DAFTAR PUSTAKA

Ananda, F., *et al.* (2024). Analisis perilaku kekerasan pada peserta didik di SMA. *Education: Scientific Journal of Education, 2*, 1–10.

Arifiani, J. P., & Dwi, F. (2021). Penerapan terapi relaksasi otot progresif untuk menurunkan tekanan darah. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, 1*(2), 585–589.

Azhari, S. H. (2023). *Penyakit skizofrenia: Faktor penyebab, gejala klinis, diagnosis, penanganan, dan pendekatan rehabilitasi sosial.* Central Publisher, *1*, 274–288.

Azizah, C. O., *et al.* (2021). Implementation of progressive muscle relaxation techniques on blood pressure of hypertension patients. *Jurnal Cendikia Muda*, *1*(4), 502–511.

Basri, M., *et al.* (2022). Relaksasi otot progresif menurunkan tekanan darah pasien hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, *11*, 455–464.

Dehpour, A. A., *et al.* (2009). Antioxidant activity of the methanol extract of *Ferula assafoetida* and its essential oil composition. *Grasas y Aceites*, *60*(4), 405–412.

Ji, Z., *et al.* (2025). Cognitive impairment and its influencing factors in patients with stable schizophrenia on regular medication: A real-world clinical study. *BMC Psychiatry*, *25*(1).

Kansal, S., & Arun, P. (2021). To compare the effect of self-guided relaxation and progressive muscular relaxation in reducing anxiety symptoms in psychiatric disorders. *Delhi Psychiatry Journal*, *23*(2).

Kasmiati, *et al.* (2021). Faktor-Faktor yang Menyebabkan Duplikasi Nomor Rekam Medis di Puskesmas Rampal Celaket. *Jurnal kesehatan poltekkes semarang*, *32*(3), 167–186.

Khoirunnisa, S., Susanti, R. N., & Wulandari, T. S. (2025). Efektivitas terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan risiko perilaku kekerasan pada skizofrenia. *Medic Nutricia: Journal Ilmu Kesehatan,* 18(2), 1–10.

Mailyn, Y. A., & Zulaikha, A. (2025). Terapi psikososial pada skizofrenia. *Galenical: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, *4*(1), 70–82.

Manurung, J., & Pardede, J. A. (2022). Mental nursing care management with delusion of greatness problems in schizophrenic patients: A case study. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, *1*, 1–46.

Maulina, R., *et al.* (2024). Analisis faktor penyebab agresivitas siswa sekolah dasar. *Psycho Aksara: Jurnal Psikologi*, *2*(2), 88–94.

Mega Utami, A., & Kusumawati, M. W. (2024). Penerapan terapi relaksasi otot progresif terhadap tanda dan gejala pasien risiko perilaku kekerasan. Program Studi Profesi Ners Universitas Kusuma Husada Surakarta, 1–7.

Muthi, A. P., *et al.* (2023). Analisis asuhan keperawatan pada pasien skizofrenia. *Indonesian Journal of Nursing Research*, *6*(2), 83–89.

Nathasya, H. (2024). [Judul artikel tidak tersedia]. *Edu Research Indonesian Institute for Corporate Learning and Studies (IICLS)*, *5*(1), 70–80.

Pardede, J. A. (2020). Gejala risiko perilaku kekerasan menurun setelah diberikan progressive muscle relaxation therapy pada pasien skizofrenia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, *3*(2), 91–100. https://www.journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/view/534/318

Pina, D., *et al.* (2022). Influence of attitudes toward violence and motor impulsiveness on violent behavior of adolescents at school. *Forensic Sciences*, *2*(1), 253–261. https://doi.org/10.3390/forensicsci2010019

Purwito, H., *et al.* (2025). Hubungan peran keluarga dengan kualitas hidup penderita skizofrenia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, *12*(2), 158–167. https://doi.org/10.55500/jikr.v12i2.288

Ramadita, C., & Putra, R. S. (2025). Pengaruh progressive muscle relaxation therapy terhadap perilaku kekerasan pada pasien skizofrenia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, *4*(1), 5358–5365. https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.2597

Rokhilah, R., & Aktifah, N. (2022). Penerapan terapi relaksasi otot progresif terhadap tanda dan gejala pasien risiko perilaku kekerasan. *Prosiding 16th Urecol Seri MIPA dan Kesehatan*, 1384–1388.

Stuart, G. W. (2021). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing (11th ed.). Elsevier*.

Sulandari, D., *et al.* (2021). Terapi relaksasi otot progresif terhadap kecemasan pada lansia rentan terpapar COVID-19. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*, 1292–1306.

Tukatman, A. D. P., & Katuuk, H. M. (2023). *Asuhan keperawatan pada pasien dengan isolasi sosial*.

Widianti, E., *et al.* (2017). Aplikasi terapi spesialis keperawatan jiwa pada pasien skizofrenia dengan harga diri rendah kronis. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, *3*(1), 83. https://doi.org/10.17509/jpki.v3i1.7489

Widiya. (2023). Penerapan terapi relaksasi otot progresif dalam mengatasi risiko perilaku kekerasan pada pasien skizofrenia di RSKL Soeprapto Provinsi Bengkulu.

Witriyani. (2025). Effectiveness of progressive muscle relaxation in reducing insomnia severity among older adults. *Informasi dan Promosi Kesehatan*, *4*(1), 35–46. https://doi.org/10.58439/ipk.v4i1.368

Yuliana, A. R., *et al.* (2022). Penerapan terapi mindfulness dalam menurunkan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, *11*(2), 154. https://doi.org/10.31596/jcu.v11i2.1117

Zainuddin, A., *et al.* (2024). Penerapan de-eskalasi verbal terhadap penurunan respon marah pada pasien dengan perilaku kekerasan. *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*, *8*(2), 1987–1991.

