

**ASUHAN KEPERAWATAN JIWA DENGAN TERAPI  
RELAKSASI NAFAS DALAM MENURUNKAN  
KECEMASAN PADA PASIEN LANSIA DI  
WISMA DRUPADI RS Jiwa  
GHRASIA YOGYAKARTA**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**



**Disusun Oleh:**

Zainal Arifin, S. Kep  
223203026

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
TAHUN 2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

ASUHAN KEPERAWATAN JIWA DENGAN TERAPI  
RELAKSASI NAFAS DALAM MENURUNKAN  
KECEMASAN PADA PASIEN LANSIA DI  
WISMA DRUPADI RS JIWA  
GHRASIA YOGYAKARTA


Karya Ilmiah Keperawatan ini telah disetujui untuk diujikan dihadapan  
penguji Program Studi Profesi Ners Fakultas Kesehatan Universitas  
Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

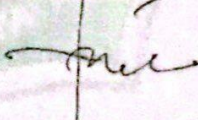
Disusun Oleh :  
ZAINAL ARIFIN  
223203026

Yogyakarta, Juli 2023

Pembimbing I

Pembimbing II

  
Rahayu Iskandar, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIDN.0405087501

  
Yayuk Sami Rahayu, S.Kep., Ns  
NIP.1971031619920320004

LEMBAR PENGESAHAN

ASUHAN KEPERAWATAN JIWA DENGAN TERAPI  
RELAKSASI NAFAS DALAM MENURUNKAN  
KECEMASAN PADA PASIEN LANSIA DI  
WISMA DRUPADI RS JIWA  
GHRASIA YOGYAKARTA

Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal

Oleh:

ZAINAL ARIFIN  
223203026

Penguji



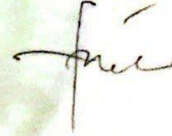
Rizqi Wahyu Hidayati, M.Kep  
NIDN. 0529098904

Pembimbing I



Rahayu Iskandar, M.Kep  
NIDN.0405087501

Pembimbing II



Yayuk Sami Rahayu S.Kep.,Ns  
NIP.1971031619920320004



Yanita Fitsetyamingati, S.Kep., Ns.,M.Kep  
NIDN. 05-0501-8201

## PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah mahasiswa Profesi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Nama : Zainal Arifin

NPM : 223203026

Program Studi : Profesi Ners

Judul Skripsi : Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Lansia Di Wisma Drupadi Rs Jiwa Ghrasia Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut diatas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil plagiarism. Semua referensi dan sumber terkait yang diaacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku.

Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 07 September 2023



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan berkah dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah yang berjudul “Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Lansia di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta”. Karya ilmiah ini dibuat untuk memenuhi syarat mendapatkan gelar profesi Ners pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Penulis menyadari bahwa karya ilmiah ini masi jauh dari kesempurnaan dan tidak lepas dari bantuan banyak pihak serta bimbingan, Dalam kesempatan kali ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ida Nursanti, S.Kep., Ns., MPH. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Dewi Utari, MNS selaku ketua Program Studi Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Yanita Trisetyaningsih, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku ketua Program Studi Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
4. Rahayu Iskandar, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku dosen pembimbing akademik yang telah membantu, membimbing, dalam menyusun karya ilmiah.
5. Yayuk Sami Rahayu, S.Kep.,Ns selaku pembimbing klinik yang telah membantu, membimbing, motivasi dalam menyusun karya ilmiah.
6. Rizqi Wahyu Hidayati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan dan masukan pada karya ilmiah.
7. Keluarga tercinta yang tidak lelah memberikan dukungan, motivasi dan do'a kepada penulis.
8. Klien yang bersedia terlibat dalam karya ilmiah ini.

Yogyakarta, Juli 2023

Penulis

Zainal Arifin, S.Kep

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>x</b>
<b>INTISARI .....</b>	<b>xi</b>
<b>ABSTRAC.....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang .....</b>	<b>1</b>
<b>B. Rumusan Masalah .....</b>	<b>5</b>
<b>C. Tujuan .....</b>	<b>5</b>
<b>D. Manfaat .....</b>	<b>6</b>
<b>E. Teknik Pengumpulan Data .....</b>	<b>7</b>
<b>BAB II TINJAUAN TEORI.....</b>	<b>8</b>
<b>A. Konsep Cemas .....</b>	<b>8</b>
<b>1. Definisi Cemas.....</b>	<b>8</b>
<b>2. Tingkat Kecemasan.....</b>	<b>8</b>
<b>3. Patofisiologi Kecemasan.....</b>	<b>10</b>
<b>4. Etiologi Kecemasan.....</b>	<b>11</b>
<b>5. Manifestasi Klinis Kecemasan.....</b>	<b>12</b>
<b>6. Pengukuran Kecemasan.....</b>	<b>12</b>
<b>7. Penatalaksanaan .....</b>	<b>13</b>
<b>B. Terapi Relaksasi Nafas Dalam .....</b>	<b>15</b>
<b>1. Pengertian terapi relaksasi nafas dalam.....</b>	<b>15</b>
<b>2. Manfaat Relaksasi Nafas Dalam.....</b>	<b>15</b>
<b>3. Teknik Relaksasi nafas Dalam .....</b>	<b>15</b>
<b>C. Konsep Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Terapi Relaksasi Nafas Dalam         Menurunkan Kecemasan .....</b>	<b>16</b>

1. Pengkajian .....	16
2. Diagnosa Keperawatan .....	24
3. Intervensi Keperawatan .....	24
4. Implementasi.....	25
5. Evaluasi.....	26
<b>BAB III TINJAUAN KASUS.....</b>	<b>27</b>
A. Pengkajian .....	27
B. Diagnosa keperawatan .....	36
C. Rencana keperawatan.....	37
D. Implementasi dan evaluasi .....	41
<b>BAB IV TEKNIK PENCARIAN JURNAL DAN ANALISIS JURNAL .....</b>	<b>54</b>
A. Cara Mencari Jurnal .....	54
B. Resume Jurnal .....	54
C. Rencana Aplikasi Jurnal Pada Kasus .....	57
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>	<b>61</b>
A. Analisa Data Pengkajian.....	61
B. Intervensi Keperawatan.....	63
C. Analisis Hasil Implementasi Relaksasi Nafas Dalam .....	65
D. Evaluasi Keperawatan .....	66
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>68</b>
A. Kesimpulan.....	68
B. Saran .....	69
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>70</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>73</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Rentang Respon Kecemasan.....	14
Tabel 2. 2 Intervensi Keperawatan.....	24
Tabel 3. 1 Mekanisme Koping .....	33
Tabel 3. 2 Terapi Medis .....	34
Tabel 3. 3 Rencana Keperawatan.....	37
Tabel 3. 4 Implementasi Keperawatan.....	41

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA



**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 3. 1 Genogram .....28

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat izin penelitian .....	74
Lampiran 2 Informed Consent .....	75
Lampiran 3 Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) .....	76
Lampiran 4 Pretest .....	77
Lampiran 5 Post test.....	82
Lampiran 6 Hasil Cek Plagiarisme .....	82

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA