

DAFTAR PUSTAKA

- Ainy, N. A., Sundari, R. I., & Imaniyati, S. (2023). Studi Kasus Intervensi Penerapan Latihan Komunikasi Asertif Untuk Mengontrol Marah pada Pasien Risiko Perilaku Kekerasan: Case Studies of Intervention Application of Assertive Communication Exercise To Kontrol Anger in Patients Risk Violent Behavior. *Jurnal Keperawatan Notokusumo (JKN)*, 11(1), 54–65.
- Amalia, R. (2022). *Efektivitas Intervensi Psikososial terhadap Harga Diri Pasien Skizofrenia*. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(1), 54-62.
- Azizah, L. M., Zainuri, I., & Akbar, A. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Indomedia Pustaka.
- Damayanti, R. (2020). *Hubungan Halusinasi Pendengaran dengan Risiko Kekerasan pada Pasien Skizofrenia*. *Jurnal Psikiatri*, 15(2), 87–95.
- Elvita, Y. (2018). *Konsep Dasar Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Jatmika, D. G. P., Triana, K. Y., & Purwaningsih, N. K. (2020). Hubungan Komunikasi Terapeutik dan Risiko Perilaku Kekerasan pada Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Bali. *Jurnal Keperawatan Raflesia*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.33088/jkr.v2i1.485>
- Keliat, B. A., et al. (2019). *Model Terapi Rehabilitasi Jiwa Terintegrasi*. Jakarta: EGC.
- Kemenkes. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI). *Kemenkes*, 235.
- Kusumaningtyas, A. (2018). Evaluasi implementasi strategi SP 1–5 dalam menurunkan risiko perilaku kekerasan. *Jurnal Keperawatan Jiwa Indonesia*, 3(2), 123–132.
- Lestari, A., & Marjo, H. K. (2021). Efektivitas Teknik Anger Management Dalam Mengelola Emosi Marah Yang Dilakukan Melalui E-Counseling Di Smpi Jakarta Timur. In *Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling* (Vol. 10, Issue 1).
- Maharani, Qorry Gustiara. 2020. "Penerapan Manajemen Marah Menggunakan Teknik Relaksasi Pada Klien Perilaku Kekerasan". Palembang : Poltekkes Kemenkes Palembang
- Murniwati, Iva Wahyu. 2024. "Implementasi Keperawatan Jiwa Terapi Relaksasi Napas Dalam Pada Tn. A Dengan masalah Resiko Perilaku Kekerasan Di RSJ Dr. Amino Gundohutomo Semarang". Semarang : Universitas Islam Sultan Agung
- Musmini, Siti. 2020. "Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Klien Risiko Perilaku Kekerasan Terintegrasi Dengan Keluarga Di Wilayah Kerja Puskesmas Sempaja Samarinda". Samarinda : Poltekkes Kemenkes Samarinda
- Nuraeni, N., Maulana, I., & Hidayati, N. O. (2024). *SKIZOFRENIA DENGAN RESIKO PERILAKU KEKERASAN DI RUMAH Abstrak Pendahuluan Skizofrenia menjadi masalah kesehatan mental yang termasuk kedalam salah satu dari*. 4(1), 133–143.