Lampiran 1 lembar kuisioner penerapan teknik relaksasi otot progresif

LEMBAR KUISIONER PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF DALAM MENURUNKAN PERILAKU KEKERASAN PADA PASIEN SKIZOFRENIA

No	**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)** **TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP PENURUNAN PERILAKU KEKERASAN**	
1.	**PENGERTIAN**	Relaksasi otot progresif merupakan suatu teknik terapi nonfarmakologis yang dilakukan dengan cara menegangkan dan melemaskan kelompok otot tertentu secara sistematis dan berurutan, dengan tujuan mencapai kondisi relaksasi fisik dan psikologis yang optimal.
2.	**TUJUAN**	Memberikan pedoman pelaksanaan terapi relaksasi otot progresif sebagai intervensi keperawatan untuk menurunkan perilaku kekerasan pada pasien gangguan jiwa.
3.	**INDIKASI**	1. Pasien gangguan jiwa dengan kecenderungan agresif atau kekerasan verbal/fisik 2. Pasien dengan kecemasan dan ketegangan otot tinggi 3. Pasien dalam program rehabilitasi perilaku
4.	**KONTRAINDIKASI**	1. Pasien dalam kondisi agitasi berat/psikotik aktif 2. Pasien dengan gangguan jantung atau pernapasan berat 3. Pasien yang tidak mampu mengikuti instruksi verbal 4. Pasien dengan cedera muskuloskeletal akut
5.	**PERALATAN**	1. Matras atau kursi yang nyaman 2. Ruangan tenang 3. Stopwatch atau jam tangan 4. Lembar evaluasi harian pasien
6.	**PRA INTERAKSI**	1. Periksa catatan medis dan catatan keperawatan pasien 2. Menyiapkan lingkungan yang aman, monitor adanya benda yang berpotensi membahayakan (misalnya, benda tajam, tali)

7.	**ORIENTASI**	1. Salam terapeutik a) Perawat mengucapkan salam b) Perkenalkan nama dan tanyakan nama panggilan klien 2. Evaluasi dan validasi a) Menanyakan perasaan klien saat ini b) Menanyakan masalah yang di rasakan 3. Kontrak a) Perawat menjelaskan jenis terapi dan waktunya b) Perawat menjelaskan tujuan terapi relaksasi c) Perawat menjelaskan aturan kegiatan
8.	**KERJA**	1. Lakukan pendekatan terapeutik kepada pasien dan ciptakan suasana tenang. 2. Minta pasien duduk atau berbaring dalam posisi rileks, 3. Instruksikan untuk menutup mata dan fokus pada pernapasan. 4. Tarik napas perlahan 3 hitungan, tahan 3 hitungan, buang napas 3 hitungan, ulangi 3–5 kali hingga pasien lebih rileks 5. Mulai latihan relaksasi otot progresif dari kepala ke kaki atau sebaliknya secara sistematis: a) Otot dahi dan mata: Menyengitkan dahi dan alis selama ±10 detik, kemudian melepskannya perlahan b) Otot sekitar pipi : Gembungkan pipi hingga otot-otot pipi terasa tegang,lalu lemaskan perlahan dengan cara menghembuskan nafas c) Otot sekitar mulut: Muncungkan bibir ke arah depan hingga merasakann ketegangan diarea mulut kemudian lemaskan mulut dan bibir secara perlahan d) Otot rahang dan mulut : Mengatupkan mulut sambil menggigit gigi sambil tarik lidah kebelakang lalu lemaskan mulut secara perlahan e) Otot leher belakang : Menekan kepala ke arah punggung hingga otot leher menegang, lalu dilemaskan. dan rilekskan.

		f) Otot leher depan: Menundukkan dagu ke arah dada sampai terasa tegang, kemudian dilepas. g) Otot bahu : Mengangkat kedua bahu kearah telinga setinggi-tingginya,lemaskan kemudian turunkan kedua bahu secara perlahan h) Otot tanga : Genggam tangan kiri dan kanan membut kepalan lalu kepalan ini di genggam semakin kuat lalu lepaskan kepalan secara perlahan i) Otot tangan belakang : Tekukkan kedua pergelangan tangan kebelakang secara perlahan, jari-jari menghadap kelangit-langit lalu lemaskan kedua tangan secara perlahan j) Otot bisep : Genggam kedua tangan sehingga membentuk kepalan lalu membawa kepalan tesebut kearah pundak selanjutnya lemaskan dan turunkan kedua tangan secara perlahan k) Otot punggung : Busungkan dada dan lengkungkan punggung ke belakang,tahan selama 10 detik selanjutnya lemaskan punggung l) Otot perut : Menarik perut ke arah dalam sekuat-kuatnya tahan selama 10 detik lalu kempiskan perut secara pelahan m) Otot kaki : Menarik kedua telapak kaki kearah dalam dan kedua tangan berusaha menggapai ibu jari sehingga terasa ketegangan di kedua betis selanjutnya lemaskan kedua kaki secara perlahan 6. Instruksikan pasien untuk merasakan perbedaan antara otot yang tegang dan yang relaks selama latihan. 7. Berikan pujian atau penguatan positif setelah setiap sesi untuk meningkatkan motivasi pasien. 8. Durasi terapi dilakukan selama ±15–20 menit.

