

KARYA TULIS ILMIAH

**PENGARUH *DEEP BREATHING EXERCISE* TERHADAP
TINGKAT AGRESIVITAS PADA PASIEN GADUH
GELISAH DENGAN PERILAKU KEKERASAN
DI YAYASAN BAGUS MANDIRI INSANI
KOTA PALEMBANG TAHUN 2026**



DISUSUN OLEH:

DEFAZIL AKRAMMUFID ZAMHARI
NIM: 231440101003

**PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN DAN TEKNOLOGI(FKesT)
UNIVERSITAS AISYIAH PALEMBANG
TAHUN AKADEMIK 2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENGARUH *DEEP BREATHING EXERCISE* TERHADAP
TINGKAT AGRESIVITAS PADA PASIEN GADUH
GELISAH DENGAN PERILAKU KEKERASAN
DI YAYASAN BAGUS MANDIRI INSANI
KOTA PALEMBANG TAHUN 2026**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan
Program Ahli Madya Keperawatan Universitas Aisyiyah Palembang



DISUSUN OLEH:

DEFAZIL AKRAMMUFID ZAMHARI

NIM: 231440101003

**PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN DAN TEKNOLOGI(FKesT)
UNIVERSITAS AISYIAH PALEMBANG
TAHUN AKADEMIK 2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

PENGARUH *DEEP BREATHING EXERCISE* TERHADAP TINGKAT AGRESIVITAS PADA PASIEN GADUH GELISAH DENGAN PERILAKU KEKERASAN DI YAYASAN BAGUS MANDIRI INSANI KOTA PALEMBANG TAHUN 2026

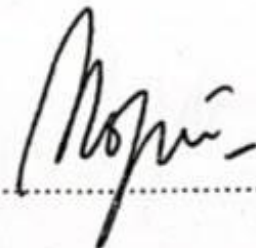
Disusun Oleh:

Defazil Akrammufid Zamhari
NIM: 23144010103

Telah di Pertahankan di Depan Tim Penguji
Pada Tanggal: 23 Juni 2026

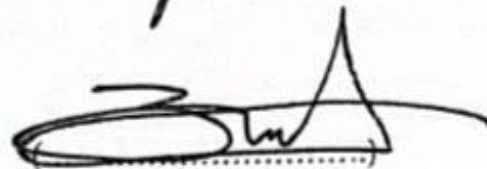
Penguji I

Nopianti S.Kep., M.Kes
NIK: 1999.10.028

()

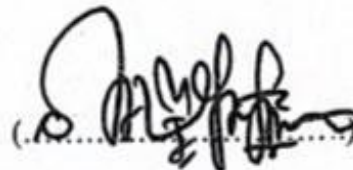
Penguji II

Ns.Miming Oxyandi, M.Kes,M.Kep,Ph.D
NIK: 2010.03.022

()

Penguji III

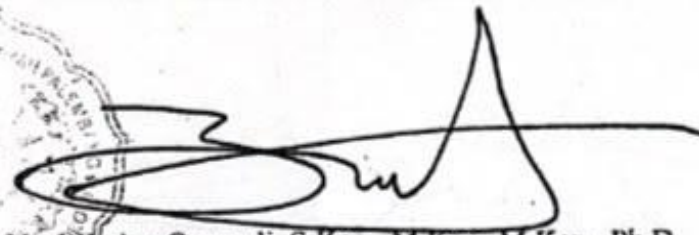
Ns.Widya Arisandy, S.Kep., M.Kes
NIK. 2009.04.017

()

Disahkan Oleh:

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Teknologi



()
Ns.Miming Oxyandi, S.Kep., M.Kes., M.Kep., Ph.D
NIK. 2010.03.022

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah Dengan Judul:

**PENGARUH *DEEP BREATHING EXERCISE* TERHADAP TINGKAT
AGRESIVITAS PADA PASIEN GADUH GELISAH DENGAN PERILAKU
KEKERASAN DI YAYASAN BAGUS MANDIRI INSANI KOTA
PALEMBANG TAHUN 2026**

DISUSUN OLEH:

DEFAZIL AKRAMMUFID ZAMHARI
NIM. 231440101003

Telah di Pertahankan di Depan Tim Penguji

Pada Tanggal: 23 Juni 2026

Penguji I

Nopianti S.Kep., M.Kes
NIK: 1999.10.028

(.....)