- Pardede, J. A. (2020). Family Knowledge about Hallucination Related to Drinking Medication Adherence on Schizophrenia Patient. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 2(4), 399–408. <https://doi.org/10.37287/jppp.v2i4.183>
- Pardede, J. A., Keliat, B. A., & Yulia, I. (2021). *KEPATUHAN DAN KOMITMEN KLIEN SKIZOFRENIA MENINGKAT SETELAH DIBERIKAN ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY* *Pendahuluan*. 18(3).
- Pardede, J. A., Siregar, L., & Hulu, E. P. (2020). *EFEKTIFITAS BEHAVIOUR THERAPY TERHADAP RISIKO PERILAKU*. 3(1), 8–14.
- Pertiwi, S., Fitri, N. L., & Hasanah, U. (2023). *Jurnal Cendikia Muda Volume 3 , Nomor 4 , Desember 2023 ISSN: 2807-3469 PENERAPAN RELAKSASI NAPAS DALAM TERHADAP TANDA DAN APPLICATION OF DEEP BREATH RELAXATION ON SIGNS AND SYMPTOMS OF PATIENTS AT RISK OF VIOLENCE BEHAVIOR AT A MENTAL HOSPITAL IN THE LA*. 3, 594–602.
- Pongdatu, M., Suzanna, Yati, M., Armayani, & Antari, I. (2023). *Asuhan Keperawatan Jiwa*. Eureka Media Aksara.
- PPNI, T. P. (2018). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia . Jakarta Selatan : Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia .
- PPNI, T. P. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia . Jakarta Selatan : Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia .
- PPNI, T. P. (2018). Standar Luaran Keperawatan Indonesia. Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Nasional Indonesia .
- Putri, Citra Amelia. 2024. "Impelementasi terapi Pukul Bantal Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengontrol Perilaku Kekerasan". Semarang : Universitas Islam Sultan Agung
- Risal, M., dkk. (2022). ILMU KEPERAWATAN JIWA. Penerbit : CV. MEDIA SAINS INDONESIA
- Rofilla, R., Rafiyah, I., Hidayati, N. O., & ... (2024). Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Skizofrenia Dengan Resiko Perilaku Kekerasan. ... *Jurnal Riset Ilmiah*, 3(8), 3872–3880. <https://ejournal.nusantaraglobal.or.id/index.php/sentri/article/view/3215%0A> <https://ejournal.nusantaraglobal.or.id/index.php/sentri/article/download/3215/3148>
- Sholihah, A. 'Alimatuush, & Widodo, A. (2024). *Jurnal Kesehatan Afinitas*. 6, 32–37.
- Stuart, G. W. (2018). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. 10th Ed. Mosby Elsevier.
- Tazqiyatus Sudia, B. (2021). Aplikasi Terapi Relaksasi Nafas Dalam terhadap Pengontrolan Marah dengan Pasien Gangguan Jiwa Resiko Perilaku Kekerasan di Wilayah Desa Maleber Kabupaten Cianjur. *Jurnal Lentera*, 4(1), 1–5. <https://doi.org/10.37150/jl.v4i1.1381>
- Thalib, R., & Abdullah, R. (2022). Pemberian Rational Emotive Behavior Therapy

Dalam Mengontrol Perilaku Agresif Pada Pasien Perilaku Kekerasan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11, 127–137.
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.718>

Wahyuni, D. (2020). *Manajemen Marah dan Perilaku Kekerasan Pasien Gangguan Jiwa*. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(2), 23-30.

Waluyo, A. (2022). *Teknik mengendalikan marah bagi pasien skizofrenia dengan resiko perilaku kekerasan*. 10(2), 64–73.

Wardana et al. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Tingkat Kekambuhan Klien dengan Resiko Perilaku Kekerasan Relation of Family Support to Client's Recurrence Rate with Risk of Violent Behavior. *E-Journal.Poltekkesjogja.Ac.Id*, 9(1), 69–72.
<https://doi.org/10.29238/caring.v9i1.592>

Widyastuti, E. (2021). *Pengaruh Terapi Aktivitas terhadap Halusinasi Auditorik pada Pasien Skizofrenia*. *Jurnal Kesehatan Jiwa*, 7(1), 45–53.

Wulansari, E. M. (2020). Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Dengan Resiko Perilaku Kekerasan Dirumah Sakit Daerah Dr Arif Zainuddin Surakarta. *Universitas Kusuma Husada Surakarta*.

