

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN
MASALAH NYERI PADA PASIEN GASTRITIS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS OESAPA



FEBRIANUS NAGUT
PO5303201211380

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN KUPANG
TAHUN 2024

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM DENGAN
MASALAH NYERI PADA PASIEN GASTRITIS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS OESAPA**

Karya Tulis Ilmiah Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Menyelesai
Program Studi Diploma III Keperawatan Pada Program Studi D-III Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang



FEBRIANUS NAGUT
PO5303201211380

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

DIREKTORAT JENDERAL KESEHATAN

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG

JURUSAN KEPERAWATAN KUPANG

TAHUN 2024

PERNYATAAN KEAHSILIAN TULISAN

PERNYATAAN KEAHSILIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Febrianus Nagut

NIM : PO5303201211380

Program Studi : Diploma III Keperawatan Kupang

Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Laporan Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat di buktikan studi kasus ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Kupang, 28 juni 2024

Pembuat pernyataan



Febrianus Nagut
PO5303201211380

Mengetahui

Pembimbing



Roswita Victoria Rambu Roku, S.Kep, Ns, MSN
NUPN. 9908419437

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

Laporan Karya Tulis Ilmiah oleh Febrianus Nagut Nim: PO5303201211380
dengan judul “ Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Nyeri
Pada Pasien Dengan Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa.

Disusun oleh



Febrianus Nagut
PO5303201211380

Telah disetujui untuk Diseminarkan Didepan Dewan Penguji Prodi D III
Keperawatan Kupang Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Kupang, 28 juni 2024


Pembimbing



Roswita Victoria Rambu Roku,S.Kep.Ns.MSN
NUPN. 9908419437

Mengetahui

Ketua Jurusan Keperawatan



Dr.Florentianus Tat, S.Kp.,M.Kes
NIP.196911281993031005

Ketua Prodi D-III Keperawatan



Meyeriance Kapitan, Skep.,Ns.,M.Kep
NIP.197904302000122002

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

“PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN MASALAH NYERI PADA PASIEN GASTRITIS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS OESAPA”

Disusun oleh



Febrianus Nagut
PG5303201211380

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal: 28 juni 2024

Penguji I



Febtian C. Nugroho, S.Kep.,Ns.MSN
NIP.199102122019022001

Penguji II

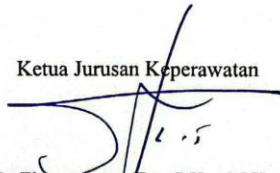


Roswita V. R. Roku, S.Kep.,Ns.MSN
NUPN.9908419437

Mengesahkan

Mengetahui

Ketua Jurusan Keperawatan



Dr. Florentianus Tat, S.Kp.,M.Kes
NIP.196911281993031005

Ketua Prodi D-III Keperawatan



Meyeriance Kapitan, Skep.,Ns.,M.Kep
NIP.197904302000122002

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan Ke Hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan rahmatnya penulis dapat menyelesaikan penyusunan proposal karya tulis ilmiah ini dengan judul “ *Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam dengan masalah nyeri Pada Pasien Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa* ” penyusunan proposal karya tulis ilmiah ini sebagai salah satu untuk memenuhi tugas akhir pendidikan Diploma III Keperawatan Di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang. Dalam proses penyusunan proposal Karya Tulis Ilmiah ini penulis mendapat banyak bimbingan dan dorongan dari beberapa pihak khususnya dosen pembimbing dan dosen penguji maka pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat: Ibu Roswita V. R. Roku, S.Kep,Ns.MSN, selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu guna membimbing dan mengarahkan penulis selama penyusunan proposal Karya Tulis Ilmiah Ini. Terima kasih juga untuk, Ibu Febtian C. Nugroho, S.Kep.,Ns.MSN, selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan masukan yang sangat berguna bagi penulis dan untuk memperbaiki proposal Karya Tulis Ilmiah ini.

Tidak lupa juga penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Irfan, SKM.,M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.
2. Bapak Dr. Florentianus Tat, S.Kp,M.Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Kupang.
3. Ibu Meiyerriance Kapitan, S.kep.,NsM.Kep, selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Kupang.
4. Ibu Maria Agustina Making, S.Kep, Ns, M.Kep, selaku dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing, memberikan motivasi serta memberi dorongan kepada penulis selama menjalani proses pendidikan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Jurusan Keperawatan Prodi Diploma III Keperawatan.

5. Kepada para dosen dan tenaga pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang, yang telah memberikan banyak hal kepada penulis serta membantu penulis dalam menyelesaikan tugas kampus.
6. Kedua orang tua yang tercinta bapak Thadeus Nambut dan mama Sisilia Cai yang selalu memberikan dukungan dan semangat untuk saya baik dalam do'a dan kerja keras. Terima kasih karena selalu ada dalam bagian kehidupan saya hingga sekarang ini.
7. Untuk Kakak Willi, Kakak Hono, Kakak Efrem, Adik Angel dan keluarga besar yang selalu memberikan semangat dan motivasi untuk saya baik dalam do'a maupun secara langsung. Terima kasih karena selalu ada dalam bagian kehidupan saya hingga sekarang ini.
8. Untuk sahabat dan teman-teman kelas serta angkatan 30 Program Studi Diploma III Keperawatan Kupang yang telah memberikan semangat untuk saya.
9. Terakhir, terima kasih untuk diri sendiri yang selalu kuat dan semangat dalam menghadapi semua rintangan hingga proses penyusunan proposal Karya Tulis Ilmiah ini.

