

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**PENERAPAN TERAPI KOMBINASI RELAKSASI NAFAS DALAM  
DAN DZIKIR UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA KLIEN  
DENGAN GANGGUAN JIWA**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagai Syarat Memperoleh  
Derajat Profesi Ners pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



**Disusun oleh :**

**SILFIA WAHYUNI**

**20214030015**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

**2022**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Silfia Wahyuni

NIM : 20214030015

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Fakultas : Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya ilmiah akhir yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari peneliti lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan di daftar pustaka

Apabila kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan karya ilmiah akhir ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut

Yogyakarta, 22 Juli 2022

Yang membuat pernyataan



Silfia Wahyuni

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur peneliti haturkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga peneliti dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir yang berjudul “Penerapan Terapi Kombinasi Relaksasi Nafas dalam dan Dzikir untuk Menurunkan Kecemasan pada Klien Dengan Gangguan Jiwa”. Karya ilmiah akhir ini disusun sebagai syarat untuk memperoleh gelar ners.

Peneliti menyadari dalam penyusunan karya ilmiah akhir ini tidak terlepas dari hambatan dan kesulitan. Selain itu, peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada orang-orang yang peneliti hormati dan sayangi yang membantu dalam penyusunan karya ilmiah akhir kepada:

1. Dr. dr. Sri Sundari, M.Kes selaku Dekan FKIK UMY yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengejar cita-cita dengan menikmati bangku kuliah.
2. Dr. Nur Cahyati, Ns., M.Kep selaku Kepala Prodi Pendidikan Profesi Ners FKIK UMY.
3. Laili Nur Hidayati, Ns.,M.Kep.,Sp.Kep. Jiwa selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan arahan, waktu serta dukungan untuk peneliti dalam menyusun karya ilmiah akhir ini.
4. Kedua orang tua peneliti, Wahyu Riyanto dan Sri Purwani yang saya sayangi yang telah memberikan do'a serta dukungan kepada saya sehingga saya dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ini.
5. Rekan-rekan seperjuangan Coners 29 FKIK UMY.

Peneliti sudah berusaha semaksimal mungkin dalam mengerjakan karya ilmiah akhir ini namun apabila masih ada kekurangan peneliti meminta masukan serta sarannya.

Akhir kata dengan segala kekurangan, semoga karya ilmiah akhir ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pembaca.

Yogyakarta, 22 Juli 2022



Silfia Wahyuni

## DAFTAR ISI

KARYA ILMIAH AKHIR .....	
HALAMAN PENGESAHAN KARYA ILMIAH AKHIR .....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	ii
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
<b>A. Latar Belakang</b> .....	<b>1</b>
<b>B. Tujuan Penelitian</b> .....	<b>5</b>
<b>C. Manfaat Penelitian</b> .....	<b>5</b>
BAB II.....	6
TINJAUAN PUSTAKA.....	6
<b>1. Kecemasan</b> .....	<b>6</b>
<b>2. Kecemasan pada Orang dengan Gangguan Jiwa</b> .....	<b>10</b>
<b>3. Alat Ukur Kecemasan</b> .....	<b>11</b>
<b>4. Penatalaksanaan</b> .....	<b>13</b>
<b>5. Terapi kombinasi relaksasi nafas dalam dan dzikir</b> .....	<b>15</b>
BAB III .....	19
LAPORAN KASUS .....	19
BAB IV .....	21
HASIL .....	21
<b>A. Diagnosa Keperawatan</b> .....	<b>21</b>
<b>B. Rencana Keperawatan</b> .....	<b>21</b>
BAB V .....	23
PEMBAHASAN .....	23
<b>A. Analisis Data Pengkajian</b> .....	<b>23</b>
<b>B. Kekuatan dan Kelemahan Karya Ilmiah Akhir</b> .....	<b>25</b>

BAB VI.....	26
KESIMPULAN DAN SARAN.....	26
<b>A. KESIMPULAN.....</b>	<b>26</b>
<b>B. SARAN.....</b>	<b>26</b>
DAFTAR PUSTAKA .....	27
LAMPIRAN.....	32

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1. Diganosa Keperawatan .....	21
Tabel 2. Evaluasi.....	22

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Inform Consent.....	32
Lampiran 2. Formulir Persetujuan .....	33
Lampiran 3. Hasil Pengkajian skala HARS .....	34
Lampiran 4. Asuhan Keperawatan.....	40