9	**TERMINASI**	1. Tanyakan perasaan pasien setelah sesi selesai (misalnya: "Bagaimana perasaan Anda sekarang?"). 2. Catat perubahan perilaku pasien menggunakan skala MOAS. 3. Dokumentasikan hasil terapi dalam lembar observasi harian (termasuk skor, respons, dan catatan penting)

Lampiran 2 surat permohonan menjadi responden

SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maynika Agreetiffany Tafonao

Nim : P07520123019

Status : Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Keperawatan Medan

Dengan ini mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu untuk bersedia menjadi responden penelitian yang akan saya lakukan dengan judul ”Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Menrunkan Perilaku Kekerasan Pada Pasien Skizofrenia Di Rsj. Prof. Dr. M. Ildrem Medan’’

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perubahan agresivitas sebelum dan sesudah dilakukan terapi relaksasi otot progresif.

Keikutsertaan Bapak/Ibu dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tanpa paksaan. Peneliti menjamin bahwa penelitian ini tidak akan menimbulkan kerugian pada Bapak/Ibu sebagai responden. Penelitian ini diharapkan dapat mengontrol agresivitas pasien dengan perilaku kekerasan. Peneliti sangat menghargai hak Bapak/Ibu sebagai responden. Peneliti menjaga kerahasiaan identitas atau informasi yang Bapak/Ibu berikan.

Demikian surat permohonan ini peneliti buat, atas kesediaan dan kerja sama Bapak/Ibu peneliti mengucapkan terimakasih.

Medan, 22 April 2026



Maynika Agreetiffany Tafonao

Lampiran 3 surat pernyataan bersedia berpartisipasi sebagai responden

SURAT PERNYATAAN BERSEDIA BERPARTISIPASI SEBAGAI RESPONDEN DALAM PENELITIAN

Yang bertandatangan di bawah ini

Nama :Ny. S

Usia : 40 tahun

Jenis kelamin :perempuan

Pekerjaan : Ibu rumah tangga

Pendidikan : SMP

Setelah membaca surat permohonan dan mendapatkan penjelasan dari peneliti dengan ini saya bersedia berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian yang berjudul " Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progesif Dalam Menurunkan Perilaku Kekerasan Pada Pasien Skizofrenia Di Rsj Prof. Dr M Ildrem Medan " saya percaya peneliti akan menjaga kerahasiaan saya sebagai responden. Keikut sertaan saya sakam penelitian ini tidak ada unsur paksa dari pihak manapun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk di gunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 22 April 2026

Responden

Ny

SURAT PERNYATAAN BERSEDIA BERPARTISIPASI SEBAGAI RESPONDEN DALAM PENELITIAN

Yang bertandatangan di bawah ini

Nama : Ny. Y

Usia : 36 tahun

Jenis kelamin : Perempuan

Pekerjaan : Ibu rumah tangga

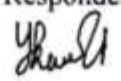
Pendidikan : SMA

Setelah membaca surat permohonan dan mendapatkan penjelasan dari peneliti dengan ini saya bersedia berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian yang berjudul " Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progesif Dalam Menurunkan Perilaku Kekerasan Pada Pasien Skizofrenia Di Rsj Prof. Dr M Ildrem Medan " saya percaya peneliti akan menjaga kerahasiaan saya sebagai responden. Keikut sertaan saya sakam penelitian ini tidak ada unsur paksa dari pihak manapun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk di gunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 22 April 2026

Responden



Lampiran 4 lembar kuisioner identitas responden

LEMBAR KUISIONER IDENTITAS RESPONDEN I

Inisial : Ny. S

Umur :
- ☐ 10 – 20 tahun
- ☐ 21 – 30 tahun
- ■ 31 – 40 tahun
- ☐ 41 – 50 tahun
- ☐ 51 – 60 tahun
- ☐ > 60 tahun

Jenis kelamin :
- ☐ laki-laki
- ■ Perempuan

Pendidikan :
- ☐ Tidak Sekolah
- ☐ SD
- ■ SMP
- ☐ SMA
- ☐ Sarjana (S1)
- ☐ Lainnya

Pekerjaan :
- ☐ Tidak bekerja
- ☐ Wiraswasta
- ☐ Buruh
- ☐ Petani
- ☐ Bidang jasa
- ■ Ibu rumah tangga

,LEMBAR KUISIONER IDENTITAS RESPONDEN II

Inisial : Ny.Y

Umur :
- ☐ 10 – 20 tahun
- ☐ 21 – 30 tahun
- ■ 31 – 40 tahun
- ☐ 41 – 50 tahun
- ☐ 51 – 60 tahun
- ☐ > 60 tahun

Jenis kelamin :
- ☐ laki-laki
- ■ Perempuan

Pendidikan :
- ☐ Tidak Sekolah
- ☐ SD
- ■ SMP
- ☐ SMA
- ☐ Sarjana (S1)
- ☐ Lainnya

Pekerjaan :
- ☐ Tidak bekerja
- ☐ Wiraswasta
- ☐ Buruh
- ☐ Petani
- ☐ Bidang jasa
- ■ Ibu rumah tangga

Lampiran 5 lembar observasi dan wawancara perilaku kekerasan MOAS

LEMBAR OBSERVASI DAN WAWANCARA PERILAKU KEKERASAN (MOAS)