Zaman, B., Rabial, J., Munawwarah, K., & Husna, N. (2025). *Edukasi keluarga terhadap kepatuhan minum obat pasien skizofrenia dalam mencegah kekambuhan*. 9(1), 5–12.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Studi Kasus



Kementerian Kesehatan

Direktorat Sumber Daya Manusia Kesehatan
Poltekkes Medan

Jl. Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
☎ (061) 8169633
🌐 <https://poltekkes-medan.ac.id>

NOTA DINAS

NOMOR : KH.03.01/F.XXII.11/7046/2025

Yth. : Direktur RSJ Prof. Dr. Muhammad Ildrem Medan
Dari : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
Hal : Izin Survey Awal
Tanggal : 25 April 2025

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan bahwa Mahasiswa Prodi Profesi Ners TA. 2024 – 2025 diwajibkan menyusun KIAN 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.	Salsabila Amanda	P07120624059	Penerapan Management Marah : Teknik Relaksasi pada Tn/Ny X dengan masalah Resiko perilaku kekerasan di RSJ Prof Dr Muhammad Ildrem Medan

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



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

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>



Lampiran 2 Surat Balasan Izin Studi Kasus



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 24 Mei 2025

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

Yth,
Ketua Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Medan
di
Tempat

Sehubungan dengan surat saudara Nomor : KH.03.01/F.XXII.11/704.b/2025 tanggal 25 April 2025 perihal Izin Pelaksanaan Survey Awal bagi Mahasiswi Prodi Profesi Ners Fakultas Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan di UPTD Khusus RSJ Prof. Dr. Muhammad Ildrem Provinsi Sumatera Utara atas nama sebagai berikut :

No	NAMA	NIM	JUDUL
1	Salsabila Amanda	P07120624059	Penerapan Management Marah : Teknik Relaksasi pada Tn/Ny X dengan masalah Resiko perilaku kekerasan di RS Jiwa Prof. Dr. M. Ildrem Sumatera Utara

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.

Direktur,
UPTD Khusus
RSJ Prof. Dr. M. Ildrem
Provinsi Sumatera Utara



drg. Ismail Lubis, MM
Pembina Utama Muda
NIP. 19710204 200003 1 002

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

Lampiran 3 *Ethical Clearance* (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.01.26.2234/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2025

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

Peneliti utama : Salsabila Amanda
Principal In Investigator

Nama Institusi : POLTEKKES KEMENKES MEDAN
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

**"PENERAPAN MANAJEMEN MARAH DALAM ASUHAN KEPERAWATAN PADA TN B DENGAN RESIKO
PERILAKU KEKERASAN DI RSJ PROF DR MUHAMMAD ILDREM MEDAN"**

*"APPLICATION OF ANGER MANAGEMENT IN NURSING CARE FOR TN B WITH THE RISK OF VIOLENT BEHAVIOR
AT PROF DR MUHAMMAD ILDREM MEDAN MENTAL RESIDENT"*

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 Consent, 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 03 Oktober 2025 sampai dengan tanggal 03 Oktober 2026.

This declaration of ethics applies during the period October 03, 2025 until October 03, 2026.



October 03, 2025
Chairperson,



Dr. Lestari Rahmah, MKT

Lampiran 4 Surat Izin Penelitian



Kementerian Kesehatan
Direktorat Sumber Daya Manusia Kesehatan
Poltekkes Medan
Jl. Jaran Ginting KM. 11.5
Medan, Sumatera Utara 20137
☎ (061) 8468613
🌐 <https://poltekkes-medan.ac.id>

NOTA DINAS

NOMOR : KH.03.01/F.XXII.11/ 987 /2025

Yth. : Direktur RSJ Prof. Dr. Muhammad Ildrem Medan
Dari : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
Hal : Izin Penelitian
Tanggal : 03 Juni 2025

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes medan bahwa Mahasiswa Prodi Profesi Ners TA. 2024 – 2025 diwajibkan menyusun KIAN di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Penelitian di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	Salsabila Amanda	P07120624059	Penerapan Management Marah Pada Pasien Dengan Masalah Resiko Prilaku Kekerasan Di RSJ Prof Dr Muhammad Ildrem Medan

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



Ketua Jurusan Keperawatan

Dr. Anggra Permata Sari Tarigan, S.Kep,Ns, M.Kes
NIK 197703162002122001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.keminfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 5. Surat balasan Izin Penelitian



