

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
TANJUNGPURUSAN JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN KOTABUMI
Karya Tulis Ilmiah, Maret 2024
Hani Agustina

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM TERHADAP
PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA PASIEN GASTRITIS DI DESA
TANJUNG AMAN WILAYAH KERJA PUSKESMAS KOTABUMI II
xviii + 42 halaman + 5 tabel + 2 gambar + 5 lampiran

ABSTRAK

Gastritis adalah peradangan yang terjadi pada mukosa lambung yang bersifat akut, kronik, difus, atau lokal. nyeri ulu hati, mual, muntah, lemes, perut kembung, dan terasa sesak, tidak ada nafsu makan, wajah pucat, suhu badan meningkat, keringat dingin, pusing, atau bersendawa. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien gastritis. Metode dalam penelitian ini melalui wawancara, pemeriksaan fisik dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan tindakan keperawatan berupa Terapi Teknik Relaksasi Napas Dalam pada klien Ny. S terjadi penurunan intensitas nyeri dari skala 4 menjadi 0. Saran bagi Peneliti diharapkan penerapan teknik relaksasi napas dalam tidak hanya dilakukan pada 1 klien tetapi berlaku untuk semua klien yang mengalami masalah nyeri. Diharapkan Petugas Puskesmas II, Kotabumi Lampung Utara, khususnya perawat dapat mesosialisasikan dan mengajarkan teknik relaksasi napas dalam kepada pasien yang mengalami masalah nyeri. Bagi klien/keluarga diharapkan keluarga dan klien dapat menerapkan teknik relaksasi napas dalam dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien dan dapat menolong dirinya sendiri terutama dalam masalah nyeri. Sehingga klien tidak tergantung dengan obat.

Kata kunci : Terapi Teknik Relaksasi Napas Dalam, nyeri akut, gastritis
Daftar bacaan : 34 (2015-2023)

HEALTH POLYTECHNIC MINISTRY OF HEALTH TANJUNGPUR
NURSING DEPARTMENT
DIII NURSING STUDY PROGRAM KOTABUMI
Scientific Writing, March 2024
Hani Agustina

APPLICATION OF DEEP BREATHING RELAXATION TECHNIQUES TO
REDUCE PAIN INTENSITY IN GASTRITIS PATIENTS IN TANJUNG AMAN
VILLAGE, KOTABUMI II HEALTH CENTER WORKING AREA

xviii+ 42 pages + 5 tables +2 pictures + 5 attachments

ABSTRACT

Gastritis is inflammation that occurs in the gastric mucosa which is acute, chronic, diffuse, or local. heartburn, nausea, vomiting, weakness, flatulence and tightness, no appetite, pale face, increased body temperature, cold sweat, dizziness or belching. The aim of this research is to determine the effect of deep breathing relaxation techniques on reducing pain intensity in gastritis patients. The method in this research is through interviews, physical examination and observation. The research results showed that after being given nursing action in the form of Deep Breathing Relaxation Technique Therapy to the client Mrs. S there was a decrease in pain intensity from a scale of 4 to 0. Suggestions for researchers are that the application of deep breathing relaxation techniques is not only carried out on one client but applies to all clients who experience pain problems. It is hoped that the staff of Community Health Center II, Kotabumi North Lampung, especially nurses, can socialize and teach deep breathing relaxation techniques to patients who experience pain problems. For clients/families, it is hoped that families and clients can apply deep breathing relaxation techniques that can be done independently by the patient and can help themselves, especially with pain problems. So that clients are not dependent on medication.

*Keywords : Deep Breathing Relaxation Technique Therapy, acute pain, gastritis
Reading list: 34 (2015-2023)*