Akhir kata penulis menyadari bahwa “Proposal Karya Tulis Ilmiah” ini jauh dari kata sempurna. Segala kritikan dan saran dari semua pihak sangat diharapkan demi menyempurnakan proposal karya tulis ilmiah ini untuk membantu dan bermanfaat bagi semua orang.

Kupang, 28 juni 2024

Febrianus Nagut
PO5303201211380

ABSTRAK

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM DENGAN MASALAH NYERI PADA PASIEN GASTRITIS DI PUSKESMAS OESAPA

**Febrianus Nagut¹, Roswita Victoria Rambu Roku,S.Kep,Ns.MSN², Febtian C.
Nugroho,S.Kep.,Ns.MSN³**

Program Studi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang

Email: yhonxtatukawak1994@gmail.com

Gastritis merupakan masalah saluran pencernaan yang paling sering ditemukan. Gastritis dapat bersifat akut yang datang mendadak dalam beberapa jam atau beberapa hari dan dapat juga bersifat kronis sampai berbulan-bulan atau bertahun-tahun. Masalah yang sering terjadi pada pasien gastritis adalah nyeri. Terapi non farmakologis untuk mengurangi nyeri yaitu teknik relaksasi napas dalam. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh Teknik relaksasi napas dalam untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien gastritis. Penelitian menggunakan metode pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus dengan desain penelitian deskriptif. Subyek penelitian dilakukan pada dua pasien gastritis dengan masalah nyeri. Hasil penelitian, sebelum dilakukan relaksasi napas dalam pada Tn.D didapatkan skala nyeri 6 dan Tn. Y didapatkan skala nyeri 7. Setelah dilakukan relaksasi napas dalam pada Tn. D didapatkan skala nyeri 1 dan Tn.Y didapatkan skala nyeri 3. Kesimpulannya teknik relaksasi napas dalam efektif untuk mengurangi rasa nyeri. Disarankan untuk tenaga kesehatan dalam pelayanan kesehatan dapat melakukan terapi relaksasi napas dalam sebagai terapi non farmakologis untuk mengurangi nyeri.

Kata kunci: Gastritis, Relaksasi Napas Dalam, Nyeri

ABSTRAK

APPLICATION OF DEEP BREATHING RELAXATION TECHNIQUES FOR PAIN PROBLEMS IN GASTRITIS PATIENTS AT THE OESAPA COMMUNITY HEALTH CENTER

**Febrianus Nagut¹, Roswita Victoria Rambu Roku,S.Kep,Ns.MSN², Febtian
C. Nugroho,S.Kep.,Ns.MSN³**

D-III Nursing Study Program, Poltekkes Kemenkes Kupang

E-mail: yhonoxtatukawak1994@gmail.com

Gastritis is the most common digestive tract problem. Gastritis can be acute, appearing suddenly within a few hours or days, and can also be chronic for months or years. A problem that often occurs in gastritis patients is pain. Non-pharmacological therapy to reduce pain is deep breathing relaxation techniques. The aim of this study was to determine the effect of deep breathing relaxation techniques to reduce pain in gastritis patients. The research uses a qualitative approach method with a case study type of research with a descriptive research design. The research subjects were two gastritis patients with pain problems. The results of the research, before deep breathing relaxation was carried out on Mr. D, showed a pain scale of 6 and Mr. Y obtained a pain scale of 7. After doing deep breathing relaxation on Mr. D obtained a pain scale of 1 and Mr. Y received a pain scale of 3. In conclusion, the deep breathing relaxation technique was effective in reducing pain. It is recommended that health workers in health services carry out deep breathing relaxation therapy as a non-pharmacological therapy to reduce pain.

Key words: Gastritis, Deep Breathing Relaxation, Pain

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEAHSILIAN TULISAN.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRAK</i>	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang	1
1.2 Rumusan masalah	4
1.3 Tujuan penelitian	4
1.3.1 Tujuan umum	4
1.3.2 Tujuan khusus	4
1.4 Manfaat penelitian	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Konsep dasar gastritis	5
2.1.1 Pengertian gastritis	5
2.2.1 Etiologi	5
2.3.1 Tanda dan gejala.....	7
2.4.1 Patofisiologi gastritis	7
2.5.1 Manifestasi klinis.....	8
2.6.1 Komplikasi gastritis	8
2.7.1 Pencegahan	9
2.8.1 Penatalaksanaan gastritis	10
2.2 Konsep nyeri	10
2.2.1 Pengertian nyeri	10

