

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN GASTRITIS
DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH WAIKABUBAK
KABUPATEN SUMBA BARAT**

**Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan**



OLEH:

ALFREDO RICKY RAWA
PO 5303212220362

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAIKABUBAK
WAIKABUBAK**

2025

**IMPLEMENTASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN GASTRITIS
DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH WAIKABUBAK
KABUPATEN SUMBA BARAT**

**Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan**



OLEH:

**ALFREDO RICKY RAWA
PO 5303212220362**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAIKABUBAK
WAIKABUBAK**

2025

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alfredo Ricky Rawa

NIM : PO5303212220362

Program Studi : DIII Keperawatan Waikabubak

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan atau tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Waikabubak, 17 Juni 2025

Pembuat Pernyataan



Alfredo Ricky Rawa
PO5303212220362

BIODATA PENULIS

Nama : Alfredo Ricky Rawa
Nim : PO5303212220362
Tempat/tgl lahir : Waikabubak, 20 Januari 2004
Alamat : Waikabubak
Riwayat pendidikan :

1. SDN TILLU MAREDA
2. SMP NEGERI 1 WAIKABUBAK
3. SMA KRISTEN WAIKABUBAK

MOTTO

”Prioritaskan apa yang bisa kamu kontrol!”

LEMBAR PERSETUJUAN

**PROPOSAL KARYA TULIS ILMIAH
IMPLEMENTASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK
MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN GASTRITIS DI RUMAH SAKIT
UMUM DAERAH WAIKABUBAK KABUPATEN SUMBA BARAT**

Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan

OLEH

Alfredo Rickv Rawa
PO5303212220441

Telah disetujui untuk diujikan di depan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi Keperawatan Waikabubak

Pada tanggal, 17 Juni 2025

Pembimbing



Hironimus M. Ngongo, S.Kep., Ns., M.H
NIP. 19780113 200804 1 001

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan Waikabubak



Uly Agustine, S.Kp., M.Kep
NIP. 19750810 200112 2 001

LEMBAR PENGESAHAN

**PROPOSAL KARYA TULIS ILMIAH
IMPLEMENTASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK
MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN GASTRITIS DI RUMAH SAKIT
UMUM DAERAH WAIKABUBAK KABUPATEN SUMBA BARAT**

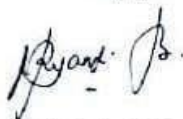
Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan

OLEH:

Alfredo Rickv Rawa
PO5303212220362

Telah diuji dan dipertahankan dihadapan dewan penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi Keperawatan Waikabubak
Pada Tanggal, 17 Juni 2025

Penguji I



Veravanti A. Bata, S.Kep., Ns., MPH
NIP. 198709 20201001 2 027

Penguji II



Hironimus M. Ngongo, S.Kep., Ns., M.H
NIP. 19780113 200804 1 001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan Waikabubak



Uly Agustine, S.Kp., M.Kep
NIP. 19750810 200112 2 001

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Implementasi Relaksasi Otot progresif Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Gastritis”. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan dalam memenuhi syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan, Program Studi Keperawatan Waikabubak Poltekkes Kemenkes Kupang. Saya menyadari bahwa penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini banyak mendapatkan bantuan, dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu izinkanlah saya menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Irfan, SKM, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Kupang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Prodi Keperawatan Waikabubak Poltekkes Kemenkes Kupang.
2. Uly Agustine, S.Kp.,M.Kep selaku ketua Program Studi Keperawatan Waikabubak Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan pendidikan, baik secara akademik maupun klinik.
3. Hironimus Mone Ngongo, S.Kep.,Ns.,M.H. sebagai dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu dan dengan sabar memberikan bimbingan, saran, dan motivasi kepada penulis dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Verayanti Albertina Bata,S.Kep.,Ns.,MPH sebagai dosen penguji yang telah memberikan kritikan, saran yang sifatnya membangun dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Anderias Tarawatu Ora, SKM.,M.Kes sebagai dosen pembimbing akademik yang telah mendukung saya dalam penyusunan karya tulis ilmiah.
6. Semua Dosen dan Staff D-III Prodi Keperawatan Waikabubak yang telah membantu dalam usaha memperoleh data yang penulis perlukan serta memberikan bimbingan dengan sabar dan ilmu yang bermanfaat kepada Penulisan Karya Tulis Ilmiah Pasien dan keluarga pasien yang telah

memberikan izin kepada penulis untuk melakukan proses asuhan keperawatan selama tiga hari

7. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral; dan Sahabat yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Waikabubak, 17 Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN SAMPEL DALAM	ii
HALAMAN BEBAS PLAGIASI.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
BIODATA PENULIS\.....	v
LEMBAR PERSETUJUAN	vi
LEMBAR PENGESAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Studi Kasus.....	3
D. Manfaat Studi Kasus.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	4
A. Konsep Dasar Gastritis	4
1. Definisi Gastritis.....	4
2. Etiologi.....	4
3. Klasifikasi.....	6
4. Anatomi fisiologi.....	6
5. Patofisiologi.....	14
6. Pathway.....	16
7. Manifestasi Klinis.....	17
8. Penatalaksanaan.....	17
9. Pencegahan.....	19
10. Komplikasi	20
B. Konsep Nyeri	21
1. Defenisi Nyeri	21
2. Etiologi Gastritis.....	21
3. Fisiologi.....	22
4. Klasifikasi.....	22
5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Nyeri	24
6. Skala Nyeri.....	26
C. Konsep Teknik Relaksasi Otot Progresif	28
1. Defenisi Teknik Relaksasi Otot Progresif	28
2. Tujuan Teknik Relaksasi Otot Progresif	28
3. Manfaat Teknik Relaksasi Otot Progresif	29

4. Prosedur Teknik Relaksasi Otot Progresif.....	30
D. Konsep Dasar Asuhan Keperawatan.....	32
1. Pengkajian Keperawatan.....	32
2. Diagnosa Keperawatan.....	39
3. Intervensi Keperawatan.....	40
4. Implementasi Keperawatan.....	43
5. Evaluasi Keperawatan.....	43
BAB III METODE PENELITIAN.....	44
A. Rencana Studi Kasus	44
B. Subjek Studi Kasus.....	44
C. Fokus Studi Kasus	44
D. Defenisi Operasional.....	44
E. Tempat Dan Waktu.....	46
F. Metode Pengumpulan Data.....	46
G. Hasil dan Analisa Data.....	47
H. Etika Studi Kasus	47
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	49
A. Hasil Studi Kasus	49
B. Pembahasan Studi Kasus	85
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	94
A. Kesimpulan	94
B. Saran	94
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Analisa Data.....	37
Tabel 2.2 Intervensi Keperawatan.....	40
Tabel 3.1 Definisi Operasional Studi Kasus	45
Tabel 4.1 Biodata Klien.....	49
Tabel 4.2 Riwayat Kesehatan.....	50
Tabel 4.3 Riwayat Keperawatan	53
Tabel 4.4 Hasil Pemeriksaan Fisik	61
Tabel 4.5 Hasil Pemeriksaan Penunjang Pasien 1 dan Pasien 2	61
Tabel 4.6 Terapi Medis	62
Tabel 4.7 Pengelompokan Data	64
Tabel 4.8 Analisa Data.....	64
Tabel 4.9 Diagnosa Keperawatan.....	66
Tabel 4.10 Intervensi Keperawatan.....	67
Tabel 4.11 Implementasi Keperawatan	70
Tabel 4.12 Evaluasi Keperawatan	82

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Anatomi Fisiologi Lambung.....	17
Gambar 3.2 Pengukuran Skala Wajah.....	27

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Pathway.....	9
Bagan 4.1 Genogram pasien 1 dan pasien 2.....	52

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Pengambilan Data Awal
- Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 3. Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah
- Lampiran 4. *Inform Consent*
- Lampiran 5. SAP
- Lampiran 6. Dokumentasi Pelaksanaan Studi Kasus
- Lampiran 7. Format Pengkajian KMB
- Lampiran 8. Surat Keterangan Selesai Penelitian