

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM
UNTUK MENURUNKAN SKALA NYERI PADA
PASIEN GASTRITIS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS REJOSARI**

KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS

**NURHALIZA
NIM.P032114401111**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2024**

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM
UNTUK MENURUNKAN SKALA NYERI PADA
PASIEN GASTRITIS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS REJOSARI**

Karya tulis ilmiah studi kasus ini di susun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan program pendidikan Diploma III Keperawatan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Riau

**NURHALIZA
NIM.P032114401111**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2024**

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Nurhaliza

NIM : P032114401111

Tempat/Tanggal Lahir : Pekanbaru,

Agama : Islam

Nama Ayah : Yan Anwari

Nama Ibu : Yelsi Riani

Alamat : Jl. Diponegoro V No.3

Riwayat Pendidikan :

No	Jenis Pendidikan	Tempat Pendidikan	Tahun
1.	TK	TK Negeri Pembina 1	2008-2009
2.	SD	SDN 051 Pekanbaru	2009-2015
3.	SMP	SMPN 14 Pekanbaru	2015-2018
4.	SMA	SMAN 1 Pekanbaru	2018-2021
5.	DIII Keperawatan	Poltekkes Kemenkes Riau	2021-2024

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus oleh Nurhaliza NIM P032114401111 dengan judul “Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam untuk Menurunkan skala Nyeri pada Pasien Gastritis di wilayah kerja puskesmas rejosari” telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan pada ujian sidang tugas akhir Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau.

Pembimbing Utama



Ns. Erni Forwaty, S.Kep., M.Kep
NIP.198210172006042025

Pekanbaru, 22 Mei 2024

Pembimbing Pendamping



Husnan, Skp., MKM
NIP. 196505101985031008

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Nurhaliza NIM P032114401111 dengan judul “Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam untuk Menurunkan skala Nyeri pada Pasien Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari” telah dipertahankan di depan tim penguji Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau pada tanggal 29 May 2024 dan disetujui untuk penelitian.

Tim Penguji

Penguji Ketua : Ns. Erni Forwaty, S.Kep.,M.Kep (.....)
: (NIP. 198210172006042025)

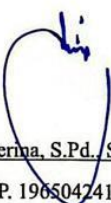
Penguji Anggota I : Ns. Sari Anggela, M.Kep., Sp. Kep.A (.....)
: (NIP. 198610082010122002)

Penguji Anggota II : Dr. Ibnu Rusdi, S.Kp., M.Kes (.....)
: (NIP. 197011232003121002)

Mengetahui

Ketua

Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau


Rusherina, S.Pd., S.Kep., M.Kes
NIP. 198504241988032002

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nurhaliza

Nim : P032114401111

Program Studi : DIII Keperawatan

Institusi : Politeknik Kesehatan Kementrian Riau

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya tulis ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri ; bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai hasil tulisan pikiran saya sendiri.

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

Pekanbaru, 29 Mei 2024

Pembuat Pernyataan



Mengetahui :

Pembimbing I

Ns. Erni Forwaty, S.Kep., M.Kep

Pembimbing Pendamping

Husnan, Skp., MKM

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas Rahmat-Nya peneliti mampu menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan baik. Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan memenuhi Tugas Akhir di Program Studi Diploma III Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.

Atas terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini Peneliti Mengucapkan rasa terimakasih dan rasa hormat kepada :

1. Ibu Rully hevrialni, S.ST., Bdn., M.Keb., MH selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau yang telah memberikan kesempatan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Ibu Ns. Hj. Rusherina, S.Pd, S.Kep., M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau
3. Ibu Ns. Idayanti, S.Pd., M.Kes selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Riau
4. Ibu Ns. Erni Forwaty, S.Kep., M.Kep selaku Pembimbing I yang senantiasa memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Bapak H. Husnan, S.Kp., MKM selaku pembimbing II yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi selama dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Ibu Ns. Sari Anggela, M.Kep., Sp. Kep.A selaku Penguji I yang berkenan memberikan saran dan masukan selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini kepada penulis.

