

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Kompres Hangat

1. Defenisi Kompres Hangat

Kompres hangat adalah metode terapi lokal yang memanfaatkan suhu hangat untuk menghasilkan berbagai efek fisiologis. Tindakan ini termasuk dalam intervensi keperawatan yang bertujuan memberikan kenyamanan dengan cara menerapkan panas pada area tertentu (Adi, Giri & Haryono, 2022)

Kompres hangat adalah metode yang dilakukan dengan memberikan sensasi panas pada area yang terasa nyeri, bertujuan untuk meredakan spasme otot, meningkatkan sirkulasi darah, dan mengurangi rasa sakit. Terapi ini membantu menurunkan spasme otot serta memperlebar pembuluh darah, sehingga aliran oksigen dan nutrisi menuju jaringan meningkat. Penerapan kompres hangat dapat membantu melancarkan aliran darah dan oksigen akibat dilatasi pembuluh darah, sehingga ketegangan otot yang menimbulkan nyeri dapat mereda (Sutomo, 2022)

2. Jenis-Jenis Kompres Hangat

Kompres hangat berdasarkan (Sakti, Baso, 2018) terbagi menjadi dua jenis yaitu :

a. Kompres Hangat

Kompres hangat bisa meningkatkan sirkulasi aliran darah pada area yang sakit, sehingga membantu meredakan rasa sakit yang ditimbulkan.

Ada dua jenis kompres hangat yaitu:

1) Kompres hangat kering

Kompres hangat kering biasanya dilakukan dengan menggunakan bantal pemanas atau sauna

2) Kompres hangat lembab

Cara kompres hangat lembab adalah dengan merendam handuk dalam air hangat, bukan air mendidih atau dengan mandi air hangat

b. Kompres dingin

Kompres ini dapat membantu mengurangi aliran darah dan aktivitas saraf di area yang terkena, sehingga dapat meredakan pembekakan dan peradangan.

Beberapa pilihan kompres dingin yang biasa dilakukan, antara lain:

- 1) Handuk dingin
- 2) Kompres es atau gel beku
- 3) Semprotan pendingin
- 4) Pijat es
- 5) Mandi air es

3. Tujuan Kompres Hangat

Kompres hangat bermanfaat untuk membantu merelaksasikan otot-otot, mengurangi rasa nyeri yang disebabkan oleh spasme atau kekakuan, serta memberikan sensasi hangat pada area tertentu, selain itu, kompres hangat juga dapat merangsang pelepasan endorfin dalam tubuh yang berfungsi menghambat pengiriman sinyal nyeri (Nurman, 2024).

Penggunaan kompres hangat efektif dilakukan untuk area nyeri yang dapat mengurangi spasme otot yang disebabkan oleh iskemia neuron yang memblokir transmisi lanjut rangsang nyeri yang menyebabkan terjadinya vasodilatasi dan peningkatan aliran darah di daerah yang dilakukan, selain itu tidak ada dampak negatif yang ditimbulkan dari pelaksanaan tindakan (Sri Rahayu Wilujeng et al., 2023)

Kompres hangat berpengaruh positif terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien gastritis, karena dapat mengurangi spasme pada jaringan fibrosa, membuat otot tubuh jadi rileks, memperlancar pasokan darah, dan memberi rasa nyaman pada pasien. Kompres hangat juga berguna mengurangi stres atau ketegangan jiwa yang merupakan salah satu cara untuk mencegah dan menurunkan rasa nyeri. Dengan kompres hangat diharapkan nyeri pada epigastrium akan menurun (Siti Padilah et al., 2022)

4. Mekanisme Kerja Kompres

Saat reseptor di hipotalamus yang sensitif terhadap panas terstimulasi, sistem efektor mengirimkan sinyal yang mengakibatkan terjadinya vasodilatasi perifer. Proses perubahan diameter pembuluh darah ini dikendalikan oleh pusat vasomotor di medulla oblongata, yang berada di batang otak, dengan pengaruh dari bagian anterior hipotalamus. Vasodilatasi tersebut meningkatkan aliran darah ke jaringan, sehingga ketegangan otot berkurang, yang pada akhirnya dapat meredakan atau bahkan menghilangkan nyeri yang dirasakan.

Secara fisiologis, tubuh merespons panas dengan melebarkan pembuluh darah, menurunkan suhu tubuh, mengurangi kekentalan darah, meredakan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan, serta memperbesar permeabilitas kapiler. Respons alami tubuh ini dimanfaatkan sebagai dasar dalam terapi untuk menangani berbagai kondisi dan gangguan yang terjadi di dalam tubuh (Hannan et al., 2019)

5. Suhu Kompres Hangat Dan Lama Pemberian Yang Efektif

Kompres hangat dilakukan dengan buli-buli hangat atau kantong air panas secara konduksi dimana terjadi perpindahan panas dari dari buli-buli kedalam tubuh sehingga akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan akan terjadi ketegangan otot sehingga nyeri yang dirasakan akan berkurang atau hilang (Andika et al., 2023)

Suhu kompres hangat yang efektif menggunakan buli-buli pada umumnya berkisar antara 40-50°C yang dimana suhu ini mengakibatkan terjadinya vasodilatasi yang membuka aliran darah dan membuat sirkulasi darah lancar kembali sehingga terjadi relaksasi otot. dengan pemberian 10-15 menit efektif untuk mengurangi nyeri dan kekuatan otot (Andika et al., 2023)

Suhu air yang paling efektif adalah 40-50°C yang dibuktikan dengan nilai p value 0,002, Selain itu suhu yang terlalu panas juga tidak baik untuk kulit dapat menyebabkan iritasi serta luka bakar pada kulit, dan apabila suhu air tidak terlalu hangat hal tersebut tidak akan berpengaruh untuk mengurangi rasa nyeri (Andreinie, 2019)

6. Standart Operasional Kompres Hangat

tabel 2. 1 Standard Operasional Prosedure Kompres

STANDARD OPERASIONAL PROSEDUR KOMPRES HANGAT MENGUNAKAN BULI BULI PANAS	
NO	DATA
1	<p>DEFENISI</p> <p>Kompres hangat adalah metode terapi lokal yang memanfaatkan suhu hangat untuk menghasilkan berbagai efek fisiologis</p>
2	<p>TUJUAN</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Mengurangi Nyeri b. Memperlancar Sirkulasi Darah c. Meredakan Peradangan
3	<p>ALAT DAN BAHAN</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Buli- buli panas dan sarungnya b. Termos air panas c. Thermometer air
4	<p>KONTRAINDIKASI</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Trauma b. Pendarahan c. Gangguan vascular
5	<p>PROSEDURE TINDAKAN</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Fase pra interaksi <ul style="list-style-type: none"> 1) Mempersiapkan alat yang akan digunakan 2) Mendekatkan alat ke dekat pasien b. Fase orientasi <ul style="list-style-type: none"> 1) Mengucapkan salam 2) Memperkenalkan diri 3) Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan 4) Menanyakan persetujuan dan kesiapan pasien

	<p>c. Fase kerja</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Menjaga privacy pasien 2) Mengatur posisi pasien dalam posisi senyaman mungkin 3) Mengisi buli buli dengan air panas: 1/2-3/4 (saat mengisi air, buli-buli ditekuk sampai permukaan air kelihatan agar udara tidak masuk) 4) Ukur suhu air panas dengan thermometer air hingga suhu air sekitar 40°C -50°C 5) Menutup dengan rapat dan membalik kepala buli-buli kebawah untuk meyakinkan bahwa air tidak tumpah 6) Mengeringkan buli-buli dengan lap agar tidak basah, lalu bungkus dengan sarung buli-buli 7) Meletakkan perlak pengalas dibawah daerah yang akan dipasang buli-buli 8) Meletakkan buli- buli pada bagian epigastrium dengan kepala buli-buli mengarah keluar tempat tidur dengan durasi 10-15 menit 9) Memantau respon pasien 10) Melakukan evaluasi tindakan yang
6	<p>Referensi:</p> <p>Susilo, A. G., Rudi, H., Taukhit, Etik, P., Barkah, W., Novi, R. W., Sari, U. M. P., Dwi, S. B. A., Nur, W. A., Cecilya, K., Kustio, P. W., Suyamto, Nurlina, A. E., Daniyati, K. P., Nur, I. F., Linda, W., & Fathonah Septiana. (2022). <i>Buku Modul Standar Operasional Prosedur (SOP) Keterampilan Keperawatan</i> (Cetakan 1). Penerbit Lembaga Omega Medika Anggota.</p>

B. Intensitas Nyeri

1. Defenisi

Intensitas nyeri merupakan gambaran tentang seberapa parah rasa nyeri dirasakan individu (Vitri, 2022). Nyeri merupakan pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan yang actual atau

potensial, Nyeri merupakan alasan utama seseorang untuk mencari bantuan perawatan kesehatan (Rejeki, 2020)

IASP (International Association The Study of Pain) Mendefinisikan nyeri sebagai suatu sensori subyektif pengalaman emosional dan sensori yang tidak menyenangkan yang muncul dari kerusakan jaringan secara aktual atau potensial atau menunjukkan adanya kerusakan (Pinzon, 2016)

2. Penyebab Nyeri

Menurut (Nurhanifah & Taufika, Rohni, 2022) terdapat berbagai faktor yang dapat memicu munculnya rasa nyeri. Misalnya, seseorang yang terkena air panas akan merasakan nyeri seperti terbakar, sementara luka akibat benda tajam juga dapat menimbulkan rasa nyeri. Secara umum, penyebab nyeri dapat dibagi menjadi dua kategori utama, yaitu penyebab fisik dan psikis. Nyeri yang berasal dari faktor psikis biasanya terjadi bukan karena gangguan fisik, melainkan akibat trauma psikologis yang berdampak pada tubuh. Sebaliknya, nyeri fisik timbul akibat cedera, baik berupa trauma mekanik, termal, maupun kimia.

Berdasarkan faktor waktu, nyeri dapat dikategorikan menjadi dua jenis berdasarkan penyebabnya

a. Nyeri Akut

- 1) Agen pencedera fisiologis yaitu seperti inflamasi, iskemia, neoplasma.
- 2) Agen pencedera kimiawi yaitu seperti, terbakar, bahan kimia iritan.
- 3) Agen pencedera fisik yaitu seperti, abses, amputasi, terbakar, terpotong, mengikat berat, prosedur operasi, trauma, latihan fisik berlebihan.

b. Nyeri Kronis

- 1) Kondisi muskuloskeletal kronis
- 2) Kerusakan sistem saraf
- 3) Penekanan saraf
- 4) Infiltrasi tumor
- 5) Ketidakseimbangan neurotransmitter, neuromodulator, dan reseptor
- 6) Gangguan imunitas (mis. neuropati terkait HIV, virus varicella-zoster)
- 7) Gangguan fungsi metabolic
- 8) Riwayat posisi kerja statis
- 9) Peningkatan indeks massa tubuh

- 10) Kondisi pasca trauma
- 11) Tekanan emosional
- 12) Riwayat penganiayaan (mis. fisik, psikologis, seksual)

3. Tanda Dan Gejala Nyeri

Tanda Gejala nyeri berdasarkan jenis nyeri akut dan kronis menurut (SDKI, 2017). Nyeri akut termasuk ke dalam kategori psikologis dalam sub kategori nyeri dan kenyamanan.

Berikut tanda gejala nyeri akut.

Gejala dan Tanda Mayor

Subjektif: Mengeluh Nyeri.

Objektif:

- a. Tampak meringis
- b. Bersikap protektif (misal. waspada, posisi menghindari)
- c. Gelisah
- d. Frekuensi nadi meningkat
- e. Sulit tidur

Gejala dan Tanda Minor

Subjektif: (tidak tersedia)

Objektif:

- a. Tekanan darah meningkat
- b. Pola napas berubah
- c. Nafsu makan berubah
- d. Proses berpikir terganggu
- e. Menarik diri
- f. Berfokus pada diri sendiri

Nyeri kronis termasuk ke dalam kategori psikologis dalam sub kategori nyeri dan kenyamanan.

Berikut tanda gejala nyeri kronis.

Gejala dan Tanda Mayor

Subjektif:

- a. Mengeluh nyeri
- b. Merasa depresi (tertekan)

Objektif:

- a. Tampak meringis
- b. Gelisah
- c. Tidak mampu menuntaskan aktivitas

Gejala dan Tanda Minor

Subjektif: Merasa takut mengalami cedera berulang

Objektif:

- a. Bersikap protektif
- b. Pola tidur berubah

4. Penanganan Nyeri

Menurut (Bakti, Agus et al., 2024), tujuan utama dari manajemen nyeri adalah meningkatkan kualitas hidup pasien, mendukung proses penyembuhan, mengurangi tingkat morbiditas, serta memperpendek durasi perawatan. Penanganan nyeri dilakukan melalui dua pendekatan utama, yaitu:

- a. Non-farmakologis: Meliputi modifikasi lingkungan, hipnosis, relaksasi, distraksi, aromaterapi, terapi musik, pijat, dan metode lainnya.
- b. Farmakologis: Menggunakan analgetik dari golongan non-opioid maupun golongan opioid.

