

ABSTRAK

Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tanda dan Gejala Pasien Resiko Perilaku Kekerasan

Ribkhatur Rokhilah¹, Nurul Aktifah²

Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Resiko perilaku kekerasan merupakan salah satu respon individu terhadap stressor yang beresiko membahayakan diri sendiri, orang lain maupun lingkungan. Metode yang digunakan untuk mengurangi tanda gejala resiko perilaku kekerasan salah satunya adalah terapi relaksasi otot progresif. Tujuan Karya Tulis Ilmiah ini untuk mengetahui pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap tanda gejala pasien resiko perilaku kekerasan. Desain Karya Tulis Ilmiah ini adalah studi kasus. Subjek studi kasus terdiri dari dua responden resiko perilaku kekerasan di RPSBM Kota Pekalongan yang mendapat pengobatan teratur dengan tingkat kronik dan bersedia menjadi responden. Studi kasus ini dilakukan sehari sekali dalam 7 hari selama 25 menit dengan instrumen penelitian adalah lembar observasi tanda gejala resiko perilaku kekerasan dan SOP terapi relaksasi otot progresif. Hasil sebelum dilakukan terapi relaksasi otot progresif pada responden 1 yaitu 8 tanda gejala dan responden 2 yaitu 6 tanda gejala, setelah dilakukan terapi relaksasi otot progresif pada responden 1 menjadi 2 tanda gejala dan responden 2 menjadi 1 tanda gejala. Simpulan studi kasus ini adalah terapi relaksasi otot progresif dapat mengurangi tanda gejala pasien resiko perilaku kekerasan yaitu rasa marah dan kesal, ingin menyakiti diri sendiri dan orang lain, serta perubahan fisik yaitu mata melotot, tangan mengepal, rahang mengeras, tubuh kaku, bicara kasar dan ketus. Saran bagi tenaga kesehatan dapat menjadikan terapi relaksasi otot progresif sebagai salah satu terapi untuk mengurangi tanda gejala pasien resiko perilaku kekerasan.

Kata kunci : resiko perilaku kekerasan, terapi relaksasi otot progresif