A. Lembar Wawancara Klien I (Ny. S)

No	Jenis Agresi	Pertanyaan	Ya/Tidak	Skor	Bobot
1	Agresi Verbal	Apakah Anda sering berbicara dengan nada tinggi, marah-marah, atau mengancam?	Ya	2	1
2	Agresi terhadap Objek/Fasilitas	Apakah Anda pernah melempar atau merusak barang saat emosi?	Ya	1	2
3	Agresi terhadap Diri Sendiri	Apakah anda pernah menyakiti diri sendiri saat marah?	Ya	2	3
4	Agresi terhadap Orang Lain	Apakah Anda pernah menyerang atau mencoba melukai orang lain saat emosi ?	Ya	2	4
5	TOTAL	**7**			

B. Lembar Skor MOAS (*Modified Overt Aggression Scale*)

Intruksi :

1. Observasi dilakukan sebelum dan sesudah PMR
2. Skor 0-4 diberikan sesuai tingkat keparahan tiap jenis agresi
3. Skor tertimbang dihitung dengan bobot sesuai kategori

No	Jenis Agresi	Skor (0–4)	Bobot	Skor Tertimbang	Keterengan
1.	Agresi Verbal	2	X1	2	Membentak, megancam, berteriak,berkata kasar
2.	Agresi Terhadap Objek/Fasilitas	1	X2	2	Melempar, memukul, merusak barang
3.	Agresi terhadap diri sendiri	2	X3	6	Membenturkan kepala, memukul diri, melukai diri
4.	Agresi Terhadap Orang Lain	2	X4	6	Menendang, memukul, menggigit, menyuerang secara fisik

Skor MOAS sebelum PMR 18

Skor MOAS setelah PMR 7

C. Respon Terhadap Intervensi (ROP)

NO	Parameter	Ya	Tidak	Uraian
1.	Menunjukkan relaksasi fisik setelah selesai sesi	✓		Pasien tampak lebih rileks dan tenang
2.	Terlihat penurunan agitasi emosional	✓		Kemarahan dan ketegangan berkurang
3.	Dapat mengikuti intruksi relaksasi	✓		Mengikuti seluruh tahapan PMR
4.	Terjadi penurunan perilaku kekerasan (bandingkan skor MOAS & Catatan observasi)	✓		Skor MOAS turun dari 18 menjadi 7

D. Evaluasi Perubahan Perilaku Kekerasan

No	Hari ke-	Skor MOAS	Observasi Perubahan Perilaku Kekerasan
1.	Hari ke-1/hari pertama sebelum dilakukan PMR	18	Ny. S tampak mudah tersinggung, berbicara dengan nada tinggi, ekspresi wajah tegang, dan masih menunjukkan dorongan marah yang kuat
2	Hari ke-2/hari kedua saat dilakukan PMR	18	Ny. S masih menunjukkan tanda-tanda kemarahan,namun mulai mampu mengikuti arahan saat melakukan latihan relaksasi otot progresif
3	Hari ke-3/hari ketiga saat dilakukan PMR	17	Intensitatas kemarahan mulai berkurang, klien lebih kooperatif selama interaksi dan tidak menunjukkan peilak mengancam
4	Hari ke-4/hari keempat saat dilakukan PMR	15	Klien tampak lebih tenang, mampu mengendalika emosiketika menghadapi situasi yang memicu kemarahan
5	Hari ke-5/hari kelima saat dilakukan PMR	13	Frekuensi perilaku agresif menurun,klien mulai mampu mengungkapkan perasaan secara verbal tanpa marah berlebihan
6	Hari ke-6/hari keenam saat dilakukan PMR	11	Klien menunjukkan kontrol emosi yang lebih baik,komunikasi lebih terarah,dan tidak tampak perilaku agresif
7	Hari ke-7/hari terakhir setelah dilakukan PMR	7	Klien tampak tenang dan mampu menerapkan teknik relaksi secara mandiri

A. Lembar Wawancara Klien II (Ny. Y)

No	Jenis Agresi	Pertanyaan	Ya/Tidak	Skor	Bobot

1	Agresi Verbal	Apakah Anda sering berbicara dengan nada tinggi, marah-marah, atau mengancam?	Ya	2	1
2	Agresi terhadap Objek/Fasilitas	Apakah Anda pernah melempar atau merusak barang saat emosi?	Ya	1	2
3	Agresi terhadap Diri Sendiri	Apakah anda pernah menyakiti diri sendiri saat marah?	Ya	`1	3
4	Agresi terhadap Orang Lain	Apakah Anda pernah menyerang atau mencoba melukai orang lain saat emosi ?	Ya	2	4
5	TOTAL	6			

E. Lembar Skor MOAS (*Modified Overt Aggression Scale*)

Intruksi :

4. Observasi dilakukan sebelum dan sesudah PMR
5. Skor 0-4 diberikan sesuai tingkat keparahan tiap jenis agresi
6. Skor tertimbang dihitung dengan bobot sesuai kategori

No	Jenis Agresi	Skor (0–4)	Bobot	Skor Tertimbang	Keterengan
1.	Agresi Verbal	3	X1	3	Membentak, megancam, berteriak,berkata kasar

2.	Agresi Terhadap Objek/Fasilitas	1	X2	2	Melempar, memukul, merusak barang
3.	Agresi terhadap diri sendiri	1	X3	3	Membenturkan kepala, memukul diri, melukai diri
4.	Agresi Terhadap Orang Lain	2	X4	8	Menendang, memukul, menggigit, menyuerang secara fisik

