



LEMBAR PENGESAHAN
Nomor: 190/LP-LPBK/VII/2026

Judul : Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Penurunan
Perilaku Kekerasan Dengan Instrumen PANSS-EC Pada Pasien
Dengan Perilaku Kekerasan Di RSJD Dr Amino Gondohutomo
Jawa Tengah
Nama : Ahmad Fauzan

Menerangkan bahwa abstrak dengan judul di atas telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Inggris oleh Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK), Universitas Muhammadiyah Pekalongan Pekalongan.

Pekalongan, 13 Juli 2026

Disahkan oleh,
Kepala Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK)



Aida Rusmiana, S.Kep., Ns., MAN

ABSTRAK

Ahmad Fauzan¹, Aisyah Dzil Kamalah², Titik Suerni³

Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Perilaku Kekerasan Dengan Instrumen PANSS-EC Pada Pasien Dengan Perilaku Kekerasan Di RSJD Dr Amino Gondohutomo Jawa Tengah

Latar Belakang: Perilaku kekerasan merupakan salah satu masalah yang sering muncul dari gangguan jiwa. Perilaku-perilaku pada pasien dengan resiko perilaku kekerasan pada umumnya adalah sama yaitu marah tanpa sebab baik dalam bentuk kekerasan fisik maupun dalam bahasa, emosi yang tidak terkontrol dan melamun. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu pasien adalah dengan teknik relaksasi Benson.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi benson terhadap penurunan perilaku kekerasan dengan instrumen PANSS EC pada pasien perilaku kekerasan di RSJD Dr Amino Gondohutomo Jawa Tengah.

Metode: Penelitian ini menggunakan studi kasus *evidence-based practice* (EBP). Responden dalam penelitian ini yaitu satu pasien dengan risiko perilaku kekerasan. Pengkajian dilakukan melalui wawancara observasi dan pengukuran tingkat kegelisahan menggunakan PANSS-EC (*Positive and Negative Syndrome Scale–Excited Component*). Intervensi diberikan selama tiga hari pagi hari dan sore hari.

Hasil: hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan skor PANSS-EC (*Positive and Negative Syndrome Scale–Excited Component*). Pada saat hari pertama pengukuran skor 16 dan hari terakhir pengukuran 12. Pasien lebih dapat bekerja sama, tenang dan kooperatif.

Simpulan: Terapi relaksasi benson dapat dijadikan alternative terapi nonfarmakologis untuk pasien dengan perilaku kekerasan sehingga membantu pasien lebih tenang.

Kata Kunci: *Terapi Relaksasi Benson, Panss-Ec, Risiko Perilaku Kekerasan*

ABSTRACT

Ahmad Fauzan¹, Aisyah Dzil Kamalah², Titik Suerni³

The Implementation of Benson Relaxation Therapy on Reducing Violent Behavior Using the PANSS-EC Instrument in Patients with Violent Behavior at Dr. Amino Gondohutomo Mental Hospital, Central Java

Background: Violent behavior is one of the problems that often arise from mental disorders. The behaviors of patients at risk of violent behavior are generally the same, encompasses anger without reason, either in the form of physical violence or in language, uncontrolled emotions and daydreaming. One of the non-pharmacological interventions that can be given to help patients is Benson Relaxation therapy.

Purpose: This study aims to identify the effect of implementation of Benson relaxation techniques on reducing violent behavior using the PANSS EC instrument in violent behavior patients at Dr. Amino Gondohutomo Mental Hospital, Central Java.

Method: The study is an implementation of an evidence-based practice (EBP) in nursing. The respondents in this study were one patient at risk of violent behavior. The assessment was conducted through observation interviews and measuring anxiety levels using the PANSS-EC (Positive and Negative Syndrome Scale–Excited Component). The intervention was given for three days in the morning and afternoon.

Results: The results of the study showed a decrease in the PANSS-EC (Positive and Negative Syndrome Scale–Excited Component) score. On the first day of measurement the score was 16 and on the last day of measurement it was 12. The patient are also more cooperative, calm and cooperative.

Conclusion: Benson relaxation therapy can be used as an alternative non-pharmacological therapy for patients with violent behavior, that may help patients be more tranquil.

Keywords: *Benson Relaxation Therapy, PANSS-EC, Violent Behaviors Risk*