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, 3 Juni 2025

Nomor : 423.4/RSJ/VI/2025
Lampiran : 1 (satu) lembar
Perihal : Izin Penelitian

Yth,
Ketua Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Medan
di
Tempat

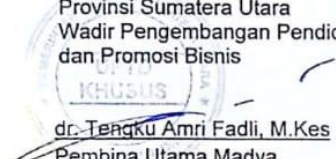
Sehubungan dengan surat saudara Nomor : KH.03.01/F.XXII.11/937/2025 tanggal 03 Juni 2025 perihal Izin Pelaksanaan Penelitian bagi Mahasiswi Prodi Profesi Ners Fakultas Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan di UPTD Khusus RSJ Prof. Dr. Muhammad Ildrem Provinsi Sumatera Utara atas nama sebagai berikut :

No	NAMA	NIM	JUDUL
1	Salsabila Amanda	P07120624059	Penerapan Management Marah : Pada Pasien Dengan Masalah Resiko perilaku kekerasan di RS Jiwa Prof. Dr. M. Ildrem Sumatera Utara

Maka dengan ini kami pihak Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Muhammad Ildrem Sumatera Utara memberikan izin kepada Mahasiswa 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.

Pih. Direktur, UPTD Khusus
RSJ Prof. Dr. M. Ildrem
Provinsi Sumatera Utara
Wadir Pengembangan Pendidikan
dan Promosi Bisnis


dr. Tengku Amri Fadli, M.Kes
Pembina Utama Madya
NIP. 19731110 200212 1 002

Tembusan:
1. Bakordik,
2. Yang bersangkutan
3. Peninggal.

Lampiran 6. Strategi Pelaksanaan

STRATEGI PELAKSANAAN (SP) PADA TN.S

Masalah Utama : Resiko Perilaku Kekerasan

Tanggal : 03 Juni 2025

Pertemuan Ke : 1

1. Fase Orientasi

a. Salam Terapeutik

“Selamat Pagi, Perkenalkan nama saya Salsabila Amanda, biasa di panggil Salsa, saya dari Poltekkes Kemenkes Medan. Kalau boleh tahu nama bapak siapa? Senang dipanggil apa?”

b. Evaluasi/validasi

“Bagaimana perasaan bapak saat ini? Apa masih ada perasaan kesal atau marah?”

c. Kontrak

Topik : “ Baiklah pak kita akan berbincang-bincang mengenai perasaan marah yang bapak rasakan”

Waktu : “kita akan berbincang-bincang selama 10 menit pak”

Tempat : “Kita berbincang-bincang di sini saja ya pak”

2. Fase Kerja

“Apa yang menyebabkan bapak marah? Apakah sebelumnya bapak pernah marah? terus penyebab bapak marah apa? Samakah dengan yang sekarang? O..iya, apakah ada penyebab lain yang membuat bapak marah?

“Pada saat penyebab marah itu ada, seperti bapak stress karena pekerjaan atau masalah uang (misalnya ini penyebab marah pasien) apa yang bapak rasakan?”

“Apakah bapak merasakan kesal kemudian dada bapak berdebar-debar, mata melotot, rahang terkatup rapat, dan tangan mengepal?”

“Setelah itu apa yang bapak lakukan? Baiklah pak, jadi bpak marah-marah, melempari barang-barang, apakah dengan cara ini stress bapak hilang? iya, tentu tidak. Apa kerugian cara yang bapak lakukan? Betul, keluarga dan orang disekitar bapak Jadi takut karna bapak melempari barang-barang.

3. Fase terminasi

a. Evaluasi

1) Evaluasi Subjektif

“Bagaimana perasaan bapak setelah berbincang-bincang tentang perasaan marah yang bapak rasakan?”

