

Pekajangan Pekalongan, Indonesia

² Department of Nursing, Universitas Muhammadiyah

Pekajangan Pekalongan, Indonesia

³ Department of Nursing, Universitas Muhammadiyah

Pekajangan Pekalongan, Indonesia

aarifaulia78@yahoo.com

Abstract

Background: Mental health is a healthy emotional, psychological, and social condition that can be seen from satisfying interpersonal relationships, effective behavior and coping, positive self-concept, and emotional stability. physical form. predisposing factors that cause violent behavior include psychological, behavioral, socio-cultural, and bioneurological. **Objective:** to determine the ability to control anger in patients at risk of violent behavior in RJSJ Surakarta, **method:** research using case study methods carried out using evidence based practice applications (EBP). The respondents used were three people with the problem of risk of violent behavior. Data collection was carried out before and after the action. The case study was carried out in April 2022, **Results:** after using deep breathing relaxation techniques, patients who experience risk problems for violent behavior have the ability and can control anger, **Conclusion:** Based on the case review above about the Application of Deep Breath Relaxation Measures in Patients at Risk for Violent Behavior in RJSJ Surakarta , it can be concluded that there is a difference in controlling anger before and after deep breathing relaxation on controlling anger in schizophrenic clients. Clients are more able to control their emotions after being given deep breathing relaxation techniques

Keywords: *Risk of violent behavior, ability to control anger, deep breath relaxation*

PENERAPAN RELAKSASI NAFAS DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGONTROL MARAH PADA PASIEN RESIKO PERILAKU KEKERASAN DI RSJD SURAKARTA

Abstrak

Latar belakang: Kesehatan jiwa adalah suatu kondisi sehat emosional, psikologis, dan sosial yang terlihat dari hubungan interpersonal yang memuaskan, perilaku dan koping yang efektif, konsep diri yang positif, dan stabilan emosional. Perilaku kekerasan merupakan status rentang emosi dan ungkapan kemarahan yang dimanifestasikan dalam bentuk fisik. faktor predisposisi yang menyebabkan perilaku kekerasan antara lain, psikologis, perilaku, sosial budaya, dan bioneurologis. **Tujuan:** untuk mengetahui kemampuan mengontrol marah pada pasien resiko perilaku kekerasan di RJSJ Surakarta, **metode:** penelitian menggunakan metode studi kasus yang dilakukan menggunakan aplikasi *evidence based pratice* (EBP). Responden yang digunakan berjumlah tiga orang dengan masalah resiko perilaku kekerasan. Pengambilan data dilakukan sebelum dan sesudah tindakan. Studi kasus dilaksanakan pada bulan April 2022, **Hasil:** setelah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam pasien yang mengalami masalah resiko perilaku kekerasan mengalami kemampuan dan dapat mengontrol marah. **Simpulan:** Berdasarkan tinjauan kasus diatas tentang Penerapan Tindakan Relaksasi Nafas Dalam Pada Pasien Resiko Perilaku Kekerasan Di RJSJ Surakarta, maka dapat ditarik kesimpulan yang menunjukkan adanya perbedaan mengontrol marah sebelum dan sesudah dilakukan relaksasi nafas dalam terhadap mengontrol marah pada klien skizofrenia. Klien lebih bisa mengontrol emosi setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam

Kata kunci: *Resiko perilaku kekerasan, kemampuan mengontrol marah, relaksasi nafas dalam*
