

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM
TERHADAP PENURUNAN TANDA DAN GEJALA
PADA KLIEN PERILAKU KEKERASAN DI RSJ
PROF.HB.SAANIN PADANG**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan
Strata 1 Keperawatan



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2025**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

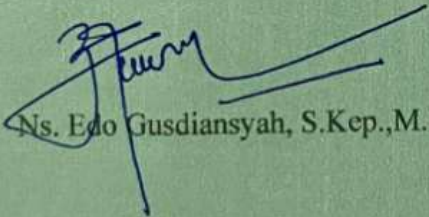
Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Areza Wulandari
NIM : 2114201105
Program Studi : S-1 Keperawatan
Judul : Pengaruh Terapi Relaksasi Nafas Dalam terhadap Penurunan
Tanda dan Gejala pada Klien Perilaku Kekerasan di
RSJ.Prof.HB.Saanin Padang

Telah berhasil diseminarkan dan dipertahankan dihadapan tim penguji seminar hasil
Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang.

Padang, Agustus 2025

Pembimbing I


Ns. Edo Gusdiansyah, S.Kep.,M.Kep

Pembimbing II


Ns. Diana Arianti, S.Kep.,M.Kep

Disahkan oleh
Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang



Ns. Syalvia Oresti, M.Kep.,Ph.D

PERNYATAAN PENGUJI

Pernyataan ini diajukan oleh

Nama : Areza Wulandari

Nim : 2114201105

Program Studi : S-1 Keperawatan

Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tanda dan Gejala pada Klien Perilaku Kekerasan di RSJ.Prof.HB.Saanin Padang

Telah berhasil dipertahankan di hadapan dewan penguji seminar hasil pada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

Padang, Agustus 2025

DEWAN PENGUJI

Pembimbing I

Ns. Edo Gusdiansyah, S.Kep.,M.Kep

Pembimbing II

Ns. Diana Arianti, S.Kep.,M.Kep

Penguji I

Ns. Amelia Susanti, S.Kep.,M.Kep.,Sp.Kep.J

Penguji II

Ns.Titi Purwani, S.Kep.,M.Kep

(.....)

(.....)

(.....)

(.....)

Disahkan Oleh

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang



Ns. Syalvia Orestia, M.Kep.,Ph.D

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI
Skripsi, Juli 2025

Areza Wulandari

Pengaruh Terapi Relaksasi Nafas Dalam terhadap Penurunan Tanda dan Gejala pada Klien Perilaku Kekerasan di RSJ Prof. HB. Saanin Padang
xvi + 61 halaman, 7 tabel, 5 gambar, 16 lampiran

ABSTRAK

Skizofrenia merupakan gangguan jiwa dengan angka kejadian cukup tinggi di Indonesia, khususnya di Sumatera Barat yang mencapai 19.147 kasus. Salah satu gejala positif Skizofrenia adalah perilaku kekerasan. Di RSJ Prof. HB. Saanin Padang, jumlah pasien dengan perilaku kekerasan masih cukup tinggi, yaitu 43 orang pada Maret 2025. Kondisi ini memerlukan intervensi yang efektif dan dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh terapi relaksasi napas dalam terhadap penurunan tanda dan gejala perilaku kekerasan.

Jenis penelitian ini adalah *pre-eksperimen* dengan desain *one group pretest-posttest*. Penelitian dilakukan di Ruang Merpati dan Flamboyan RSJ Prof. HB. Saanin Padang pada Februari–Agustus 2025. Populasi adalah seluruh pasien dengan perilaku kekerasan, dengan sampel 30 orang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Intervensi berupa terapi relaksasi napas dalam dilakukan tiga kali selama tiga hari berturut-turut, masing-masing 10 menit. Data dikumpulkan pada 3–9 Juli 2025 menggunakan kuesioner RUFA, lalu dianalisis dengan uji *Paired T-Test*.

Hasil penelitian menunjukkan skor tanda dan gejala perilaku kekerasan sebelum intervensi sebesar 11,47 (38,23%, intensif sedang). Setelah terapi, skor meningkat menjadi 21,03 (70,1%, intensif ringan). Selisih rerata skor adalah 9,56 (31,87%). Uji *Paired T-Test* menghasilkan *p-value* 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh signifikan terapi relaksasi napas dalam terhadap penurunan tanda dan gejala perilaku kekerasan.

Dapat disimpulkan bahwa terapi relaksasi napas dalam efektif menurunkan tanda dan gejala perilaku kekerasan pada pasien skizofrenia. Oleh karena itu, terapi ini direkomendasikan sebagai bagian dari perawatan rutin di RSJ Prof. HB. Saanin Padang. Perawat juga disarankan melakukan evaluasi teratur agar manfaatnya dapat dimaksimalkan dan berkelanjutan.

Daftar Bacaan: 30 (2015–2025)

Kata Kunci: Perilaku Kekerasan, Skizofrenia, Terapi Relaksasi Nafas Dalam

ALIFAH PADANG UNIVERSITY
FACULTY OF HEALTH AND INFORMATION TECHNOLOGY
Thesis, July 2025

Areza Wulandari

The Effect of Deep Breath Relaxation Therapy on the Reducing of Signs and Symptoms in Clients with Violent Behavior at RSJ Prof. HB. Saanin Padang
xvi + 61 pages, 7 tables, 5 figures, 16 appendices

ABSTRACT

Schizophrenia is a mental disorder with a high incidence rate in Indonesia, especially in West Sumatra which reached 19,147 cases. One of the positive symptoms of schizophrenia is violent behavior. In Prof. HB. Saanin Padang, the number of patients with violent behavior is still quite high, namely 43 people in March 2025. This condition requires effective interventions that can be carried out independently by patients. This study aims to determine the effect of deep breath relaxation therapy on reducing signs and symptoms of violent behavior.

This type of research is a pre-experiment with a one group pretest-posttest design. The research was conducted in the Merpati and Flamboyant Rooms of Prof. HB. Saanin Padang in February-August 2025. The population was all patients with violent behavior, with a sample of 30 people selected using purposive sampling technique. The intervention in the form of deep breath relaxation therapy was carried out three times for three consecutive days, 10 minutes each. Data were collected on July 3-9, 2025 using the RUFA questionnaire, then analyzed with the Paired T-Test test.

The results showed that the score of signs and symptoms of violent behavior before intervention was 11.47 (38.23%, moderate intensive). After therapy, the score increased to 21.03 (70.1%, mild intensive). The difference in mean score was 9.56 (31.87%). Paired T-Test test resulted in a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), which means there is a significant effect of deep breath relaxation therapy on reducing signs and symptoms of violent behavior.

It can be concluded that deep breath relaxation therapy effectively reduces signs and symptoms of violent behavior in schizophrenia patients. Therefore, this therapy is recommended as part of routine care at Prof. HB. Saanin Padang. Nurses are also advised to conduct regular evaluations so that the benefits can be maximized and sustained..

Reading List: 30 (2015–2025)

Keywords: Violent Behavior, Schizophrenia, Deep Breathing Relaxation Therapy