

KARYA TULIS ILMIAH



Oleh:

NURAIDAH
NIM. P00320021032

DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN

POLTEKKES KEMENKES KENDARI

PRODI D-III KEPERAWATAN

TAHUN 2024

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP KONTROL
DIRI TN. R PASIEN PERILAKU KEKERASAN DI RUANG ASOKA
RUMAH SAKIT JIWA KENDARI PROVINSI
SULAWESI TENGGARA**

Diajukan sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan program

Diploma III Keperawatan



OLEH:

NURAIDAH

NIM: P00320021032

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KENDARI
PRODI D-III KEPERAWATAN
TAHUN 2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

PENERAPAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP KONTROL DIRI TN.R PASIEN PERILAKU KEKERASAN DI RUANG ASOKA RUMAH SAKIT JIWA KENDARI PROVINSI SULAWESI TENGGARA

Yang Disusun Oleh:

NURAIDAH
NIM. P00320021032

Karya tulis ilmiah ini telah diterima dan disetujui untuk dipertahankan didepan

Tim Penguji

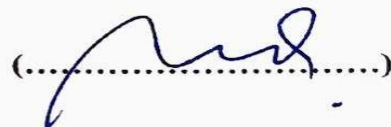
Pada hari/tanggal: Jum'at, 21 Juni 2024

Pembimbing :


1. **Fitri Wijayati, S.Kep.,Ns.,M.Kep**
197809072002122002


(.....)

2. **Indriono Hadi, S.Kep.,Ns.,M.Kes**
197003301995031001


(.....)

Ketua Jurusan Keperawatan


Abdul Syukur Bau, S.Kep.,Ns.,MM
197312081998031001

HALAMAN PENGESAHAN

PENERAPAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP KONTROL DIRI TN.R PASIEN PERILAKU KEKERASAN DI RUANG ASOKA RUMAH SAKIT JIWA KENDARI PROVINSI SULAWESI TENGGARA

Yang Disusun Dan Diajukan Oleh:

NURAIDAH
NIM. P00320021032

Telah dipertahankan pada Seminar Hasil Karya Tulis Ilmiah di depan TIM Penguji
Pada Hari/Tanggal: Jum'at/21 Juni 2024
Dan telah dinyatakan memenuhi syarat

Tim Penguji:

1. Abdul Syukur Bau, S.Kep.,Ns.,MM
2. Fitri Wijayati, S.Kep.,Ns.,M.Kep
3. Nurjannah, B.Sc.,S.Pd.,M.Sc
4. Reni Devianti Usman, M.Kep.,Sp.KMB
5. Indriono Hadi, S.Kep.,Ns.,M.Kes

(.....)
(.....) 
(.....)
(.....) 
(.....) 

Mengetahui

Ketua Jurusan Keperawatan


Abdul Syukur Bau, S.Kep.,Ns.,MM
197312081998031001

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini

Nama : NURAIDAH

Nim : P00320021032

Institusi Pendidikan : Jurusan D-III Keperawatan

Judul Karya Tulis Ilmiah : Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kontrol Diri Tn. R Pasien Perilaku Kekerasan Di Ruang Asoka Rumah Sakit Jiwa Kendari Provinsi Sulawesi Tenggara

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis ini benar-benar karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila ditemukan hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan (plagiat), maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai peraturan yang berlaku di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kendari.

Kendari, 19 Juni 2023

Yang Membuat Pernyataan


Nuraidah


TGL. 20
METERAI
TEMPEL
427EALX380733235

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai civitas Poltekkes Kemenkes Kendari, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nuraidah

Nim : P00320021032

Program Studi/Jurusan : DIII Keperawatan

Judul Karya Tulis Ilmiah : Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kontrol Diri Tn. R Pasien Perilaku Kekerasan Di Ruang Asoka Rumah Sakit Jiwa Kendari Provinsi Sulawesi Tenggara

Menyatakan bahwa setuju untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Kendari Hak Bebas Royalty Non Eksekutif (Skripsi, Karya Tulis Ilmiah, Laporan Tugas Akhir) saya yang berjudul: **“Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kontrol Diri Tn. R Pasien Perilaku Kekerasan Di Ruang Asoka Rumah Sakit Jiwa Kendari Provinsi Sulawesi Tenggara”**.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan) dengan Hak Bebas Royalty Non Eksekutif Ini Poltekkes Kemenkes Kendari berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Kendari, 19 September 2024

Yang Membuat Pernyataan



NURAIDAH
P00320021032

RIWAYAT HIDUP



I. IDENTITAS

1. Nama Lengkap : NURAIDAH
2. Tempat/Tanggal Lahir : Lantawonua, 16 Februari 2004
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Islam
5. Suku/Kebangsaan : Bugis/ Indonesia
6. Alamat : Desa Talabente Kec. Rumbia Kab. Bombana
7. No. Telp/Hp : 083125549675
8. Email : aidabills1602@gmail.com