Skor MOAS sebelum PMR 16

Skor MOAS setelah PMR 6

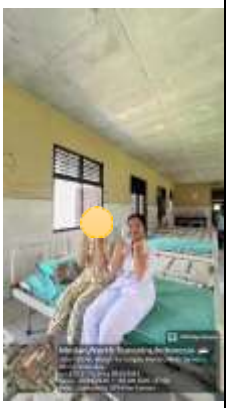
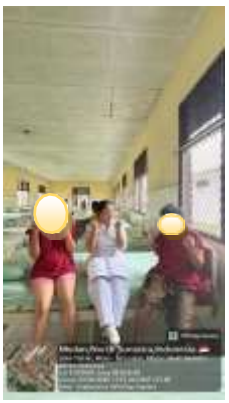
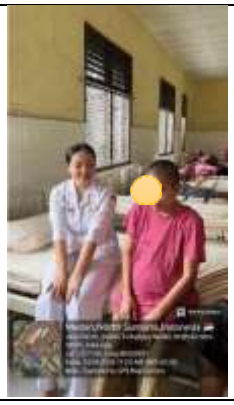
F. Respon Terhadap Intervensi (ROP)

NO	Parameter	Ya	Tidak	Uraian
1.	Menunjukkan relaksasi fisik setelah selesai sesi	✓		Pasien tampak lebih rileks
2.	Terlihat penurunan agitasi emosional	✓		Kemarahan dan ketegangan berkurang
3.	Dapat mengikuti intruksi relaksasi	✓		Mengikuti seluruh tahapan PMR
4.	Terjadi penurunan perilaku kekerasan (bandingkan skor MOAS & Catatan observasi)	✓		Skor MOAS turun dari 16 menjadi 6

G. Evaluasi Perubahan Perilaku Kekerasan

No	Hari ke-	Skor MOAS	Observasi Perubahan Perilaku Kekerasan
1.	Hari ke-1/hari pertama sebelum dilakukan PMR	16	Klien tampak gelisah,mudah marah dan sering menunjukkan ekspresi tidak senang saat berinteraksi dengan orang lain
2	Hari ke-2/hari kedua saat dilakukan PMR	16	Klien mulai mampu mengikuti latihan relaksasi, meskipun terlihat tegang pada situasi tertentu
3	Hari ke-3/hari ketiga saat dilakukan PMR	15	Klien menunjukkan penurunan respon marah,lebih mudah diajak berkomunikasi,dan mulai kooperatif
4	Hari ke-4/hari keempat saat dilakukan PMR	14	Klen tampk lebih rileks,mampu mengontol emosi,dan tidak menunjukkan perilak mengancam
5	Hari ke-5/hari kelima saat dilakukan PMR	12	Klien dapat menyampaikan keinginannya dengan cara yang lebih baik tanpa disertai ledakan emosi
6	Hari ke-6/hari keenam saat dilakukan PMR	10	Klien terlihat lebih stabil secara emosional,aktif mengikuti kegiatan,dan mampu mengendalikan kemarahan
7	Hari ke-7/hari terakhir setelah dilakukan PMR	7	Klien tampak lebih tenang,dan tidak menunjukkan tandatanda agrevitas selama observasi

Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian

No	Pre	Pos
1	 	 
2		
3	 	 
4		

5		
6		
7		

Lampiran 7 surat izin survei awal

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20136
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

Medan, 07 November 2025

Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/2020.6/2025
Lampiran : 1 (Satu) Halaman
Perihal : Izin Survey Awal

Kepada Yth:

Direktur RSJ Prof. Dr. Muhammad Ildrem

di-
Tempat

Dengan Hormat :

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan bahwa Mahasiswa Tkt. III TA. 2025 – 2026 diwajibkan menyusun Karya Tulis Ilmiah di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Survey Awal di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	Maynika Agreetiffany Tafonao	P07520123019	Penerapan Terapi Otot Progresif Dalam Menurunkan Kekerasan Pada Pasien Skizofrenia di RSJ Prof. Dr. Muhammad Ildrem

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan

Dr.Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep,Ns, M.Kes
NIP. 197703162002122001

Lampiran 8 surat balasan izin survei awal

PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
UPTD. KHUSUS
RUMAH SAKIT JIWA PROF. DR. M. ILDREM
Jalan Tali Air Nomor 21 – Medan 20141
Website: rsj.sumutprof.go.id

Medan, 19 November 2025

Nomor : 423.4/3453 /RSJ/XI/2025
Lampiran : 1 (satu) lembar
Perihal : Izin Survey Awal

Yth.
Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
di
Tempat

Sehubungan dengan surat saudara Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/2020.b/2025 tanggal 07 November 2025 perihal Izin Survey Awal bagi Mahasiswa Tingkat III TA. 2025 - 2026 Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan di UPTD Khusus RSJ Prof. Dr. Muhammad Ildrem Provinsi Sumatera Utara atas nama sebagai berikut :

No	NAMA	NIM	JUDUL
1	Maynika Agreetiffany Tafonao	P07520123019	Penerapan Terapi Otot Progresif Dalam Menurunkan Resiko Kekerasan Pada Pasien Skizofrenia di RS Jiwa Prof. Dr. M. Ildrem Medan

Maka dengan ini kami pihak Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Muhammad Ildrem Sumatera Utara memberikan izin kepada Mahasiswa tersebut untuk melaksanakan Survey Awal di UPTD Khusus RSJ Prof. Dr. Muhammad Ildrem Provinsi Sumatera Utara dengan mengikuti segala peraturan dan ketentuan yang berlaku.