2.2.2	Penyebab nyeri	11
2.2.3	Klasifikasi nyeri	11
2.2.4	Menilai derajat nyeri	12
2.2.5	Penatalaksanaan nyeri	14
2.3	Konsep dasar Teknik relaksasi pernapasan.....	15
2.3.1	Pengertian	15
2.3.2	Tujuan	15
2.3.3	Manfaat relaksasi napas dalam.....	15
2.3.4	Indikasi dan kontraindikasi	16
2.3.5	Jenis terapi napas dalam.....	16
2.3.6	Prosedur melakukan Teknik relaksasi napas dalam.....	17
2.3.7	Konsep asuhan keperawatan	17
2.3.8	Standar operasional prosedur (SOP) Teknik relaksasi napas dalam	24
2.4	Kerangka konsep.....	26
BAB 3 METODE PENELITIAN.....		27
3.1	Jenis studi kasus	27
3.2	Subjek studi kasus	27
3.3	Fokus studi	27
3.4	Definisi operasional fokus studi.....	27
3.5	Instrumen penelitian.....	28
3.6	Metode pengumpulan data	28
3.7	Lokasi dan waktu penelitian.....	29
3.8	Analisa data.....	30
3.9	Etika penelitian	30
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....		31
4.1	Hasil penelitian.....	31
4.1.1	Gambaran lokasi penelitian.....	31
4.2.1	Tingkat sebelum dan sesudah melakukan Tindakan Teknik relaksasi napas dalam.....	31
4.3.1	Gambaran umum subyek penelitian.....	33

4.2 Pembahasan	37
4.2.1 Hasil pengukuran Tingkat nyeri sebelum melakukan terapi relaksasi napas dalam pada Tn. D dan Tn. Y	39
4.3.1 Hasil pengukuran skala nyeri setelah melakukan terapi relaksasi napas dalam pada Tn. D dan Tn.Y	39
4.4.1 Gambaran pengaruh terapi relaksasi napas dalam dengan masalah nyeri pada pasien gastritis di puskesmas oesapa.....	40
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	43
5.1 Kesimpulan	43
5.1.1 Sebelum dilakukan relaksasi napas dalam	43
5.2.1 Setelah dilakukan relaksasi napas dalam	43
5.2 Saran	43
5.2.1 Bagi Masyarakat.....	43
5.3.1 Bagi puskesmas oesapa	43
5.4.1 Bagi peneliti selanjutnya	43
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 skala deskriptif	13
Gambar 2.2 skala numerik	13
Gambar 2.3 skala wajah (Wong-Baker Faces Pain Rating Scale)	14

DAFTAR TABEL

Table 2.1 Intervensi Keperawatan.....	21
Table 3.1 Definisi Operasional	27
Table 4.1 Analisis Pengaruh Terapi Relaksasi Napas Dalam	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar permohonan menjadi responden	45
Lampiran 2 Informed Consent	46
Lampiran 3 Standar Operasional Prosedur (Sop) Relaksasi Napas Dalam.....	47
Lampiran 4 Kuisisioner Pengumpulan Data	49
Lampiran 5 Penilaian Nyeri	51
Lampiran 6 Lembar Observasi Masalah Nyeri	53
Lampiran 7 Surat Permohonan Data Awal	55
Lampiran 8 Surat Izin Penelitian.....	56
Lampiran 9 Surat Permohonan Menjadi Responden Tn.D	57
Lampiran 10 Informed Consent Tn.D.....	58
Lampiran 11 Kuisisioner Pengumpulan Data Tn.D.....	59
Lampiran 12 Penilaian Nyeri Hari 1 Tn.D.....	61
Lampiran 13 Lembar Observasi Masalah Nyeri Hari 1 Tn.D.....	62
Lampiran 14 Lembar Penilaian Nyeri Hari 2 Tn.D	64
Lampiran 15 Lembar Observasi Masalah Nyeri Hari 2 Tn.D.....	65
Lampiran 16 Lembar Penilaian Nyeri Hari 3 Tn.D	67
Lampiran 17 Lembar Observasi Masalah Nyeri Hari 3 Tn.D.....	68
Lampiran 18 Lembar Permohonan Menjadi Responden Tn.Y	70
Lampiran 19 Informed Consent Tn.Y	71
Lampiran 20 Kuisisioner Pengumpulan Data Tn.Y.....	72
Lampiran 21 Lembar Penilaian Nyeri Hari 1 Tn.Y	74
Lampiran 22 Lembar Observasi Masalah Nyeri Hari 1 Tn.Y.....	75
Lampiran 23 Lembar Penilaian Nyeri Hari 2 Tn.Y	77
Lampiran 24 Lembar Observasi Masalah Nyeri Hari 2 Tn.Y.....	78
Lampiran 25 Lembar Penilaian Nyeri Hari 3 Tn.Y	80
Lampiran 26 Lembar Observasi Masalah Nyeri Hari 3 Tn.Y.....	81
Lampiran 27 Dokumentasi Pada Tn.D Dan Tn.Y	83
Lampiran 28 Lembar Konsultasi Kti.....	84