terlihat sejak hari ketiga. Kemudian, tangan mengepal hanya terjadi pada Tn. Z dan terus terlihat dari hari pertama hingga hari terakhir. Sementara itu, kebiasaan berjalan mondar-mandir hanya ditemukan pada Tn. Y dan berlangsung terus setiap hari sampai hari terakhir. Pada aspek verbal, gejala hanya muncul pada Tn. Z di hari pertama, namun sudah tidak tampak lagi sejak hari ketiga. Terakhir, pada aspek emosi kedua subyek menunjukkan tanda dan gejala perasaan tidak nyaman dan terganggu. Gejala tersebut pada Tn.Y sudah tidak terlihat sejak hari ketiga, sedangkan Tn.Z sudah tidak terlihat pada hari keempat.

Pada hari pertama dan kedua tidak ada penurunan tanda dan gejala pada kedua subyek peneliti. Namun, pada hari ketiga penerapan Tn.Y mengalami penurunan tanda dan gejala yaitu : tidak nyaman dan rasa terganggu sudah tidak muncul sedangkan Tn.Z mengalami penurunan tanda dan gejala yaitu : mata melotot dan bicara ketus sudah tidak muncul. Pada hari ketiga penerapan Tn.Y dan Tn.Z mulai mengalami penurunan tanda dan gejala dengan Tn.Y memiliki 4 tanda dan gejala sedangkan Tn.Z memiliki 5 tanda dan gejala. Selanjutnya, pada hari keempat Tn.Y mengalami penurunan tanda dan gejala yaitu : mata melotot sudah tidak muncul sedangkan Tn.Z mengalami penurunan tanda dan gejala yaitu : tidak nyaman dan rasa terganggu sudah tidak muncul. Kedua subyek dapat disimpulkan di hari keempat penerapan Tn.Y dan Tn.Z mulai mengalami penurunan tanda dan

gejala dengan Tn.Y memiliki 3 tanda dan gejala sedangkan Tn.Z memiliki 3 tanda dan gejala.

Pada hari kelima penerapan Tn.Y dan Tn.Z tidak mengalami penurunan tanda dan gejala, sehingga dapat disimpulkan dari kedua subyek di hari kelima penerapan teknik relaksasi otot progresif Tn.Y dan Tn.Z masih memiliki tanda dan gejala yang sama dengan hari sebelumnya dengan Tn.Y memiliki 3 tanda dan gejala sedangkan Tn.Z memiliki 3 tanda dan gejala.

4.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian studi kasus di atas tidak ditemukan tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan dalam aspek perilaku dari kedua subyek. Pada aspek fisik, wajah memerah dan tegang serta postur tubuh yang kaku masih tetap terlihat hingga hari terakhir pada masing-masing subyek. Selanjutnya, gejala mata melotot terjadi pada kedua subyek, untuk Tn.Y sudah tidak terlihat di hari keempat, sedangkan pada Tn. Z sudah tidak terlihat sejak hari ketiga. Kemudian, tangan mengepal hanya terjadi pada Tn. Z dan terus terlihat dari hari pertama hingga hari terakhir. Sementara itu, kebiasaan berjalan mondar-mandir hanya ditemukan pada Tn. Y dan berlangsung terus setiap hari sampai hari terakhir. Pada aspek verbal, gejala hanya muncul pada Tn. Z di hari pertama, namun sudah tidak tampak lagi sejak hari ketiga. Terakhir, pada aspek emosi kedua subyek menunjukkan tanda dan gejala perasaan tidak nyaman dan terganggu. Gejala tersebut pada Tn.Y sudah tidak terlihat sejak hari ketiga, sedangkan Tn.Z sudah tidak terlihat pada hari keempat.

Penurunan tanda dan gejala pada kedua subyek ini dapat terjadi dikarenakan kedua subyek kooperatif mengikuti teknik relaksasi otot progresif. Kedua subyek mampu dan fokus pada saat melakukan gerakan teknik relaksasi otot progresif. Namun, beberapa gerakan terakhir yang dilakukan subyek dikarenakan lupa, peneliti membantu mengingatnya kembali dan subyek mampu melakukannya dengan baik. Subyek I mengatakan bahwasannya dirinya melakukan teknik relaksasi otot progresif sendiri pada saat di dalam ruangan. Penerapan teknik relaksasi otot progresif yang sudah dilakukan subyek akan memiliki aktifitas lain dan tidak akan terfokus pada hal-hal yang akan membuat emosional mereka muncul sehingga subyek dapat mengontrol emosi dan mencegah timbulnya perilaku agresif.

Berdasarkan hasil penelitian studi kasus di atas dengan 2 subyek selama 5 hari dengan waktu 25–30 menit setiap pertemuannya, menunjukkan bahwa setelah diberikan penerapan teknik relaksasi otot progresif kedua subyek terjadi penurunan tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati & Liliana (2023) pada 2 orang pasien yang dilakukan 1 kali sehari selama 5 hari, hasilnya terbukti efektif dalam menurunkan tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan dan dapat mengontrol perilaku kekerasannya. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Made et al, (2023) pada 2 orang pasien dilakukan 1 kali sehari selama 4 hari dengan durasi setiap latihan 25-30 menit/latihan. Hasilnya terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan pasien untuk mengontrol amarah.

