

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Marah merupakan salah satu bentuk luapan seseorang baik secara lisan maupun perilaku seseorang, setiap individu pasti pernah mengalaminya dengan berbagai alasan, tetapi jika marah tidak dapat dikendalikan dengan tepat dan destruktif maka akan berpotensi menimbulkan masalah baru dalam keluarga dan hubungan interpersonal (Papu, 2003 dalam Widodo, 2009). Marah juga didefinisikan sebagai reaksi seseorang terhadap suatu hambatan yang menyebabkan gagalnya suatu usaha atau perbuatan. Marah yang ditimbulkan sering kali diiringi berbagai ekspresi perilaku. Perilaku marah tersebut lebih cenderung kearah negatif yang dapat menimbulkan masalah seperti menimbulkan perkelahian, percekocokan, dan permusuhan yang dapat melukai seseorang secara fisik maupun psikologis seseorang. Respon fisik yang timbul pada pasien yang terjadi antara lain muka merah, nadi cepat, gelisah, susah tidur, dan tangan mengepal. Menurut Duffy (2012) mengungkapkan bahwa marah suatu yang sangat normal dan merupakan perasaan yang sehat. Namun sangatlah penting untuk membedakan antara marah, agresi dan kekerasan yang sering kali disamakan. Marah merupakan potensi perilaku seseorang yakni emosi yang dirasakan dalam diri seseorang. Sedangkan agresi atau kekerasan merupakan perilaku yang muncul akibat

emosi tertentu, khususnya marah. Marah tidak harus berujung pada perilaku agresi, marah yang dikelola dengan baik akan memunculkan perilaku yang dapat diterima norma sosial seperti perilaku asertif, namun jika marah tidak mampu dikelola dengan baik, maka marah dapat berdampak munculnya suatu perilaku agresi atau kekerasan yang tidak diterima norma sosial.

Perilaku kekerasan merupakan upaya seseorang untuk menyentuh orang lain secara menakutkan, dengan memberikan kata-kata ancaman melukai tingkat ringan maupun paling berat melukai atau merusak secara sosial diekspresikan melalui perilaku amuk maupun dengan kekerasan lainnya, (Keliat, Budiana 2008).

Berdasarkan data dari RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang pada tahun 2011 didapatkan data bahwa jumlah pasien dengan gangguan jiwa yang dirawat diRSJ sebanyak 5.297 pasien, pada tahun 2012 sebanyak 8.454 pasien dan pada tahun 2013 sebanyak 7.346 pasien. Untuk jumlah pasien perilaku kekerasan sendiri mengalami peningkatan dalam 2 bulan terakhir pada tahun 2013, yaitu pada bulan November sebanyak 351 pasien, bulan desember sebanyak 356 pasien dan pada bulan januari 2014 mengalami peningkatan sebanyak 371 pasien (Penelitian Jurnal B. I. Widyastini, 2014).

Respon marah pada pasien dirumah sakit antara lain sulit untuk diajak berkomunikasi, sulit diatur, bahkan cenderung bersifat agresif seperti melawan perawat, marah atau amuk, membentak-bentak, mengacak-ngacak ruangan atau kamar, memukul-mukul pintu dan jendela kaca bahkan sampai

pecah, melempar barang atau benda disekitarnya. Disini perawat dituntut untuk siaga ketika berhadapan dengan pasien yang sedang marah. Apabila perawat kurang mampu mengontrol emosinya ketika berhadapan dengan pasien yang sedang marah maka dapat terjadi perilaku antisosial, salah satunya perilaku agresif. Indriasari (2007) mengemukakan bahwa seseorang dapat berperilaku agresif ketika mereka berada dalam kondisi diancam atau tidak aman bagi mereka.

Dari berbagai penelitian tehnik relaksasi nafas dalam ternyata efektif didalam memberikan suatu bentuk asuhan keperawatan, yang dalam hal ini perawat mengajarkan kepada pasien bagaimana cara melakukan nafas dalam dengan cara nafas lambat (menahan inspirasi secara maksimal) dan bagaimana menghembuskan nafas secara perlahan-lahan. Relaksasi nafas dalam dapat meningkatkan ventilasi alveoli, memelihara pertukaran gas, mencegah atelektasi paru, memberikan perasaan tenang, mengurangi rasa stress baik stress fisik maupun stress emosional. Relaksasi nafas dalam dapat menurunkan ketegangan dan memberikan ketenangan. Relaksasi nafas dalam dapat merangsang tubuh untuk melepaskan *opioid endogen* yaitu berupa senyawa *endhorphin* dan *ankefalin* yang dapat memperkuat daya tahan tubuh, menjaga sel otak tetap muda melawan penuaan, menurunkan agresifitas dalam hubungan antar manusia, meningkatkan semangat, memperkuat daya tahan tubuh, dan kreatifitas (Smeltzer dan Bare, 2002).

Menurut Zelianti (2011), pengaruh relaksasi nafas dalam terhadap pengendalian marah pasien dengan perilaku kekerasan, menunjukkan ada pengaruh yang signifikan antara teknik relaksasi nafas dalam terhadap pengendalian marah pasien dengan perilaku kekerasan di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. Amino Gundohutomo Semarang. Hasil penelitian tersebut membuktikan bahwa teknik relaksasi nafas dalam efektif untuk menurunkan keluhan fisik yang dialami oleh pasien marah dengan perilaku kekerasan. Berdasarkan hasil penelitian diatas, Penulis bahwasanya tertarik dan ingin mengangkat karya tulis ilmiah dengan judul “Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Pada Asuhan Keperawatan Klien Terhadap Pengendalian Marah Dengan Perilaku Kekerasan” karena ingin membuktikan manfaat teknik relaksasi nafas dalam untuk mengontrol marah pada pasien perilaku kekerasan.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh relaksasi nafas dalam dapat mengendalikan perilaku kekerasan pada pasien?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap pengendalian marah pada pasien dengan perilaku kekerasan.

2. Tujuan Khusus

- a. Menuliskan hasil pengkajian keperawatan pada pasien marah dengan perilaku kekerasan.
- b. Menuliskan hasil penyusunan diagnosa pada pasien marah dengan perilaku kekerasan.
- c. Melakukan penyusunan perencanaan keperawatan pada pasien perilaku kekerasan dengan menggunakan tehnik relaksasi nafas dalam.
- d. Melakukan panyusunan implementasi keperawatan pada pasien perilaku kekerasan dengan menggunakan tehnik relaksasi nafas dalam.
- e. Melakukan penyusunan evaluasi pada pasien perilaku kekerasan dengan menggunakan tehnik relaksasi nafas dalam.

D. Hipotesis

Ada pengaruh tehnik relaksasi nafas dalam terhadap pengendalian marah pada prilaku kekerasan klien.

E. Manfaat Penulisan Karya Tulis Ilmiah

1. Bagi Penulis

Yaitu untuk menambah pengetahuan dan wawasan penulis tentang teknik relaksasi nafas dalam pada pasien marah dengan perilaku kekerasan.

2. Bagi Institusi

Yaitu sebagai bahan perbandingan dan bacaan serta dapat dijadikan referensi bagi pihak lain yang ingin melakukan penelitian atau penyusunan karya tulis ilmiah.

3. Bagi Rumah Sakit

Sebagai bahan masukan dalam meningkatkan mutu pelayanan perawatan, khususnya pada pasien marah dengan perilaku kekerasan.

4. Bagi Pasien

Untuk meningkatkan kemampuan pasien dalam mengontrol emosinya pada saat marah.