2) Evaluasi Obyektif

“Coba bapak jelaskan pembicaraan kita tadi”

b. Rencana Tindak Lanjut

“Setelah kita berbincang, apakah bapak bisa menjelaskan kembali penyebab bapak marah dan tindakan apa yang dilakukan saat bapak marah?”

c. Kontrak yang akan datang

Topik : “Baik pak bagaimana kalau besok kita berbincang-bincang lagi tentang cara mengendalikan marah secara fisik”

Waktu : “Jam 11.00 saya akan datang lagi ya pak”

Tempat : “Kita akan mengobrol diruangan ini ya pak”

Masalah Utama : Resiko Perilaku Kekerasan

Tanggal : 04 Juni 2025

Pertemuan Ke : 2

1. Fase Orientasi

a. Salam teraupetik

“Selamat siang pak, sesuai dengan janji saya kemarin saya datang lagi”

“Bagaimana perasaan bapak saat ini?, adakah hal yang menyebabkan bapak marah?. Baik, sekarang kita akan belajar cara mengontrol perasaan marah dengan kegiatan fisik untuk cara yang kedua”

b. Evaluasi/Validasi

“bagaimana perasaan bapak hari ini, adakah hal yang menyebabkan bapak marah?”

c. Kontrak

Topik : “baik, kita akan belajar cara mengontrol perasaan marah dengan kegiatan fisik”

Waktu : “kita berbincang selama 15 menit ya pak”

Tempat : “kita bercakap-cakap disini saja ya pak”

2. Fase Kerja

“Kalau ada yang menyebabkan bapak marah dan muncul perasaan kesal, berdebar-debar, mata melotot, selain napas dalam bapak dapat melakukan pukul kasur dan bantal”!

“Sekarang kita akan berlatih mengontrol marah dengan tarik napas dalam, begini pak contohnya (perawat memperagakan) apakah bapak bisa mengulangi yang saya ajarkan barusan?” “Selanjutnya mari kita latihan memukul kasur dan bantal. Mana kamar bapak? Jadi kalau nanti bapak kesal dan ingin marah, langsung ke kamar dan lampiaskan kemarahan tersebut dengan memukul kasur dan bantal. Nah, coba bapak lakukan, pukul kasur dan bantal. Ya bagus sekali bapak melakukannya”

“Nah cara ini pun dapat dilakukan secara rutin jika ada perasaan marah. Kemudian jangan lupa merapikan tempat tidurnya

3. Fase Terminasi

a. Evaluasi

1) Evaluasi Subjektif

“Bagaimana perasaan bapak setelah melakukan tindakan pengendalian marah secara fisik?”

2) Evaluasi Obyektif

“Coba bapak sebutkan kembali cara untuk mengendalikan marah tersebut”

b. Rencana Tindak Lanjut

“ Baiklah bapak, jika nanti bapak mau marah bapak lakukan saja cara yang sudah kita pelajari” “bapak kita buat jadwal kegiatan bapak ya, dijam 1 bapak Tarik napas dalam dan mukul bantal atau kasur dan di jam 4 juga ya pak!” Jadi jika bapak merasa kesal atau marah bapak bisa melampiaskannya dengan memukul bantal. Bagaimana pak apakah bapak mengerti?

c. Kontrak yang akan datang

Topik : “baiklah, besok saya akan datang lagi, kita akan membahas tentang cara mengendalikan marah secara verbal ”

Waktu : “besok saya akan datang kembali jam 09.00 yaa pak”

Tempat : “besok kita mengobrol di sini saja yaa pak”

Masalah Utama : Resiko Perilaku Kekerasan

Tanggal : 05 Juni 2025

Pertemuan Ke : 3

1. Fase Orientasi

a. Salam Terapeutik

“Selamat pagi pak, sesuai dengan janji saya kemarin sekarang kita ketemu lagi”

b. Evaluasi/Validasi

“Bagaimana pak, sudah dilakukan latihan tarik napas dalam dan pukul kasur bantal?” “Apa yang dirasakan setelah melakukan latihan secara teratur?”

c. Kontrak

Topik : “Sesuai janji saya kemarin, hari ini kita akan berdiskusi tentang cara mengendalikan marah secara verbal”

Waktu : “waktunya 15 menit ya pak”

Tempat : “tempatnya disini saja ya pak..”