Kemudian penelitian yang sama dilakukan oleh Kusumawati, et al (2024) pada 1 orang pasien yang dilakukan 1 kali sehari selama 4 hari dengan durasi 25-30 menit/latihan. Hasilnya terbukti efektif mengalami penurunan tanda dan

gejala pada pasien risiko perilaku kekerasan. Lalu didukung juga oleh hasil penelitian Pratama et al, (2024) pada 37 responden selama 1 bulan. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa teknik teknik relaksasi otot progresif terbukti efektif dalam mengontrol marah pada pasien risiko perilaku kekerasan.

Setelah dilakukan teknik relaksasi otot progresif setiap harinya terlihat kedua subyek lebih tenang dan nyaman. Hal ini sesuai dengan penelitian (Smith et al, 2020) bahwa teknik relaksasi otot progresif dapat dilakukan untuk menenangkan diri sebelum emosi tersebut berubah menjadi tindakan kekerasan. Penerapan teknik relaksasi otot progresif yang sudah dilakukan secara teratur dapat membuat seseorang belajar untuk mengendalikan reaksi emosional pada dirinya, mengidentifikasi tanda gejala awal ketegangan atau kemarahan pada dirinya serta mengurangi kemungkinan terjadinya perilaku agresif, sehingga mereka dapat mengambil langkah-langkah untuk mencegah reaksi yang tidak diinginkan (Smith et al, 2020).

Penerapan teknik relaksasi otot progresif merupakan salah satu teknik non farmakologis yang dapat mengurangi tanda dan gejala, tidak hanya itu penurunan tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan ini juga dapat didukung dengan tindakan sp lainnya serta bantuan pengobatan farmakologis dengan rutin mengkonsumsi obat secara rutin sesuai anjuran dokter yaitu minum obat *haloperidol*, *lorazepam* dan *chlorpromaine* 3x1 hari, yang dimana fungsi obat tersebut dapat mengurangi tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan, rasa gelisah dan keinginan untuk melukai diri sendiri sehingga efek obat membuat tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan subyek semakin menurun. Secara keseluruhan perubahan tanda dan gejala pada kedua subyek yaitu subyek I sebelum dilakukan teknik relaksasi otot progresif terdapat 6 tanda gejala, setelah dilakukan terapi

menurun menjadi 3 tanda gejala risiko perilaku kekerasan. Sedangkan pada subyek II sebelum dilakukan teknik relaksasi otot progresif memiliki 7 tanda gejala risiko perilaku kekerasan, setelah dilakukan terapi menurun menjadi 3 tanda gejala.

Risiko perilaku kekerasan pada pasien gangguan jiwa umumnya dipicu oleh peningkatan aktivitas sistem saraf simpatis akibat stres, kecemasan, atau ketidakmampuan mengelola emosi yang menyebabkan peningkatan detak jantung, ketegangan otot, tekanan darah, serta produksi hormon stres seperti adrenalin dan kortisol. Ketegangan fisik yang berkepanjangan ini dapat memperkuat respons emosional negatif seperti kemarahan dan agresi, salah satu cara untuk mengurangi terjadinya respon emosional yang negatif seperti kemarahan dan agresi dapat dilakukan dengan teknik relaksasi otot progresif (Pratama et al., 2024).

Penerapan relaksasi otot progresif bekerja dengan cara menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis dan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis melalui proses mengencangkan dan melepaskan otot secara berurutan, sehingga tubuh dan pikiran menjadi lebih tenang. Hal ini dapat menurunkan ketegangan otot dan kadar hormon stres sehingga pasien menjadi lebih mampu mengontrol emosi, meredam dorongan agresif, serta menurunkan risiko munculnya perilaku kekerasan (Pratama et al., 2024).

Teknik relaksasi otot progresif merupakan suatu cara teknik relaksasi yang mengkombinasikan latihan nafas dalam dengan serangkaian kontraksi dan relaksasi otot yang sangat praktis diterapkan karena gerakannya yang mudah, dikarenakan dapat dilakukan kapanpun tanpa memilih tempat dan waktu. Penggunaan relaksasi otot progresif merupakan teknik yang efektif untuk

mengurangi tanda-tanda dan gejala pada pasien gangguan jiwa yang rentan terhadap perilaku kekerasan. Penerapan teknik relaksasi otot progresif digunakan sebagai salah satu untuk mengatasi masalah dengan membantu subyek meningkatkan keterampilan dasar relaksasi, mengendalikan amarah, mengelola stres, dan mengurangi ketegangan yang merupakan reaksi stres (Darmastuti et al., 2024). Oleh karena itu, teknik ini menjadi solusi yang fleksibel dan bermanfaat dalam upaya menjaga kestabilan emosi dan mencegah potensi perilaku kekerasan.

4.3 Keterbatasan Studi Kasus

Hasil penelitian yang sudah dilakukan peneliti masih jauh dari kata sempurna, hal ini disebabkan oleh kurangnya tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh peneliti. Selain itu, kondisi lingkungan yang kurang kondusif seperti pasien lain yang berusaha untuk berkomunikasi dengan subyek pada saat proses relaksasi otot progresif berlangsung sehingga menyulitkan peneliti dan subyek untuk fokus melakukan teknik relaksasi otot progresif. Hal ini membuat subyek sulit berkonsentrasi sehingga pelaksanaan teknik relaksasi otot progresif tidak berjalan dengan optimal.