7. Bapak Dr, Ibnu Rusdi, S.Kp., M.Kes selaku Penguji II yang berkenan memberikan saran dan masukan selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini kepada penulis.
8. Teristimewa rasa hormat dan terimakasih kepada kedua orang tua tercinta yaitu Ayahanda Yan Anwari dan Ibunda Yelsi Riani yang telah memberikan kasih sayang yang tak terhingga, dukungan, semangat dan doa yang tiada henti selama proses penyusunan kti ini.
9. Teruntuk teman-teman saya yaitu : Afri Annisa Zuhdi, Viona Nathania, Najla Ulfania Ardi terimakasih telah memberikan saya semangat dan motivasi selama penyusunan karya tulis ilmiah ini
10. Teman-teman seperjuangan Angkatan DIII Keperawatan yaitu : Najwa Syafira Putri, Rani Juwita, Hikma Nadya, Selvi Arianti, Yonanda Darafisla, dan Yuspika Wardhani yang telah memberikan dukungan, semangat dan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini

Semoga Proposal Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan dan membacanya.

Pekanbaru, 19 Maret 2024

Penulis

ABSTRAK

Nurhaliza (2024) Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Untuk Menurunkan Skala Nyeri Pada Pasien Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari. Karya Tulis Ilmiah, Program Studi DIII Keperawatan, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.

Pembimbing (I) Ns. Erni Forwaty, S.Kep., M.Kep (II) H. Husnan, S.Kp., MKM.

Gastritis merupakan peradangan yang mengenai mukosa lambung. Gejala yang umum dikeluhkan oleh penderita gastritis adalah nyeri ulu hati atau nyeri epigastrium. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengurangi nyeri pada pasien gastritis. Metode penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus dan dilakukan pada 23-25 April 2024. Subjek dalam penelitian ini adalah 2 pasien yang menderita gastritis, pasien mengalami nyeri sedang dengan skala 4 sampai 5 riwayat nyeri sebelumnya. Hasil studi kasus menunjukkan terjadi penurunan skala nyeri pada pasien gastritis setelah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam dengan penurunan skala nyeri sedang (4-5) menjadi skala nyeri ringan (1-2). Hasil tersebut menunjukkan bahwa teknik relaksasi nafas dalam sangat efektif menurunkan tingkat nyeri pada pasien gastritis. Saran bagi penulis selanjutnya diharapkan dapat menjadi salah satu referensi dan menambah ilmu pengetahuan, serta dapat dijadikan pedoman dalam pengembangan penerapan teknik relaksasi nafas dalam pada pasien gastritis.

Kata Kunci : Gastritis, Nyeri, Teknik Relaksasi Nafas Dalam

ABSTRACT

Nurhaliza (2024) Application of Breath Relaxation Techniques to Lower the Pain Scale in Gastritis Patients in the Rejosari Health Center Work Area. Scientific Writing, DIII Nursing Study Program, Department of Nursing, Riau Health Ministry Polytechnic. Supervisor (I) Ns. Erni Forwaty, S.Kep., M.Kep (II) H. Husnan, S.Kp., MKM.

Gastritis is an inflammation that affects the gastric mucosa. Common symptoms complained of by people with gastritis are heartburn or epigastric pain. The purpose of this study was to reduce pain in gastritis patients. This research method is descriptive using a case study approach and was conducted on April 23-25, 2024. The subjects in this study were 2 patients suffering from gastritis, patients experiencing moderate pain with a scale of 4 to 5 previous pain history. The results of the case study showed a decrease in the pain scale in gastritis patients after deep breath relaxation techniques were performed with a decrease in the moderate pain scale (4-5) to a mild pain scale (1-2). These results indicate that deep breath relaxation techniques are very effective in reducing pain levels in gastritis patients. Suggestions for further authors are expected to be one of the references and add to knowledge, and can be used as guidelines in developing the application of deep breath relaxation techniques in gastritis patients.