II. PENDIDIKAN

1. Sekolah Dasar Negeri 21 Lantawonua Tamat Tahun 2015
2. Sekolah Menengah Pertama Negeri 02 Rumbia Tamat Tahun 2018
3. Sekolah Menengah Kejuruan 02 Bombana Tamat Tahun 2021
4. Poltekkes Kemenkes Kendari Tahun 2021-2024

MOTTO

“Keberhasilan adalah hasil dari kerja keras dan doa”

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan judul **“Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kontrol Diri Tn. R Pasien Perilaku Kekerasan Di Ruang Asoka Rumah Sakit Jiwa Kendari Provinsi Sulawesi Tenggara”** sebagai salah satu syarat menyelesaikan Pendidikan Diploma III Bidang Keperawatan.

Proses penyusunan proposal penelitian ini telah melewati perjalanan panjang dalam penyusunannya yang tentu tidak terlepas dari bantuan moril dan materil pihak lain. Karena itu sudah sepatutnya dengan segala kerendahan hati menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Bapak Teguh Faturrahman, SKM.,MPPM selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Kendari.
2. Kepada Bapak dr. Putu Agustin Kusumawati, M.Kes selaku direktur RS Jiwa Kendari Provinsi Sulawesi Tenggara yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian
3. Bapak Abdul Syukur Bau, S.Kep.,Ns.,MM selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kendari.
4. Ibu Fitri Wijayati, S.Kep.,Ns.,M.Kep dan Bapak Indriono Hadi, S.Kep.,Ns., M.Kes selaku pembimbing I dan pembimbing II yang telah memberikan motivasi dan bimbingan dalam penyusunan proposal penelitian ini.

5. Seluruh Dosen Pengajar dan Staf Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kendari yang telah memberikan ilmu dan nasehat kepada penulis.
6. Teristimewa kepada kedua orang tua tercinta Bapak Sahudin dan Ibu Nur Hayati yang telah mengasuh, membesarkan dengan cinta dan penuh kasih sayang, selalu mendoakan dan memberikan dukungan baik moril, materil maupun spiritual sehingga penulis bisa sampai pada tahap ini. Kepada saudara kandung serta keluarga besar penulis yang senantiasa memberikan dukungan kepada penulis baik moril maupun materil.
7. Kepada sahabat tercinta Musliana, Wd Siti Aisya, Heni, Nursia, Tajudin, Aning, Amana, Hasana, Mey yang telah memberikan dukungan, semangat dan mendoakan penulis sampai saat ini.
8. Seluruh rekan-rekan mahasiswa Poltekkes Kemenkes Kendari Jurusan Keperawatan angkatan 2021 atas dukungan dan kerja samanya selama ini.

Penulis menyadari bahwa dalam proposal penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu saran dan kritik yang sifatnya membangun sangat penulis harapkan. Atas saran dan kritiknya penulis ucapkan terimakasih.

Kendari, 2024

Penulis

Nuraidah

ABSTRAK

Nuraidah (P00320021032) Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kontrol Diri Pasien Perilaku Kekerasan Di Ruang Asoka Rumah Sakit Jiwa Kendari Provinsi Sulawesi Tenggara, Pembimbing I (Fitri Wijayati, S.Kep.,Ns.,M.Kep) Pembimbing II (Indriono Hadi, S.Kep.,Ns.,M.Kes).

Latar Belakang : Perilaku kekerasan merupakan salah satu gejala gangguan jiwa yang dapat memicu bahaya secara fisik pada diri pasien maupun orang lain disertai dengan luapan emosi yang tidak terkontrol. Salah satu intervensi yang dapat diberikan untuk meningkatkan kontrol diri yaitu relaksasi otot progresif. **Tujuan :** Untuk meningkatkan kontrol diri pasien perilaku kekerasan melalui penerapan manajemen pengendalian marah yaitu relaksasi otot progresif. **Metode :** Studi kasus deskriptif pada 1 orang subjek dengan masalah keperawatan perilaku kekerasan dan akan diberikan manajemen pengendalian marah yaitu terapi relaksasi otot progresif dengan frekuensi 2x sehari selama 3 hari. **Hasil :** Setelah diberikan terapi relaksasi otot progresif selama 3 hari diperoleh hasil bahwa terjadi peningkatan kontrol diri pasien perilaku kekerasan dari hasil observasi perilaku agresif/amuk, suara keras dan suara ketus dari cukup meningkat menjadi menurun. **Kesimpulan :** Kontrol diri meningkat pada pasien Tn. R dengan pemberian terapi relaksasi otot progresif selama 3 hari. **Saran :** Perawat dapat melakukan terapi relaksasi otot progresif untuk meningkatkan kontrol diri pada pasien perilaku kekerasan.