5. Skala Pengukuran Nyeri

a. Skala Wong-Baker FACES Pain Rating Scale

Wong-Baker FACES Pain Rating Scale adalah cara mengkaji tingkat nyeri dengan melihat ekspresi wajah saat nyeri dirasakan



Gambar 2. 1 Wong Baker FACES Rating Scale

Berikut skala nyeri berdasarkan ekspresi wajah penilaian skala nyeri dari kiri ke kanan (Rejeki, 2020)

- 1) Wajah pertama : Sangat senang karena ia tidak merasa sakit sama sekali
- 2) Wajah kedua : Sakit hanya sedikit
- 3) Wajah ketiga : Sedikit lebih sakit
- 4) Wajah keempat : Jauh lebih sakit
- 5) Wajah kelima : Jauh lebih sakit banget
- 6) Wajah keenam: Sangat sakit luar biasa sampai-sampai menangis

b. *Numeric Rating Scale (NRS)*

Numeric Rating Scale (NRS) adalah alat ukur tingkat nyeri dimana cara penilaian dengan meminta pasien untuk menilai rasa nyeri yang dirasakan sesuai dengan level/tingkatan rasa nyerinya. Pada metode ini intensitas nyeri akan ditanyakan kepada pasien, kemudian pasien diminta untuk menunjuk angka sesuai dengan derajat/tingkat nyeri yang dirasakan. Derajat nyeri diukur dengan skala 0-10



Gambar 2. 2 Numeric Rating Scale

Penilaian nyeri yang dirasakan klien:

- 1) 0 tidak ada nyeri
- 2) 1-3 nyeri ringan
- 3) 4-6 nyeri sedang
- 4) 7-10 nyeri berat

6. Jenis – Jenis Nyeri

Menurut (Rejeki, 2020), nyeri diklasifikasikan menjadi 2 yaitu:

a. Nyeri Akut

Nyeri yang dirasakan dalam waktu yang singkat dan biasanya berlangsung kurang dari enam bulan, dengan sumber dan lokasi yang dapat diidentifikasi secara jelas. Nyeri ini dapat disebabkan oleh cedera, seperti luka pasca operasi, atau penyakit tertentu seperti arteriosclerosis pada arteri koroner. Nyeri akut berkaitan dengan cedera fisiologis, gangguan pola tidur berhubungan dengan nyeri.

b. Nyeri Kronis

Nyeri yang berlangsung lebih dari enam bulan biasanya diklasifikasikan sebagai nyeri kronis, baik sumber nyeri itu diketahui atau tidak, Nyeri ini sulit untuk disembuhkan dan pengindraan nyeri menjadi lebih dalam, sehingga penderita kesulitan untuk menunjukkan lokasi nyerinya.

7. Faktor – Faktor Mempengaruhi Nyeri

a. Jenis Kelamin

Secara umum perempuan dianggap lebih merasakan nyeri dibandingkan laki – laki, yang dimana kondisi hormonal pada perempuan juga turut mempengaruhi nyeri. Pada perempuan didapatkan bahwa hormon estrogen dan progesterone sangat berperan dalam sensitive nyeri, hormon estrogen memiliki efek pronosiseptif yang dapat merangsang proses sensitisasi sentral dan perifer. Hormon progesterone berpengaruh dalam penurunan ambang batas nyeri. Hal itu menyebabkan perempuan cenderung lebih merasakan nyeri dibandingkan laki – laki.

b. Usia

Usia seseorang berperan dalam mempengaruhi sensitivitas terhadap rasa nyeri, baik dari segi persepsi maupun ekspresinya. Sensasi nyeri dapat berbeda pada setiap tahap kehidupan, mulai dari masa kanak-kanak, dewasa, hingga usia lanjut.

