

## 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