Demikian surat ini kami sampaikan. Atas kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Plt. Direktur
UPTDK RSJ Prof. Dr. M. Ildrem
Provinsi Sumatera Utara

Dr. Indah Julika
Pembina Tk. I
NIP. 19710704 200604 2007

Lampiran 9 surat izin penelitian

PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
UPTD. KHUSUS
RUMAH SAKIT JIWA PROF. DR. M. ILDREM
Jalan Tali Air Nomor 21 – Medan 20141
Website : rsj.sumutprov.go.id

Medan. 8 April 2026

Nomor : 423.4/ 1124 /RSJ/IV/2026
Lampiran :
Perihal : Izin Penelitian

Yth.
Ketua Jurusan Keperawatan
Poltekkes Medan
di
Tempat

Sehubungan dengan surat Saudara Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/542/2026 tanggal 31 Maret 2026 perihal Izin Penelitian bagi Mahasiswa/I Fakultas Keperawatan Poltekkes Medan di UPTD Khusus RSJ Prof. Dr. Muhammad Ildrem Provinsi Sumatera Utara atas nama sebagai berikut :

No	NAMA	NIM	JUDUL
1	Maynika Agreetiffany Tafonao	P07520123019	Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif dalam menurunkan Perilaku kekerasan pada Pasien Skizofrenia di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Sumatera Utara

Maka dengan ini kami pihak Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Muhammad Ildrem Sumatera Utara memberikan izin kepada Mahasiswa/I tersebut untuk melaksanakan Penelitian di UPTD Khusus RSJ Prof. Dr. Muhammad Ildrem Provinsi Sumatera Utara dengan mengikuti segala peraturan dan ketentuan yang berlaku.

Demikian surat ini kami sampaikan. Atas kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Direktur,
UPTDK RSJ Prof. Dr. M. Ildrem
Provinsi Sumatera Utara

Sri Suriani Purnamawati, S.Si, Apt,M.Kes
Pembina Utama Muda
NIP. 19671207 199703 2 001

Tembusan:
1. Bakordik;
2. Yang bersangkutan:
3. Pertinggal

Lampiran 10 EC

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.3764/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2026

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Maynika Agreetiffany Tafonao
Principal In Investigator

Nama Institusi : Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title
"Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Perilaku Kekerasan Pada Pasien Skizofrenia di Rsj Prof. Dr. M. Idrem Medan"

"The Application of Progressive Muscle Relaxation Therapy in Reducing Violent Behavior in Schizophrenia Patients at Prof. Dr. M. Idrem Mental Hospital, Medan"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Concent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 28 Agustus 2026 sampai dengan tanggal 28 Agustus 2027.

This declaration of ethics applies during the period August 28, 2026 until August 28, 2027.

August 28, 2026
Chairperson,

Dr. Lestari Rahmah, MKT

Lampiran 11 Lembar Konsultasi Bimbingan

LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Judul KTI : Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Perilaku Kekerasan Pada Pasien Skizofrenia di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan

Nama Mahasiswa : Maynika Agreetiffany T

Nomor Induk Mahasiswa : P07520123019

Nama Pembimbing : Dr. Johani Dewita Nasution SKM., M.Kes

No	Tanggal	Materi dikonsulkan	Paraf	
			Mahasiswa	Pembimbing
1	31-10-25	Bimbingan judul		
2	12-01-26	Bimbingan BAB I,II dan III		
3	21-01-26	Bimbingan BAB I,II dan III		
4	29-02-26	Bimbingan BAB I,II dan III		
5	02-02-26	Bimbingan lampiran		
6	03-02-26	Bimbingan lampiran		
7	04-02-26	ACC proposal		
	02-06-26	Bimbingan BAB IV dan V		
9	04-06-26	Bimbingan BAB IV dan V		
10	05-06-26	ACC KTI		

Mengetahui

Ketua Prodi D-III

Nama : Masnila, S.Pd., S.Kep., Ns., MPd

NIP : 197011301993032013

LEMBAR KONSULTASI

BIMBIGAN KARYA TULIS ILMIAH

Judul KTI : Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progesif Dalam Menurunkan Perilaku Kekerasan Pada Pasien Skizofrenia di RSJ Prof. Dr. M Ildrem Medan

Nama Mahasiswa : Maynika Agreetiffany T

NIM : P07520123019

Nama Pembimbing : Masnila S.Pd., S.Kep., Ns., M.Pd

NO	TGL	MATERI DIKONSULKAN	PARAF	
			MAHASISWA	PEMBIMBING PENDAMPING
1	05/02/26	Bimbingan penulisan Bab 1-3		
2	06/02/26	Bimbingan penulisan daftar pustaka & lampiran		
3	09/02/26	ACC proposal		
4	15/06/26	Bimbingan Bab 4-5		
5	18/06/26	ACC Bab 4-5		

Mengetahui

Ketua Prodi D-III



Nama : Masni S.Pd., S.Kep., Ns.,M.Pd

NIP : 197011301993032013

Lampiran 12 Turnitin

KTI MAYNIKA.docx

ORIGINALITY REPORT

18%	12%	10%	14%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.poltekkes-medan.ac.id Internet Source	3%
2	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	2%
3	123dok.com Internet Source	1%
4	jurnal.unw.ac.id Internet Source	1%
5	repository.poltekkes-denpasar.ac.id Internet Source	1%
6	Submitted to Universitas Muslim Indonesia Student Paper	1%
7	repository.stikessaptabakti.ac.id Internet Source	1%
8	eprints.ukh.ac.id Internet Source	1%
9	jurnal.unimus.ac.id Internet Source	1%
10	doku.pub Internet Source	1%
11	Ahmad Remuja, Muhammad Raihan Rizkullah, Akhmad Hafidz Fahrezy, Nor Sheva, Yosra Sigit. "Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Desa Banua Anyar Kecamatan Bakumpai, Kabupaten Barito Kuala", MARAS : Jurnal Penelitian Multidisiplin, 2026 Publication	1%
12	repositoryperpustakaanpoltekkespadang.site Internet Source	1%
13	repo.poltekkesbandung.ac.id Internet Source	1%