c. Genetik

Informasi genetik yang diwariskan dari kedua orang tua berperan dalam mempengaruhi tingkat sensitivitas seseorang terhadap rasa nyeri, baik meningkat maupun menurun. Gen-gen dalam tubuh seseorang terbentuk dari kombinasi gen

milik ayah dan ibu, dengan gen dominan yang memiliki pengaruh terbesar dalam menentukan kondisi fisik serta psikologis individu tersebut.

d. Faktor Psikologis

Faktor psikologis memiliki peran penting dalam memengaruhi ekspresi perilaku dan persepsi nyeri. Tingginya tingkat depresi dan gangguan kecemasan yang lebih sering ditemukan pada perempuan menunjukkan adanya hubungan antara jenis kelamin dan intensitas nyeri. Persepsi nyeri yang dirasakan oleh individu berkaitan erat dengan makna nyeri tersebut bagi mereka. Kecemasan dapat memperburuk persepsi terhadap nyeri, namun nyeri itu sendiri juga dapat memicu kecemasan.

e. Pengalaman Sebelumnya

Jika orang tersebut belum merasakan nyeri sebelumnya maka akan tersiksa dengan keadaan tersebut. Sebaliknya, jika seseorang sudah mengalami nyeri yang sama maka akan dianggap biasa, karena sudah paham tindakan apa yang akan dilakukan untuk menghilangkan rasa nyeri tersebut.

C. Konsep Dasar Gastritis

1. Definisi Gastritis

Gastritis adalah suatu kondisi peradangan mukosa lambung yang dapat bersifat akut, kronik, difus, atau lokal yang disebabkan oleh bakteri atau obat-obatan. Gastritis juga merupakan inflamasi dari mukosa lambung. Gambaran klinis yang ditemukan berupa dispepsia atau indigesti (Mansjoer, 2010).

Gastritis merupakan peradangan permukaan mukosa lambung yang akut dengan kerusakan-kerusakan erosi, erosi karena ada perlukaan pada mukosa (Rahayu, 2021).

Gastritis berasal dari kata “gaster” yang artinya lambung dan “itis” yang berarti inflamasi. Secara umum gastritis dikenal dengan sakit maag yang merupakan peradangan dinding lambung terutama pada selaput dinding lambung maka gastritis merupakan inflamasi yang mengenai mukosa lambung (Andika et al., 2023)

2. Etiologi

Menurut (Rahayu, 2021) mengungkapkan penyebab berdasarkan klasifikasinya

a. Gastritis Akut

- 1) Obat-obatan, seperti Obat Anti-Inflamasi Nonsteroid/OAINS (Indometasin, Ibuprofen, dan Asam Salisilat), Sulfonamide, Steroid, Kokain, agen kemoterapi (Mitomisin, 5-fluoro-2-deoxyuridine), Salisilat, dan Digitalis bersifat mengiritasi mukosa lambung.
- 2) Minuman beralkohol seperti whisky dan vodka.
- 3) Infeksi bakteri; seperti H. Pylori (paling sering), H. Heilmani, Streptococci, Staphylococci, proteus species, Clostridium species, E. Coli, tuberculosis, dan secondary syphilis.
- 4) Infeksi virus oleh Sitomegalovirus.
- 5) Infeksi jamur; seperti Candidiasis, Histoplasmosis, dan Phycomycosis
- 6) Stres fisik yang disebabkan oleh luka bakar, sepsis, trauma, pembedahan, gagal nafas, gagal ginjal dan kerusakan susunan saraf pusat, dan refluks usus – lambung.
- 7) Makanan dan minuman yang bersifat iritan. Makanan yang berbumbu dan minuman dengan kandungan kafein dan alkohol yang merupakan agen-agen penyebab iritan mukosa lambung
- 8) Garam empedu, terjadi pada kondisi refluks garam empedu (komponen penting alkali untuk aktivasi enzim-enzim gastrointestinal) dari usus kecil mukosa lambung sehingga menimbulkan respon peradangan mukosa.
- 9) Iskemia, hal ini berhubungan dengan akibat penurunan aliran darah ke lambung.
- 10) Trauma langsung lambung, berhubungan dengan keseimbangan antara agresi dan mekanisme pertahanan untuk menjaga integritas mukosa, yang dapat menimbulkan proses peradangan pada mukosa lambung.

b. Gastritis Kronis

Gastritis Kronis atau jenis spesifiknya sering ditemukan dalam kondisi klinis berikut:

