

ABSTRAK

ABSTRAK
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
PROGAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Karya Ilmiah Akhir, Juli 2025
Dicky Setiadi Pradana, S.Kep

Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Pada Pasien *Gastritis* Dengan Diagnosa Keperawatan Nyeri Akut di Ruang Lavender RSD dr. Soebandi Jember

xv + 71 hal + 12 tabel + 6 lampiran

Abstrak

Pendahuluan : Gastritis merupakan peradangan pada mukosa lambung yang dapat bersifat akut maupun kronis, disebabkan oleh berbagai faktor seperti pola makan tidak teratur, stres, infeksi *Helicobacter pylori*, serta penggunaan jangka panjang obat antiinflamasi nonsteroid (OAINS). Salah satu gejala utama gastritis adalah nyeri epigastrium yang dapat menurunkan kenyamanan pasien, memengaruhi pola makan, tidur, dan aktivitas harian. Nyeri yang tidak terkontrol dapat memperparah kondisi dan memperlambat penyembuhan. Oleh karena itu, manajemen nyeri menjadi bagian penting dalam asuhan keperawatan pasien gastritis. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas teknik relaksasi napas dalam dalam mengatasi nyeri akut pada pasien gastritis. **Metode :** Desain penelitian ini menggunakan studi kasus pada tiga pasien yang dirawat di Ruang Lavender RSD dr. Soebandi Jember, dengan pendekatan proses keperawatan meliputi pengkajian, diagnosis, perencanaan, implementasi intervensi, dan evaluasi selama tiga hari perawatan. Intervensi keperawatan dilakukan berdasarkan standar SDKI, SIKI, dan SLKI, dengan fokus pada pemberian teknik relaksasi napas dalam. **Hasil :** Hasil menunjukkan bahwa dua dari tiga pasien mengalami penurunan intensitas nyeri secara signifikan dan dinyatakan masalah keperawatannya teratasi, sedangkan satu pasien menunjukkan perbaikan namun masih mengalami gangguan tidur, sehingga masalah dinyatakan teratasi sebagian. Teknik relaksasi napas dalam terbukti efektif sebagai intervensi nonfarmakologis dalam manajemen nyeri akut pada pasien gastritis. **Kesimpulan :** teknik relaksasi napas dalam dapat menjadi intervensi efektif untuk mengurangi nyeri akut pada pasien gastritis, serta direkomendasikan sebagai bagian dari praktik keperawatan di ruang rawat inap.

Kata kunci: Gastritis, Nyeri Akut, Teknik Relaksasi Napas Dalam

ABSTRACT

ABSTRACT

UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH JEMBER
NURSING PROFESSIONAL STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES

Final Scientific Paper, July 2025

Dicky Setiadi Pradana, S.Kep

*The Application of Deep Breathing Relaxation Technique in Gastritis Patients
With Acute Pain Nursing Diagnosis in the Lavender Ward of RSD dr. Soebandi
Jember*

xvi + 71 pages + 12 tables + 6 appendices

Abstrac

Introduction: Gastritis is an inflammation of the gastric mucosa that can be acute or chronic, caused by various factors such as irregular eating patterns, stress, *Helicobacter pylori* infection, and long-term use of nonsteroidal anti-inflammatory drugs (NSAIDs). One of the main symptoms of gastritis is epigastric pain, which can reduce patient comfort and affect eating patterns, sleep, and daily activities. Uncontrolled pain may worsen the condition and delay healing, making pain management an essential aspect of nursing care for gastritis patients. This study aims to evaluate the effectiveness of the deep breathing relaxation technique in relieving acute pain in gastritis patients. **Method:** This research employed a case study design involving three patients hospitalized in the Lavender Ward of RSD dr. Soebandi Jember. The nursing process included assessment, diagnosis, planning, implementation, and evaluation over three days of care. Nursing interventions were carried out based on the standards of SDKI, SIKI, and SLKI, with a focus on implementing the deep breathing relaxation technique. **Results:** The results showed that two out of three patients experienced a significant reduction in pain intensity and were declared to have resolved their nursing problems, while one patient showed improvement but continued to experience sleep disturbances, thus the problem was partially resolved. The deep breathing relaxation technique proved to be effective as a non-pharmacological intervention in managing acute pain in gastritis patients. **Conclusion:** The deep breathing relaxation technique can be considered an effective intervention to reduce acute pain in gastritis patients and is recommended for implementation as part of nursing practice in inpatient settings.

Keywords: Gastritis, Acute Pain, Deep Breathing Relaxation Technique