Kata Kunci : Perilaku Kekerasan, Relaksasi Otot Progresif, Kontrol Diri

ABSTRACT

Nuraidah (P00320021032) Application of Progressive Muscle Relaxation to Self-Control of Violent Behavior Patients in the Asoka Room, Kendari Mental Hospital, Southeast Sulawesi Province, Supervisor I (Fitri Wijayati, S.Kep., Ns., M.Kep) Supervisor II (Indriono Hadi, S.Kep., Ns., M.Kes).

Background: Violent behavior is one of the symptoms of mental disorders that can trigger physical harm to the patient and others accompanied by an uncontrolled outpouring of emotions. One of the interventions that can be given to improve self-control is progressive muscle relaxation. **Objective:** To improve the self-control of patients with violent behavior through the application of anger control management, namely progressive muscle relaxation. **Method:** A descriptive case study on 1 subject with nursing problems of violent behavior and will be given anger control management, namely progressive muscle relaxation therapy with a frequency of 2x a day for 3 days. **Results:** After being given progressive muscle relaxation therapy for 3 days, the results were obtained that there was an increase in the patient's self-control of violent behavior from the results of observation of aggressive/tantrimal behavior, loud noises and squeaky sounds from moderately increasing to decreasing. **Conclusion:** Self-control was improved in Mr. R patient with the administration of progressive muscle relaxation therapy for 3 days. **Suggestion:** Nurses can perform progressive muscle relaxation therapy to improve self-control in patients with violent behavior.

Keywords: Violent Behavior, Progressive Muscle Relaxation, Self-Control

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN.....	vi
RIWAYAT HIDUP	viii
MOTTO.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
ABSTRAK	xii
ABSTRACT	xiii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Karya Tulis	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
A. Konsep Dasar Perilaku Kekerasan.....	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi.....	Error! Bookmark not defined.
2. Rentang respon.....	Error! Bookmark not defined.
3. Etiologi.....	Error! Bookmark not defined.
4. Faktor terjadinya perilaku kekerasan	Error! Bookmark not defined.
5. Manifestasi klinis	Error! Bookmark not defined.
6. Mekanisme koping.....	Error! Bookmark not defined.
7. Penatalaksanaan perilaku kekerasan	Error! Bookmark not defined.
B. Relaksasi Otot Progresif	Error! Bookmark not defined.

1. Tujuan Terapi Relaksasi Otot	Error! Bookmark not defined.
2. Indikasi.....	Error! Bookmark not defined.
3. Kontraindikasi.....	Error! Bookmark not defined.
4. SOP Teknik Relaksasi Otot Progresif.....	Error! Bookmark not defined.
C. Kontrol diri	Error! Bookmark not defined.
1. Kriteria hasil.....	Error! Bookmark not defined.
2. Aspek-aspek Kontrol Diri.....	Error! Bookmark not defined.
D. Konsep Asuhan Keperawatan	Error! Bookmark not defined.
1. Pengkajian keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.
2. Diagnosa keperawatan	Error! Bookmark not defined.
3. Intervensi keperawatan	Error! Bookmark not defined.
4. Implementasi keperawatan	Error! Bookmark not defined.
5. Evaluasi.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Desain Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
B. Subjek Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
C. Fokus Studi	Error! Bookmark not defined.
D. Definsi Operasional	Error! Bookmark not defined.
E. Tempat dan Waktu	Error! Bookmark not defined.
F. Metode Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
G. Penyajian Data.....	Error! Bookmark not defined.
H. Etika Studi Kasus.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN.....	Error! Bookmark not defined.
defined.	
A. Hasil Studi Kasus.....	Error! Bookmark not defined.
B. Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
C. Keterbatasan Dalam Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V PENUTUP	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR PUSTAKA **Error! Bookmark not defined.**
LAMPIRAN **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Relaksasi otot progresif	16
Gambar 2.2 Relaksasi otot progresif	17
Gambar 2.3 Relaksasi otot progresif	18
Gambar 2.4 Relaksasi otot progresif	19
Gambar 2.5 Relaksasi otot progresif	20

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Intervensi keperawatan	24
Tabel 3.1 Definisi operasional	28
Tabel 4.1 Hasil penelitian	37
Tabel 4.2 Pre dan post penerapan relaksasi otot progresif	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Informed Consent

Lampiran 2 Lembar Persetujuan Responden

Lampiran 3 Standar Operasional Prosedur Relaksasi Otot Progresif

Lampiran 4 Lembar Observasi

Lampiran 5 Lembar Evaluasi

Lampiran 6 Format Pengkajian Keperawatan Jiwa

Lampiran 7 Pengambilan Data Awal

Lampiran 8 Surat Izin Pengantar Penelitian

Lampiran 9 Surat Izin Penelitian

Lampiran 10 Dokumentasi Tindakan