2. Fase Kerja

“Sekarang kita latihan cara bicara yang baik untuk mencegah marah. Kalau marah sudah disalurkan melalui tarik nafas dalam atau pukul kasur dan bantal, dan sudah lega, maka kita perlu bicara dengan orang yang membuat kita marah. Ada tiga caranya pak:

- 1) Meminta dengan baik tanpa marah dengan nada suara yang rendah serta tidak menggunakan kata-kata kasar. Kemarin bapak bilang penyebab marahnya karena minta uang sama istri tidak diberi. Coba bapak minta uang dengan baik.
Nanti bisa dicoba di sini untuk meminta baju, minta obat dan lain-lain. Coba bapak praktekan. Bagus pak.”
- 2) Menolak dengan baik, jika ada yang menyuruh dan bapak tidak ingin melakukannya, katakan: ‘Maaf saya tidak bisa melakukannya karena sedang ada kerjaan’. Coba bapak praktekan. Bagus pak”
- 3) Mengungkapkan perasaan kesal, jika ada perlakuan orang lain yang membuat kesal bapak dapat mengatakan: ‘ Saya jadi ingin marah karena perkataanmu itu’. Coba praktekan. Bagus”

3. Fase Terminasi

a. Evaluasi

1) Evaluasi Subjektif :

“Bagaimana perasaan bapak setelah kita bercakap-cakap tentang cara mengontrol marah dengan bicara yang baik?”

2) Evaluasi Objektif :

“Coba bapak sebutkan lagi cara bicara yang baik yang telah kita pelajari?”

b. Rencana Tindak Lanjut

“Nanti ketika bapak marah, bapak bisa melakukan hal seperti yang saya ajarkan”

c. Kontrak yang akan datang

Topik : “Baiklah pak, nanti saya akan datang kembali untuk membahas cara mengontrol marah dengan cara bapak beribadah”

Waktu : “nanti saya akan datang jam 11.00 selama 10 menit”

Tempat : “nanti kita berbicara disini saja ya pak.”

Masalah Utama : Resiko Perilaku Kekerasan

Tanggal : 06 Juni 2025

Pertemuan Ke : 4

1. Fase Orientasi

a. Salam Terapeutik

“Selamat pagi pak, sesuai dengan janji saya, sekarang kita ketemu lagi”

b. Evaluasi/Validasi

“Bagaimana pak, latihan apa yang sudah dilakukan? apa yang dirasakan setelah melakukan latihan secara teratur? Bagus sekali, bagaimana rasa marahnya”

c. Kontrak

Topik : “Bagaimana kalau sekarang kita latihan cara lain untuk mencegah rasa marah yaitu dengan ibadah”

Waktu : “waktunya 15 menit yaa pak”

Tempat : “tempatnyanya disini saja ya pak..”

2. Fase Kerja

“Coba ceritakan kegiatan ibadah yang biasa bapak lakukan! Bagus. Baik, yang mana mau dicoba? “Nah, kalau bapak sedang marah coba bapak langsung beribadah

3. Fase Terminasi

a. Evaluasi

- 1) Evaluasi Subjektif : Bagaimana perasaan bapak setelah kita bercakap-cakap tentang cara yang ketiga ini?
- 2) Evaluasi Ojektif : “Jadi sudah berapa cara mengontrol marah yang kita pelari”

b. Rencana Tindak Lanjut

“Mari kita masukkan kegiatan ibadah pada jadwal kegiatan bapak,

c. Kontrak yang akan datang

Topik : “Baiklah pak, besok saya akan datang kembali untuk membahas cara mengontrol marah dengan cara minum obat”

Waktu : “ saya akan datang jam 09.00”

Tempat : “kita berbicara disini saja ya pak.”