	Internet Source	1 %
15	Submitted to FAKULTAS KEPERAWATAN Student Paper	< 1 %
16	eprints.umm.ac.id Internet Source	< 1 %
17	Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Tengah Student Paper	< 1 %
18	repositori.ubs-ppni.ac.id Internet Source	< 1 %
19	repository.universitasalirsyad.ac.id Internet Source	< 1 %
20	dspace.umkt.ac.id Internet Source	< 1 %
21	repository.stikesrspadgs.ac.id Internet Source	< 1 %
22	ejurnal.biges.ac.id Internet Source	< 1 %
23	repository.unissula.ac.id Internet Source	< 1 %
24	Submitted to Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang Student Paper	< 1 %
25	www.scribd.com Internet Source	< 1 %
26	repository.umkla.ac.id Internet Source	< 1 %
27	repository.poltekkes-kdi.ac.id Internet Source	< 1 %
28	Submitted to Universitas Andalas Student Paper	< 1 %
29	Mareta Akhriansyah, Raden Surahmat, Amalia Amalia, Rinda Suciarti. "Edukasi Mengontrol Risiko Perilaku Kekerasan dengan Terapi Progressive Muscle Relaxation pada Penderita Resiko Perilaku Kekerasan", Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK), 2026 Publication	< 1 %
	jurnalfti.unmer.ac.id	

30	Internet Source	<1%
31	repo.poltekkes-medan.ac.id Internet Source	<1%
32	repository.stikes-bhm.ac.id Internet Source	<1%
33	rrdiantristiana-fkp.web.unair.ac.id Internet Source	<1%
34	repository2.unw.ac.id Internet Source	<1%
35	bnj.akys.ac.id Internet Source	<1%
36	Submitted to Universitas Multimedia Nusantara Student Paper	<1%
37	Erita Gustina, Mentiara Kristina Putri Silalahi, Huwaina Af'idah. "PENGARUH TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM TERHADAP KEMAMPUAN MENGENDALIKAN AMARAH PADA PASIEN DENGAN GANGGUAN JIWA YANG MEMILIKI RISIKO PERILAKU KEKERASAN", Al-Asalmiya Nursing: Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences), 2025 Publication	<1%
38	rama.uniku.ac.id Internet Source	<1%
39	repository.urecol.org Internet Source	<1%
40	repository.poltekkes-kaltim.ac.id Internet Source	<1%
41	Elis Rismayanti Fatimah Sari, Cucu Rokayah. "Analisis Asuhan Keperawatan Pasien Skizofrenia Akut Manik Berisiko Perilaku Kekerasan melalui Intervensi Generalis dan Hydrotherapy Wudhu di Rumah Sakit Jiwa", Jurnal Adiguna Keperawatan, 2026 Publication	<1%
42	Submitted to Universitas Bhamada Slawi Student Paper	<1%
43	Zidratul Gemilang Ahmad, Nadya Ulfa Tanjung, Fitriani Pramita Gurning. "An Analysis of the Service Quality of Nurses on the Disorder Patients at Prof. Dr. M. Ildrem Medan Psychiatric Hospital", Jurnal kesehatan komunitas (Journal of community health), 2024 Publication	<1%

44	garuda.ristekbrin.go.id Internet Source	<1%
45	repository.poltekeskupang.ac.id Internet Source	<1%
46	repository.unimugo.ac.id Internet Source	<1%
47	www.slideshare.net Internet Source	<1%
48	Submitted to LL Dikti IX Turnitin Consortium Student Paper	<1%
49	Submitted to Poltekkes Kemenkes Sorong Student Paper	<1%
50	Rizka Gustin Ananda, Sekani Niriyah. "ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN RISIKO PERILAKU KEKERASAN DENGAN PENERAPAN TERAPI SUPORTIF ASERTIF UNTUK MENURUNKAN NILAI PERILAKU KEKERASAN PASIEN SKIZOFRENIA", Jurnal Ners, 2023 Publication	<1%
51	eprints.uny.ac.id Internet Source	<1%
52	library.poltekkes-surabaya.ac.id Internet Source	<1%
53	media.neliti.com Internet Source	<1%
54	repository.stikesdrsoebandi.ac.id Internet Source	<1%
55	Tria Afifah Rubianto, Istiqomah Istiqomah, Widiastuti Widiastuti. "Hubungan dukungan keluarga terhadap kualitas hidup pasien penderita diabetes melitus tipe 2", JOURNAL OF Qualitative Health Research & Case Studies Reports, 2026 Publication	<1%
56	Submitted to Universitas Sumatera Utara Student Paper	<1%
57	repositori.uin-alauddin.ac.id Internet Source	<1%
58	siakad.stikesdhb.ac.id Internet Source	<1%
	ecampus.poltekkes-medan.ac.id	