- 1) Penderita dengan ulkus peptikum
- 2) Pada Penderita dengan anemia

3) Pada penderita dengan setelah gastrektomi

3. Patofisiologi Gastritis

a. Gastritis Akut

Gastritis akut dapat dipicu oleh stres, paparan zat kimia, penggunaan obat-obatan, konsumsi alkohol, serta makanan yang bersifat pedas, panas, atau asam. Pada pasien yang mengalami stres, stimulasi saraf simpatis melalui Nervus Vagus (NV) akan meningkatkan produksi asam klorida (HCl) di lambung, yang kemudian dapat menyebabkan gejala seperti mual, muntah, sulit untuk tidur dan hilangnya nafsu makan dan pada umumnya akan merasa nyeri epigastrium. Zat kimia maupun makanan yang merangsang akan menyebabkan sel epitel kolumnar, yang berfungsi untuk menghasilkan mukus mengurangi produksinya, Sedangkan mukus itu fungsinya untuk memproteksi mukosa lambung . Penurunan sekresi mukus diantaranya vasodilatasi sel mukosa lambung yang terdapat enzim yang memproduksi asam klorida HCl , terutama daerah fundus. Vasolidatasi mukosa gaster akan menyebabkan rasa nyeri, rasa nyeri ini ditimbulkan oleh karena kontak HCl dengan mukosa gaster (Rahayu, 2021).

b. Gastritis Kronis

Inflamasi lambung yang lama dapat disebabkan oleh ulkus benigna atau maligna dari lambung atau oleh bakteri *helicobacter pylori* (H.pylory). Gastritis kronis dapat diklasifikasikan sebagai tipe A/ Tipe B, Tipe A (sering disebut sebagai gastritis autoimun) yang diakibatkan dari perubahan sel parietal yang menimbulkan atrofi dan infiltrasi seluler. Tipe B (disebut gastritis) memengaruhi antrum dan pylorus disebabkan oleh factor seperti minum air panas, pedas, alcohol, merokok atau refluks isi usus kedalam lambung (Smeltzer dan Bere,2012 dalam (Rahayu, 2021)

4. Tanda Dan Gejala Gastritis

Pada gastritis akut memiliki tanda dan gejala klinis kurang dari 6 bulan mengakibatkan Ulserasi diagnostic atau terjadi kelukaan pada dinding lambung yang mengakibatkan munculnya perasaan perih serta dapat juga mengakibatkan pecahnya pembuluh darah atau hemoragic, keadaan rasa tidak nyaman pada perut dan sakit kepala terkadang merasakan kelesuan atau mual dan muntah

bahkan sampai cegukan. Sedangkan pada gastritis kronis terjadi lebih dari 6 bulan makan akan menimbulkan gejala serius seperti nafsu makan menurun sakit pada ulu hati setelah makan perut dirasakan kembung serta rasa tidak nyaman pada mulut seperti asam.

5. Penanganan Gastritis

Pengobatan pada gastritis menurut (Nurhanifah & Taufika, Rohni, 2022) Meliputi:

a. Pengobatan Gastritis Secara Medis

- 1) Antikoagulan: bila ada pendarahan pada lambung
- 2) Antasida : Pada gastritis yang parah cairan elektrolit diberikan intravena untuk mempertahankan keseimbangan cairan sampai gejala gejala mereda.
- 3) Histonin: ranitidine dapat diberikan untuk menghambat pembentukan asam lambung dan kemudian menurunkan iritasi lambung.
- 4) Sulcralfate: diberikan untuk melindungi mukosa lambung untuk mencegah difusi kembali asam dan pepsin yang menyebabkan iritasi.

b. Pengobatan Gastritis Secara Keperawatan

- 1) Tirah baring
- 2) Teknik Relaksasi Nafas Dalam
- 3) Kompres Hangat
- 4) Mengatur Pola Makan
- 5) Menganjurkan untuk menghindari alkohol dan tembaka

6. Perawatan Pasien Gastritis

Penanganan pasien dengan gastritis mencakup upaya untuk mengurangi rasa nyeri, pemilihan jenis makanan yang sesuai, serta memberikan edukasi mengenai pola makan yang sehat. Pasien dianjurkan untuk menjauhi makanan yang bersifat pedas atau asam, dan disarankan mengonsumsi makanan yang lembut serta mudah dicerna.