Masalah Utama : Resiko Perilaku Kekerasan

Tanggal : 07 Juni 2025

Pertemuan Ke : 5

1. Fase Orientasi

a. SalamTerapeutik

“Selamat pagi bapak, sesuai dengan janji saya kemarin saya datang lagi untuk menemui bapak”

b. Evaluasi/Validasi

“Bagaimana perasaan Bapak, apakah bapak masih ingat 4 cara untuk mengatasi marah?”

c. Kontrak

Topik : “sesuai janji kita kemarin, kita akan mendiskusikan obat-obatan yang bapak minum”

Waktu : “ kita akan berbicara 10 menit ya pak”

Tempat : “kita berbicara disini saja ya pak”

2. Fase Kerja

“bapak sudah dapat obat dari dokter?” Berapa macam obat yang bapak minum? Warnanya apa saja? Bagus! Jam berapa bapak minum? Bagus!

“Obatnya ada tiga macam pak, yang warnanya oranye gunanya agar bisa tidur, yang putih ini agar rileks dan tidak kaku, dan yang merah jambu/ping ini agar tenang dan rasa marah berkurang. Semuanya ini harus bapak minum 2 kali sehari jam 7 pagi dan jam 7 malam”.

“Jangan pernah menghentikan minum obat sebelum berkonsultasi dengan dokter ya pak, karena dapat terjadi kekambuhan.”

3. Fase Terminasi

a. Evaluasi

1) Evaluasi Subjektif

“Bagaimana perasaan bapak setelah kita bercakap-cakap tentang cara minum obat yang benar?”

2) Evaluasi Objektif

“Coba bapak sebutkan lagi jenis obat yang bapak minum. Bagaimana cara minum obat yang benar?”

b. Rencana Tindak Lanjut

“Nah, sudah berapa cara mengontrol perasaan marah yang kita pelajari? Sekarang kita tambahkan jadwal kegiatannya dengan minum obat. Jangan lupa laksanakan semua dengan teratur ya”.

c. Kontrak yang akan datang

Topik : “Baiklah pak pertemuan kita cukup sampai disini, besok saya datang lagi untuk memastikan bahwa bapak sudah melakukan cara pengendalian marah yang saya ajarkan”

Waktu : “ Besok saya datang pukul 09.00 WIB ya pak”

Tempat : “ Kita bertemu di sini saya ya pak”

Lampiran 7. SOP Teknik Relaksasi Nafas Dalam

	SOP (Standart Operacional Procedur) MANAJEMEN MARAH
Pengertian	Manajemen marah adalah intervensi keperawatan yang dilakukan untuk membantu pasien dalam mengenali, menyalurkan, dan mengontrol emosi marah secara adaptif dan aman melalui pendekatan fisik, verbal, dan spiritual.
Tujuan	Memberikan panduan teknis kepada perawat dalam melakukan manajemen marah pada pasien dengan risiko perilaku kekerasan guna menurunkan emosi negatif dan mencegah tindakan agresif.
Prosedur	A. Relaksasi Napas Dalam 1. Ajak pasien duduk atau berdiri dengan posisi nyaman. 2. Instruksikan untuk menarik napas dalam melalui hidung. 3. Tahan selama 2–4 detik. 4. Hembuskan napas perlahan melalui mulut. 5. Ulangi 5–10 kali atau selama 5–10 menit. B. Latihan Fisik: Pukul Bantal/Kasur 1. Ajak pasien ke ruang aman (privasi dan pengawasan). 2. Berikan bantal/kasur dan instruksikan untuk memukulnya. 3. Pasien boleh mengeluarkan suara saat melakukannya. 4. Lakukan selama 1–3 menit atau sesuai kebutuhan. 5. Ajak pasien refleksi perasaan setelah selesai. C. Latihan Verbal/Asertif 1. Bantu pasien mengenali emosi (marah, kesal, frustrasi). 2. Gunakan kalimat terbuka: “Apa yang membuat Anda merasa marah?” 3. Latih ungkapan asertif: “Saya merasa... ketika...” 4. Ajarkan teknik komunikasi asertif: menyatakan perasaan tanpa menyerang.