59	Internet Source	<1%
60	ejr.stikesmuhkudus.ac.id Internet Source	<1%
61	eprints.upj.ac.id Internet Source	<1%
62	nandafeb11.blogspot.com Internet Source	<1%
63	repository.uinfasbengkulu.ac.id Internet Source	<1%
64	www.sciencegate.app Internet Source	<1%
65	Submitted to Udayana University Student Paper	<1%
66	eprints.stikes-notokusumo.ac.id Internet Source	<1%
67	jurnal.edi.or.id Internet Source	<1%
68	repository.ub.ac.id Internet Source	<1%
69	repository.unair.ac.id Internet Source	<1%
70	"Pengaruh Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Berbasis Musik Instrumental terhadap Gejala Stres Kerja pada Pegawai di Dinas Kesehatan Kabupaten Probolinggo", National Journal of Occupational Health and Safety, 2025 Publication	<1%
71	Submitted to UPN Veteran Yogyakarta Student Paper	<1%
72	repository.ar-raniry.ac.id Internet Source	<1%
73	repository.unjaya.ac.id Internet Source	<1%
74	www.kabarhukum.com Internet Source	<1%

75	Deni Hermawan, Ucu Wandi Somantri. "Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Keluarga Di Kelurahan Muara Ciujung Barat Wilayah Kerja Puskesmas Rangkasbitung", Jurnal Abdidas, 2020 Publication	<1%
76	www.jurnal.edi.or.id Internet Source	<1%
77	Arniat Siswi Nazara, Benedicta Sarni Telaumbanua, Lestari Nainggolan, Jek Amidos Pardede. "Penerapan Terapi Generalis (Sp1-4) Dalam Pemberian Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Ny. A Dengan Masalah Risiko Perilaku Kekerasan", Open Science Framework, 2023 Publication	<1%
78	cdn.juris.id Internet Source	<1%
79	repositori.unimma.ac.id Internet Source	<1%
80	repository.radenintan.ac.id Internet Source	<1%
81	repository.stikep-ppnijabar.ac.id Internet Source	<1%
82	repository.stikeselisabethmedan.ac.id Internet Source	<1%
83	core.ac.uk Internet Source	<1%
84	e-journal.poltekkes-palangkaraya.ac.id Internet Source	<1%
85	e-journal.uajy.ac.id Internet Source	<1%
86	eprints.poltekkesjogja.ac.id Internet Source	<1%
87	journal.universitaspahlawan.ac.id Internet Source	<1%
88	pdfcoffee.com Internet Source	<1%
89	repository.stikesmitrakeluarga.ac.id Internet Source	<1%
	www.fkm.ui.ac.id	

90	Internet Source	<1%
91	Fauzia Maulana Ferdiansyah, Rhendy Edytia, Agum Dwi Gumelar, Ananta Putra et al. "ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN TERAPI MUSIK KLASIK PADA KLIEN DENGAN GANGGUAN PERSEPSI SENSORI : HALUSINASI PENDENGARAN DI RUANG X RUMAH SAKIT JIWA X", Jurnal Kesehatan Tambusai, 2026 Publication	<1%
92	Nabila Salsabila, Arwani Arwani, Dina Indrati Dyah Sulistyowati. "Pengaruh Alat Muscle Relaxer Massage dan Kombinasinya dengan Relaksasi Otot Progresif Pada Stres dan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2", Malahayati Nursing Journal, 2026 Publication	<1%
93	Putri Rizky Alin Sukma, Wawan Kurniawan, Ardinata Ardinata. "Terapi Musik Klasik pada Pasien Skizofrenia dengan Resiko Perilaku Kekerasan di Rs Jiwa Lampung", Malahayati Nursing Journal, 2023 Publication	<1%
94	Sadik, Erni Susilawati. "Motivasi Berprestasi Guru Berdasarkan Gaya Kepemimpinan Kepala Sekolah SMP Negeri di Kecamatan Martapura Kota Kabupaten Banjar", STILISTIKA: Jurnal Bahasa, Sastra, dan Pengajarannya, 2019 Publication	<1%
95	digilib.unisayogya.ac.id Internet Source	<1%
96	docplayer.info Internet Source	<1%
97	e-journal.sari-mutiara.ac.id Internet Source	<1%
98	garuda.kemdikbud.go.id Internet Source	<1%
99	journal.mandiracendikia.com Internet Source	<1%
100	junitri.wordpress.com Internet Source	<1%
101	jurnallppm.unsurya.ac.id Internet Source	<1%
102	padangjurnal.web.id Internet Source	<1%
103	perpusnwu.web.id Internet Source	<1%

104	rama.poltekkespalembang.ac.id Internet Source	<1%
105	repository.bku.ac.id Internet Source	<1%
106	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	<1%
107	repository.unigal.ac.id:8080 Internet Source	<1%
108	sekedarperawat.blogspot.com Internet Source	<1%
109	www.repository.poltekkes-kdi.ac.id Internet Source	<1%
110	www.researchgate.net Internet Source	<1%
111	, Nidya Putri, . "Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Tn. F Dengan Masalah Gangguan Proses Pikir : Waham Kebesaran", Open Science Framework, 2022 Publication	<1%
112	Cindy Veronika Sirait, Yohanna Adelina Pasaribu. "Implementasi Teknik Relaksasi Otot Progresif untuk Menurunkan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II", Science: Indonesian Journal of Science, 2025 Publication	<1%
113	Dawaishafa Diva Nurani, Arina Maliya. "Efektivitas Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi : Literatur Review", Jurnal Ners, 2025 Publication	<1%
114	journal.ppnijateng.org Internet Source	<1%
115	zombiedoc.com Internet Source	<1%
116	Shidqi Auliaa Yudha, Tri Sumarni, Indri Heri Susanti. "Edukasi Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Mengurangi Tingkat Stres Kerja Pada Karyawati Pabrik Sohun Gunung Madu Desa Ledug", Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ), 2025 Publication	<1%
117	etd.uinsyahada.ac.id Internet Source	<1%

Exclude quotes	Off	Exclude matches	Off
Exclude bibliography	On		