Keywords: Deep Breath Relaxation Technique, Gastritis, Pain

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Gastritis.....	6
2.1.1 Definisi	6
2.1.2 Etiologi	6
2.1.3 Klasifikasi Gastritis	7
2.1.4 Patofisiologi.....	8
2.1.5 Manifestasi Klinis	9
2.1.6 Pemeriksaan Diagnostik	10
2.1.7 Komplikasi Gastritis	10
2.1.8 Penatalaksanaan Gastritis	11

2.2	Konsep Teknik Relaksasi Nafas Dalam	12
2.2.1	Definisi Teknik Relaksasi Nafas Dalam	12
2.2.2	Tujuan Teknik Relaksasi Napas Dalam	13
2.2.3	Langkah Teknik Relaksasi Napas Dalam	13
BAB 3	METODE PENELITIAN	15
3.1	Rancangan Studi Kasus	15
3.2	Subyek Penelitian	15
3.3	Fokus Studi	15
3.4	Definisi Operasional Fokus Studi	16
3.5	Instrumen Studi Kasus	16
3.6	Metode Pengumpulan Data	16
3.7	Lokasi dan Waktu Studi Kasus	18
3.8	Analisa Data dan Penyajian Data Cara Pengolahan Data	18
3.9	Etika Penelitian	19
BAB 4	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	20
4.1	Hasil Studi Kasus	20
4.1.1	Gambaran Lokasi Studi Kasus	20
4.1.2	Gambaran Subyek Studi Kasus	20
4.1.3	Pemaparan Fokus Studi Kasus	23
4.2	Pembahasan	25
4.3	Keterbatasan Studi Kasus	27
BAB 5	KESIMPULAN DAN SARAN	28
5.1	Kesimpulan	28
5.2	Saran	28
5.2.1	Bagi Subjek	28
5.2.2	Bagi Masyarakat	28
5.2.3	Bagi Pengembangan Ilmu Dan Teknologi Keperawatan	29
5.2.4	Bagi Penulis	29
DAFTAR PUSTAKA	30
LAMPIRAN	32

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 PQRST dari subjek 1 dan 2 sebelum dilakukannya terapi relaksasi nafas dalam	22
Tabel 4.2 Hasil Observasi Skala Nyeri Subyek 1 Sebelum (Pre) Dan Sesudah (Post) Diberikannya Teknik Relaksasi Nafas Dalam Selama 3 Hari....	23
Tabel 4.3 Hasil Observasi Skala Nyeri Subyek 2 Sebelum (Pre) Dan Sesudah (Post) Diberikannya Teknik Relaksasi Nafas Dalam Selama 3 Hari....	24

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Diagram Patofisiologi Gastritis.....	9
--	---

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Sop Teknik Relaksasi Nafas Dalam.....	32
Lampiran 2 Lembar Observasi Pengkajian Skala Nyeri.....	34
Lampiran 3 Surat Izin Pra-Penelitian Kampus.....	36
Lampiran 4 Surat Izin Pra-Penelitian Sipenasakti	40
Lampiran 5 Informed Consent	41
Lampiran 6 Surat Pra-Penelitian Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru	43
Lampiran 7 Format Acc Judul Karya Tulis Ilmiah.....	44
Lampiran 8 Format Kesiediaan Dosen Pembimbing 1	45
Lampiran 9 Format Kesiediaan Dosen Pembimbing 2	46
Lampiran 10 Lembar Konsultasi Dosen Pembimbing 1	47
Lampiran 11 Lembar Konsultasi Dosen Pembimbing 2	53
Lampiran 12 Lembar Revisi Dospem 1	55
Lampiran 13 Lembar Revisi Dospem 2	56
Lampiran 14 Surat Izin Penelitian.....	57
Lampiran 15 Surat Kaji Etik	59
Lampiran 16 Dokumentasi.....	60