Penguji II

Ns.Miming Oxyandi, M.Kes,M.Kep,Ph.D
NIK: 2010.03.022

(.....)

Penguji III

Ns.Widya Arisandy, S.Kep., M.Kes
NIK. 2009.04.017

(.....)

Disahkan Oleh:

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Teknologi



Ns.Miming Oxyandi, S.Kep., M.Kes., M.Kep., Ph.D
NIK. 2010.03.022

MOTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“MAN JADDA WAJADA.”

PERSEMBAHAN

❖ Kepada Orang tua Tercinta

Terima kasih, ayah dan umi, atas doa, kasih sayang, kerja keras, pengorbanan, dan dukungan yang tidak pernah berhenti. Pendidikan yang dapat aku tempuh hari ini adalah hasil dari perjuangan dan kepercayaan kalian. Semoga suatu hari nanti aku dapat membalas segala pengorbanan dan menjadi kebanggaan serta kebahagiaan bagi ayah dan umi.

❖ Kepada Kekasih Tercinta

Terima kasih telah selalu hadir, mendukung, mendoakan, dan menguatkan di setiap proses perjuangan. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi, pendengar, serta penyemangat ketika aku merasa lelah dan hampir menyerah. Semoga segala kebaikan dan ketulusanmu dibalas Allah SWT dengan kebahagiaan dan keberkahan.

❖ Kepada Dosen

Terima kasih kepada seluruh dosen yang telah memberikan ilmu, bimbingan, arahan, dan dukungan selama proses perkuliahan hingga penyelesaian tugas akhir ini. Setiap ilmu dan nasihat yang diberikan menjadi bekal berharga bagi perjalanan dan masa depanku.

RIWAYAT HIDUP



IDENTITAS DIRI

Nama Lengkap	: Defazil Akrammufid Zamhari
Tempat/Tanggal Lahir	: Banyuasin, 27 November 2004
Jenis Kelamin	: Laki Laki
Agama	: Islam

RIWAYAT PENDIDIKAN

Tahun 2010-2016	: Sdn 7 Betung
Tahun 2016-2019	: Mts Ponpes Assalam Al-Islamy
Tahun 2019-2022	: Ma Ponpes Assalam Al-Islamy
Tahun 2023-2026	: Universitas Aisyiyah Palembang

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Defazil Akrammufid Zamhari
NIM : 231440101003
Tempat tanggal lahir : Banyuasin, 27 November 2004
Alamat : Desa Sri kembang Kab. Banyuasin Kec. Betung
Telepon/Hp : 083841322091
Judul Penelitian : Pengaruh *Deep Breathing Exercise* Terhadap
Tingkat Skor Agresivitas Pada Pasien Gaduh
Gelisah Dengan
Perilaku Kekerasan di Yayasan Bagus Mandiri
Insani Palembang
Dipublikasikan di : Universitas Aisyiyah Palembang

Dengan ini menyatakan dengan sebenarnya bahwa Penelitian ini dibuat sendiri (bukan plagiat). Apabila dikemudian hari ternyata saya memberi pernyataan yang tidak benar sehubungan dengan pernyataan di atas, maka saya bersedia dituntut secara hukum.

Palembang, 23 Juni 2026



Defazil Akrammufid Zamhari

NIM. 231440101003

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas Universitas Aisyiyah Palembang, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Defazil Akrammufid Zamhari
NIM : 231440101003
Program Studi : D3 Keperawatan
Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah (Studi Kasus)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Aisyiyah Palembang Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) atas KTI yang berjudul :

“Pengaruh *Deep Breathing Exercise* Terhadap Tingkat Agresivitas pada Pasien Gaduh Gelisah dengan Perilaku Kekerasan di Yayasan Bagus Mandiri Insani Palembang Tahun 2026” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini Universitas Aisyiyah Palembang berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Universitas Aisyiyah Palembang

Pada Tanggal : 23 Juni 2026

Yang Menyatakan



Defazil Akrammufid Zamhari

NIM 231440101003

FAKULTAS KESEHATAN DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS AISYIYAH PALEMBANG
PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN

