

**PENERAPAN BERJEMUR TERHADAP REGULASI EMOSI PASIEN
DENGAN RESIKO PERILAKU KEKERASAN
DI RSJD Dr. ARIF ZAINUDIN**

Ragil Luthfiana Nursakinah¹, Norman Wijaya Gati², Wahyu Yuniati³
nur.luthfiana20@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang; Perilaku kekerasan adalah masalah utama yang sering terjadi pada pasien skizofrenia. Risiko Perilaku Kekerasan adalah jenis perilaku yang ditunjukkan oleh seseorang yang mengancam orang lain dalam bentuk ancaman fisik, emosional, atau seksual. Untuk memperbaiki regulasi emosi pasien yang rentan terhadap perilaku ini, terapi non-farmakologis termasuk menggunakan berjemur. Ditemukan bahwa vitamin D yang kita peroleh saat berjemur membantu mengatur transmisi neuro serotonergik dan metabolisme. Salah satu neurotransmitter yang paling penting untuk mengatur emosi adalah serotonin. **Tujuan;** Mengetahui hasil penerapan berjemur terhadap regulasi emosi pasien dengan resiko perilaku kekerasan. **Metode;** Penerapan dilakukan dengan metode deskriptif studi kasus kepada 2 responden pada pasien resiko perilaku kekerasan selama 10 hari selama 10-15 menit. **Hasil;** Berdasarkan hasil penerapan yang sudah dilakukan, terdapat perkembangan kontrol halusinasi sebelum dan sesudah dilakukan penerapan berjemur. **Kesimpulan;** berjemur dapat dijadikan sebagai salah satu teknik non-farmakologis atau intervensi mandiri pada pasien resiko perilaku untuk mengontrol regulasi emosi.

Kata Kunci : regulasi emosi, Resiko Perilaku Kekerasan, Berjemur