

**ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN TERAPI RELAKSASI
NAFAS DALAM KOMBINASI DENGAN AROMATERAPI
LAVENDER PADA PASIEN RESIKO PERILAKU
KEKERASAN DI RSJ ISLAM KLENDER**

**FAZRILA TEGAR AKBAR
221FK08106**

Program Studi DIII Keperawatan, Fakultas Keperawatan
Universitas Bhakti Kencana Jakarta

ABSTRAK

Risiko perilaku kekerasan merupakan salah satu masalah utama dalam keperawatan jiwa yang dapat membahayakan pasien, orang lain, dan lingkungan sekitar. Data dari Rumah Sakit Jiwa (RSJ) Islam Klender menunjukkan tren peningkatan kasus perilaku kekerasan secara berkelanjutan dengan jumlah pasien yang dirawat meningkat dari 110 orang pada tahun 2021 menjadi 237 orang pada tahun 2024. Tingginya angka ini menunjukkan perlunya intervensi non-farmakologis yang efektif. Studi kasus ini bertujuan untuk menerapkan dan menggambarkan efektivitas asuhan keperawatan melalui intervensi kombinasi terapi relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender untuk menurunkan risiko perilaku kekerasan. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan yang dilaksanakan selama tujuh hari pada periode Mei-Juni 2025 di RSJ Islam Klender. Subjek penelitian terdiri dari dua pasien dengan diagnosis risiko perilaku kekerasan yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Untuk pengumpulan data menggunakan instrumen asuhan keperawatan jiwa. Intervensi berupa kombinasi terapi relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender diberikan secara rutin. Tingkat risiko perilaku kekerasan diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan kuesioner *Risk for Violence Assessment (RUFA) Scale* untuk mengevaluasi perubahan secara kuantitatif. Hasil studi kasus menunjukkan adanya penurunan tingkat risiko perilaku kekerasan pada kedua pasien setelah tujuh hari intervensi. Skor RUFA pada Pasien I menurun dari 8 (kategori risiko sedang) menjadi 1 (kategori risiko rendah). Pada Pasien II skor juga mengalami penurunan dari 7 (kategori risiko sedang) menjadi 1 (kategori risiko rendah). Secara kualitatif, kedua pasien juga menunjukkan perubahan positif seperti mampu mengontrol emosi dengan lebih baik, tampak lebih tenang, dan bersikap kooperatif terhadap lingkungan sekitar. Kesimpulan kombinasi antara teknik napas dalam dan aromaterapi lavender menghasilkan efek sinergis, di mana relaksasi fisiologis dan efek neuropsikologis terjadi secara bersamaan. Pendekatan ini dinilai efektif dalam menurunkan gejala kecemasan, kemarahan, dan agitasi pada pasien dengan risiko kekerasan. Terapi ini dapat direkomendasikan sebagai intervensi komplementer yang aman dan bermanfaat dalam asuhan keperawatan jiwa.

Kata Kunci: Relaksasi Napas Dalam, Aromaterapi Lavender, Perilaku Kekerasan.

**NURSING CARE WITH DEEP BREATHING RELAXATION THERAPY
COMBINED WITH LAVENDER AROMATHERAPY IN PATIENTS
AT RISK OF VIOLENT BEHAVIOR AT RSJ ISLAM KLENDER**

**FAZRILA TEGAR AKBAR
221FK08016**

*Department of Nursing, Faculty of Nursing,
Bhakti Kencana Jakarta University*

ABSTRACT

The risk of violent behavior is one of the major issues in psychiatric nursing that can endanger patients, others, and the surrounding environment. Data from Klender Islamic Mental Hospital (RSJ Islam Klender) show a continuous increase in cases of violent behavior, with the number of hospitalized patients rising from 110 in 2021 to 237 in 2024. This high figure indicates the urgent need for effective non-pharmacological interventions. This case study aims to implement and describe the effectiveness of nursing care through a combination of deep breathing relaxation therapy and lavender aromatherapy to reduce the risk of violent behavior. The research employed a case study method with a nursing process approach conducted over seven days during the May–June 2025 period at RSJ Islam Klender. The study subjects consisted of two patients diagnosed with a risk of violent behavior, selected using purposive sampling. Data were collected using psychiatric nursing care instruments. The intervention, combining deep breathing relaxation and lavender aromatherapy, was administered routinely. The level of risk for violent behavior was measured before and after the intervention using the Risk for Violence Assessment (RUFA) Scale to evaluate quantitative changes. The results showed a decrease in the level of violent behavior risk in both patients after seven days of intervention. The RUFA score for Patient I decreased from 8 (moderate risk) to 1 (low risk), and for Patient II, from 7 (moderate risk) to 1 (low risk). Qualitatively, both patients also demonstrated positive changes, such as better emotional control, appearing calmer, and being more cooperative with their surroundings. In conclusion, the combination of deep breathing techniques and lavender aromatherapy produced a synergistic effect, simultaneously providing physiological relaxation and neuropsychological benefits. This approach is considered effective in reducing symptoms of anxiety, anger, and agitation in patients at risk of violence and is recommended as a safe and beneficial complementary intervention in psychiatric nursing care.

Keywords: *Deep Breathing Relaxation, Lavender Aromatherapy, Violent Behavior.*