Karya Tulis Ilmiah, Juni 2026

Defazil Akrammufid Zamhari

Pengaruh Teknik Deep Breathing Exercise Terhadap Tingkat Agresivitas Pada Pasien Gaduh Gelisah Dengan Perilaku Kekerasan di Yayasan Bagus Mandiri Insani Palembang Tahun 2026

Xvi+ 71 Halaman + 9 Tabel + 10 Lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Perilaku kekerasan merupakan masalah kesehatan jiwa yang dapat disertai kegelisahan, agitasi, kemarahan, dan perilaku agresif. *Deep Breathing Exercise* merupakan intervensi nonfarmakologis yang dapat membantu pasien mencapai relaksasi dan mengontrol respons emosional. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Deep Breathing Exercise* terhadap tingkat agresivitas pada pasien gaduh gelisah dengan perilaku kekerasan di Yayasan Bagus Mandiri Insani Kota Palembang Tahun 2026. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan pre-eksperimental one-group pretest-posttest. Sampel berjumlah 15 pasien dengan teknik purposive sampling. Tingkat agresivitas diukur menggunakan *Modified Overt Aggression Scale* (MOAS) dan data dianalisis menggunakan Paired Samples t-test. **Hasil:** Rata-rata skor agresivitas sebelum intervensi sebesar 31,40 dan menurun menjadi 19,13 setelah intervensi, dengan selisih rata-rata 12,27 poin. Hasil uji menunjukkan $t = 7,215$, $df = 14$, dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah pemberian *Deep Breathing Exercise*. **Saran:** Perawat dan tenaga kesehatan disarankan menerapkan *Deep Breathing Exercise* sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan sampel yang lebih besar dan kelompok kontrol untuk memperkuat bukti efektivitas intervensi.

Kata Kunci: Perilaku Kekerasan, Agresivitas, *Deep Breathing Exercise*, Agitasi, Intervensi Keperawatan

Daftar Pustaka: 19 (2014-2025)

**FACULTY OF HEALTH AND TECHNOLOGY
AISYIYAH UNIVERSITY OF PALEMBANG
DIPLOMA 3 NURSING STUDY PROGRAM**

Scientific Paper, June 2026

Defazil Akrammufid Zamhari

**The Effect of Deep Breathing Exercise Technique on Aggressiveness
Levels in Restless and Agitated Patients with Violent Behavior at
Bagus Mandiri Insani Foundation Palembang in 2026**

xiii + 71 Pages + 9 Tables + 10 Appendices

ABSTRAK

Background: Violent behavior is a serious mental health problem that may involve restlessness, agitation, anger, and aggressive behavior. Deep Breathing Exercise is a non-pharmacological intervention that can help patients relax and control emotional responses. **Objective:** This study aimed to determine the effect of Deep Breathing Exercise on aggressiveness levels in restless and agitated patients with violent behavior at Bagus Mandiri Insani Foundation Palembang in 2026. **Methods:** This quantitative study used a pre-experimental one-group pretest-posttest design. The sample consisted of 15 patients selected using purposive sampling. Aggressiveness was measured using the Modified Overt Aggression Scale (MOAS), and data were analyzed using the Paired Samples *t*-test. **Results:** The mean aggressiveness score decreased from 31.40 before the intervention to 19.13 after the intervention, with a mean difference of 12.27 points. The results showed $t = 7.215$, $df = 14$, and $p = 0.000$ ($p < 0.05$), indicating a significant difference before and after the intervention. **Conclusion:** Deep Breathing Exercise is effective in reducing aggressiveness levels in restless and agitated patients with violent behavior. **Suggestion:** Nurses and healthcare providers are recommended to apply Deep Breathing Exercise as a non-pharmacological nursing intervention. Further studies should involve larger samples and a control group to strengthen evidence of its effectiveness.

