

ABSTRAK

Muhammad Dwi Kurniawan (2025). Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Resiko Perilaku Kekerasan Dirumah Sakit Jiwa Provinsi Riau. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan Pekanbaru, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) R. Sakhnan, SKM, M.Kes, (II) Ns. Sari Anggela., M.Kep., Sp.Kep.A.

Relaksasi napas dalam merupakan teknik nonfarmakologis yang terbukti efektif untuk menurunkan tingkat stres, kecemasan, dan emosi negatif, serta meningkatkan kontrol diri. Studi ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan teknik relaksasi napas dalam pada klien dengan risiko perilaku kekerasan di Rumah Sakit Jiwa Tampan Provinsi Riau. Metode yang digunakan adalah studi kasus deskriptif pada dua klien yang mengalami risiko perilaku kekerasan. Intervensi diberikan selama enam hari berturut-turut dengan durasi 30 menit per sesi, terapi dimulai pada tanggal 19 Maret 2025. Hasil menunjukkan bahwa pada klien I terjadi penurunan gejala seperti gelisah dan bingung mulai hari keempat dan berlanjut hingga hari keenam. Sementara itu, klien II menunjukkan respons lebih cepat, dengan perasaan tenang sudah muncul sejak hari ketiga. Teknik relaksasi napas dalam terbukti mudah diterapkan, aman, dan efektif dalam mengurangi intensitas emosi negatif serta meningkatkan stabilitas emosi. Kesimpulannya, teknik ini dapat dijadikan sebagai terapi komplementer dalam keperawatan jiwa untuk menurunkan risiko perilaku kekerasan.

Kata Kunci: Gangguan Jiwa, Keperawatan Jiwa, Perilaku Kekerasan, Relaksasi Napas Dalam, Skizofrenia.

ABSTRACT

Muhammad Dwi Kurniawan (2025). Application of Deep Breathing Relaxation Techniques in Patients at Risk of Violent Behavior at the Riau Provincial Mental Hospital. Scientific Paper Case Study, DIII Nursing Study Program, Pekanbaru, Nursing Department, Riau Ministry of Health Polytechnic. Supervisor (I) R. Sakhnan, SKM, M.Kes, (II) Ns. Sari Anggela., M.Kep., Sp.Kep.A.

Deep breathing relaxation is a non-pharmacological technique proven effective in reducing stress, anxiety, and negative emotions, as well as enhancing self-control. This study aims to describe the application of deep breathing relaxation techniques for clients at risk of violent behavior at Tampan Psychiatric Hospital, Riau Province. A descriptive case study method was employed involving two clients with violent behavior risk. The intervention was carried out over six consecutive days with sessions lasting 30 minutes each. therapy begins on March 19, 2025. Results showed that Client I experienced a reduction in symptoms such as restlessness and confusion starting from the fourth day, with continuous improvement until the sixth day. Client II responded more quickly, feeling calmer from the third day onward. The deep breathing relaxation technique proved to be easy to implement, safe, and effective in decreasing the intensity of negative emotions and improving emotional stability. In conclusion, this technique can serve as a complementary therapy in psychiatric nursing to reduce the risk of violent behavior.

Keywords: Mental Disorders, Mental Health Nursing, Violent Behavior, DeepBreathing Relaxation,Skizofrenia.