

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan dengan judul Pengaruh Terapi Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tanda dan Gejala pada klien Perilaku Kekerasan di RSJ.Prof.HB.Saanin Padang, maka didapatkan kesimpulan :

1. Rerata tanda dan gejala perilaku kekerasan sebelum di berikan Terapi Relaksasi Nafas Dalam adalah sebesar 11,47 (38,23%) yang berada pada kategori intensif II (Sedang).
2. Rerata tanda dan gejala perilaku kekerasan setelah diberikan Terapi Relaksasi Nafas Dalam adalah sebesar 21,03 (70,1%), yang berada pada kategori intensif III (Ringan).
3. Terdapat pengaruh Terapi Relaksasi Nafas Dalam terhadap Penurunan Tanda dan Gejala pada Klien Perilaku Kekerasan di RSJ.Prof.HB.Saanin Padang Tahun 2025 dengan $p Value = 0,0000$.

B. SARAN

1. Bagi Institusi Rumah Sakit Jiwa Prof. HB. Saanin Padang
Diharapkan pihak RSJ Prof. HB. Saanin Padang dapat terus mendukung pelaksanaan terapi relaksasi napas dalam sebagai salah satu intervensi keperawatan rutin dalam penanganan klien dengan perilaku kekerasan. Disarankan perawat ruangan dapat menjaga suasana terapi yang tenang, memberikan perhatian dan dukungan psikologis selama terapi dan

melakukan evaluasi secara teratur setelah terapi untuk mengetahui hasil penurunan yang dicapai pada pasien, sehingga pelaksanaannya dapat berlangsung optimal, manfaatnya berkelanjutan, serta mendorong pasien untuk melanjutkan latihan secara mandiri setelah pulang.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan institusi pendidikan, khususnya program studi keperawatan, agar terapi relaksasi nafas dalam dimasukkan ke dalam pembelajaran keperawatan jiwa *non-farmakologis* serta diberikan pelatihan praktis kepada mahasiswa, sehingga lulusan memiliki keterampilan yang efektif dalam mengelola perilaku kekerasan di lahan praktik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan meneliti lebih dalam faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan terapi relaksasi napas dalam, seperti konsistensi pelaksanaan, suasana terapi, komunikasi, rasa percaya, serta perhatian dan dukungan psikologis pasien, agar intervensi bisa disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing pasien. Peneliti juga bisa mencoba menggabungkan terapi relaksasi napas dalam dengan intervensi lain, misalnya terapi musik atau terapi seni, untuk melihat apakah hasilnya lebih baik. Selain itu, penting melakukan evaluasi jangka panjang agar penurunan perilaku kekerasan tetap bertahan, dan menggunakan sampel yang lebih banyak dan beragam agar hasil penelitian bisa diterapkan secara lebih luas.