Keywords: Violent Behavior, Aggressiveness, Deep Breathing Exercise, Agitation, Nursing Intervention

References: 19 (2014-2025)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-nya sehingga Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Pengaruh Deep Breathing Exercise Terhadap Tingkat Agresivitas Pada Pasien Gaduh Gelisah dengan Perilaku Kekerasan di Yayasan Bagus Mandiri Insani Palembang Tahun 2026” dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Laporan Tugas Akhir ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Diploma 3 Keperawatan Fakultas Kesehatan dan Teknologi Universitas Aisyiyah Palembang. Dalam penyusunan Karya Tulis, penulis menyadari bahwa banyak pihak yang telah memberikan bantuan, bimbingan, serta dukungan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Agus Mulyono, Am.Kep. selaku Pimpinan Yayasan Bagus Mandiri Insani yang telah memberikan izin, kesempatan, serta dukungan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian dan pengumpulan data dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini
2. Bapak Khoirin, SKM., M.Kes selaku Rektor Universitas Aisyiyah Palembang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan.
3. Bapak Ns. Miming Oxyandi, M.Kes., M.Kep., Ph.D selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Ilmu dan Teknologi (FKest) dan Pengiji II Universitas Aisyiyah Palembang
4. Ibu Ns. Sunarmi, S.Kep., M.Kes selaku Ketua Program Studi Diploma 3 Keperawatan Universitas Aisyiyah Palembang
5. Ibu Ns. Widya Arisandy, S.Kep., M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan bimbingan, arahan, serta masukan yang sangat berharga kepada penulis selama penyusunan laporan ini.

6. Kedua orang tua tercinta yang selalu menjadi tempat pulang dan sumber kebahagiaan penulis di saat lelah, rapuh, dan hampir menyerah. Dari merekalah penulis mendapatkan kekuatan, doa, serta motivasi terbaik untuk bangkit kembali dan menghadapi dunia dengan lebih tegar. Terima kasih atas cinta yang tulus dan kebahagiaan tanpa batas yang selalu diberikan kepada penulis.
7. Kakak dan Adik tercinta yang selalu mendukung setiap keputusan penulis, yang senantiasa berusaha mewujudkan apa yang penulis inginkan, bahkan rela mengesampingkan keinginan pribadinya demi memprioritaskan adiknya.
Terima kasih atas segala pengorbanan, perhatian, dan kasih sayang yang telah diberikan.
8. Diri penulis sendiri yang telah berusaha, berjuang, dan tidak menyerah dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini.

Sesungguhnya masih banyak lagi, namun tidak sempat penulis sebutkan satu persatu disini. Untuk itu, penulis mohon maaf dan menyampaikan terima kasih banyak atas segala bentuk kebaikannya.

Akhir kata, penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang keperawatan Jiwa, serta menjadi referensi yang bermanfaat bagi pembaca dan peneliti selanjutnya. Amin.

Palembang, 23 Juni 2026



Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTO DAN PERSEMBAHAN	v
RIWAYAT HIDUP	vi
SURAT PERNYATAAN	vii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	viii
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRAK</i>	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Konsep Dasar Gangguan Jiwa.....	8
2.2 Konsep Dasar Gaduh Gelisah (Agitasi)	12
2.3 Konsep Dasar <i>Deep Breathing Exercise</i>	20
2.4 Penelitian Terdahulu.....	22
2.5 Definisi Operasional Variable Penelitian	23
2.6 Umur Responden	28
2.7 Kerangka Teori	30
2.8 Kerangka Konsep	31

2.9 Definisi Operasional	32
2.10 Hipotesis	34
BAB III METODE PENELITIAN	36
3.1 Jenis dan Desain Penelitian	36
3.2 Populasi dan Sampel.....	37
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian	39
3.5 Pengumpulan Data.....	40
3.6 Pengolahan Data	47
3.7 Analisis Data	48
3.8 Uji Normalitas	49
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	51
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	51
4.2 Hasil Penelitian.....	52
BAB V PEMBAHASAN	57
5.1 Keterbatasan Penelitian	57
5.2 Pembahasan	58
BAB VI PENUTUP	68
6.1 Kesimpulan.....	68
6.2 Saran	69
DAFTAR PUSTAKA.....	71

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 SOP Deep Breathing Exercise	22
Tabel 2.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian	32
Tabel 3.1 Skor MOAS	42
Tabel 3.2 Bobot Skor MOAS.....	43
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur.....	50
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	50
Tabel 4.3 Uji Normalitas	51
Tabel 4.4 Skor Agresivitas Sesudah Dan Sebelum	51
Tabel 4.5 Hasil Uji Wilcoxon	52

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 2.1	16
Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	30
Skema 3.1 Kerangka Konsep Penelitian	31