	D. Minum Obat dengan Benar 1. Verifikasi identitas dan obat sesuai prinsip 6 benar: a. Benar pasien, obat, dosis, cara pemberian, waktu, dokumentasi. 2. Awasi pasien saat mengonsumsi obat. 3. Edukasi pentingnya kepatuhan terhadap obat untuk kontrol emosi. E. Latihan Spiritual 1. Identifikasi keyakinan/agama pasien. 2. Ajak pasien berdzikir, berdoa, meditasi, atau ibadah sesuai agama. 3. Lakukan dalam suasana tenang dan penuh empati.
Dokumentasi	1. Catat setiap tindakan dan respon pasien pada catatan keperawatan harian. 2. Evaluasi perkembangan setiap shift. 3. Lakukan pelaporan jika terjadi insiden atau peningkatan kekerasan.

Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian

Rabu, 04 Juni 2025 Dokumentasi hari pertama : Latihan fisik (Tarik nafas dalam dan pukul bantal/Kasur)	
Kamis, 04 Juni 2025 Dokumentasi hari kedua : latih minum obat secara teratur	
Jumat, 05 Juni 2025 Dokementasi hari ketiga : latih secara verbal (meminta dan menolak dengan baik) Hasil : sudah apa perubahan 50%	
Sabtu, 06 Juni 2025 Dokumentasi hari keempat : Latihan secara spiritual Hasil : Perubahan bertambah 75%	
Minggu, 07 Juni 2025 Dokumentasi hari kelima : evaluasi penerapan manajemen marah (Latihan fisik, meminum obat, Latihan secara verbal, dan Latihan secara spiritual) Hasil : perubahan bertambah menjadi 90%	

Lampiran 9 Lembar Kegiatan Pembimbing

LEMBAR KEGIATAN PEMBIMBING

Nama : Salsabila Amanda
 NIM : P07120624059
 Judul : Penerapan Manajemen Marah Pada Tn B
 Dengan Masalah Resiko Prilaku Kekerasan Di
 RSJ Prof Dr. Muhammad Ildrem Medan
 Pembimbing Utama : Afniwati, S.Kep, Ns, M.Kes
 Pembimbing Pendamping : Juliana, S.Kep, Ns, M.Kep

No	Hari/Tgl	Materi Bimbingan	Paraf		
			Mahasiswa	Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
1	25 – 03 – 2025	Konsultasi Judul			
2	25 – 03 – 2025	Mengajukan Judul			
4	25 – 03 – 2025	ACC Judul			
5	19 – 05 – 2025	Konsultasi BAB I			
6	22 – 05 – 2025	Revisi Bab I, Konsultasi BAB II			
7	26 – 05 – 2025	ACC BAB I, Revisi BAB II			
8	28 – 05 – 2025	ACC BAB II, Konsultasi BAB III dan			
9	02 – 06 – 2025	ACC BAB III			

10	17 – 06 – 2025	Bimbingan BAB IV dan V			
11	18 – 06 – 2025	Revisi BAB IV dan V			
12	23 – 06 – 2025	ACC Bab IV dan V			
13	24 – 06 – 2025	ACC KIAN BAB I-V			
14	23 – 07 – 2025	Revisi KIAN			
15		ACC KIAN			

Medan, Juli 2025
Ka. Prodi Profesi Ners

Lestari, S.Kep, Ners, M.Kep
NIP. 198008292002122002

Lampiran 10 Riwayat Hidup Penulis

RIWAYAT HIDUP PENULIS

Data Pribadi

Nama	: Salsabila Amanda
Tempat/Tanggal Lahir	: Duri, 26 April 2002
Jenis Kelamin	: Perempuan
Anak Ke	: 4 dari 5 Bersaudara
Agama	: Islam
Alamat	: Jl. Durian Nusantara No. B 52
Email	: salsabilaamanda810@gmail.com
Nama Orang Tua	
Ayah	: Khairuddin Lubis
Ibu	: Nuridah Nasution

Riwayat Pendidikan

Tahun 2014	: SD.Negeri 43 Air Jamban
Tahun 2017	: MTS Yasmi Duri
Tahun 2020	: SMK Kesehatan Duri
Tahun 2024	: Kemenkes Poltekkes Medan Prodi Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan
Tahun 2025	: Kemenkes Poltekkes Medan Prodi Profesi Ners