

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DAN
GenggAM JARI TERHADAP INTENSITAS NYERI
PADA PENDERITA GASTRITIS MAHASISWA/I
PRODI D-III JURUSAN KEPERAWATAN
MEDAN TAHUN 2023**



FAWANIS MASWAH

P07520120092

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PRODI D-III JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN 2023**

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DAN
GenggAM JARI TERHADAP INTENSITAS NYERI
PADA PENDERITA GASTRITISMAHASISWAI
PRODI D-III JURUSAN KEPERAWATAN
MEDAN TAHUN 2023**

*Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi
Diploma III Keperawatan*



FAWANIS MASWAH

P07520120092

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PRODI D-III JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN 2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : GAMBARAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DAN GENGAM JARI TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PENDERITA GASTRITIS MAHASISWAI PRODI D-III JURUSAN KEPERAWATAN MEDAN TAHUN 2023

NAMA : FAWANIS MASWAH

NIM : P07520120092

Telah Diterima Dan Disetujui Untuk Diuji Di Hadapan Penguji
Medan 2023

Menyetujui

Pembimbing Utama

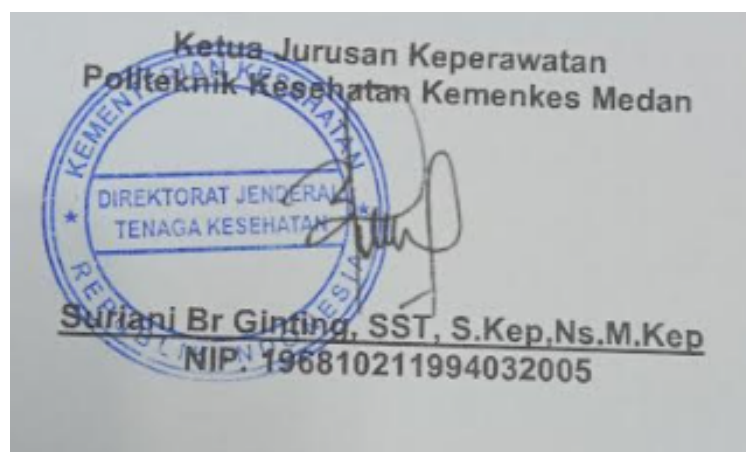


Ida Suryani Hasibuan, S.Kep, Ns, M.Kep
NIP : 197703122002122002

Pembimbing Pendamping



Tihah, SKM, M.kes
NIP : 1974051420021200301



LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL : GAMBARAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DAN
GENGGAM JARI TRHADAP INTENSITAS NYERI PADA
PENDERITA GASTRITIS MAHASISWA/I PRODI D-III
JURUSAN KEPERAWATAN MEDAN TAHUN 2023

NAMA : FAWANIS MASWAH

NIM : P07520120092

Karya Tulis Ilmiah Ini Telah Diuji Pada Sidang Ujian Akhir Program
Jurusan Keperawatan Poltekkes kemenkes
Medan Tahun 2023

Penguji I

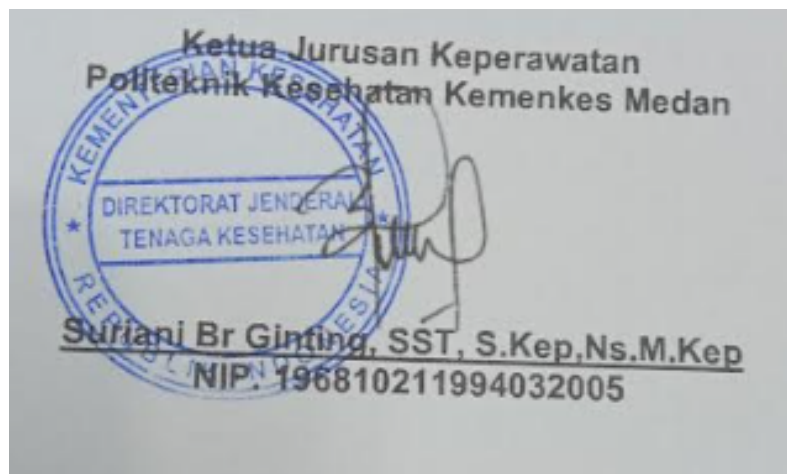
Lestari, S.Kep, Ns , M.Kep
NIP: 198008292002122002

Penguji II

Juliana, S.Kep, Ns, M.Kep
NIP: 197907012002122001

Pembimbing Utama

Ida Suryani Hasibuan, S.Kep, Ns, M.Kep
NIP : 197703122002122002



POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN

KARYA TULIS ILMIAH, JUNI 2023

FAWANIS MASWAH

P07520120092

GAMBARAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DAN GENGAM JARI
TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PENDERITA GASTRITIS
MAHASISWA/I PRODI D-III JURUSAN KEPERAWATAN
MEDAN TAHUN 2023

Xii + V Bab + 41 Halaman+ 15 Lampiran + 5 Tabel

ABSTRAK

Latar belakang: Gastritis merupakan suatu penyakit peradangan pada lapisan lambung. Terdapat tiga faktor utama yang menyebabkan timbulnya gastritis yaitu infeksi *helicobacter pylori*, penggunaan obat *non steroid anti inflammatory drug* (NSAID) dalam jangka panjang dan *stress related mucosal damage* (SRMD). Selain itu gastritis juga dapat disebabkan oleh faktor lain misalnya tidak teraturnya pola makan, konsumsi kopi, teh, cola, alkohol, makanan yang pedas dan kondisi stress. **Tujuan:** Untuk mengetahui gambaran teknik relaksasi nafas dalam dan genggam jari terhadap intensitas nyeri pada penderita gastritis Mahasiswa/i prodi D-III Jurusan Keperawatan Medan. **Metode Penelitian:** Jenis penelitian ini deskriptif dengan cara pengambilan sampel menggunakan *random sampling* sebanyak 40 responden di Prodi D-III Jurusan Keperawatan Medan. Alat ukur penelitian ini dengan menggunakan SOP yang dengan pengumpulan data secara langsung. **Hasil Penelitian:** Dari total 40 responden yang dapat melakukan teknik relaksasi nafas dalam secara baik sebanyak 33 responden (82,5%), adapun responden yang dapat melakukan teknik relaksasi genggam jari secara baik sebanyak 31 responden (77,5%), dan berdasarkan intensitas nyeri menunjukkan bahwa nyeri yang terbanyak adalah nyeri ringan sebanyak 28 responden (70%). **Kesimpulan Penelitian:** Berdasarkan teknik relaksasi nafas dalam dan genggam jari terhadap intensitas penurunan nyeri pada penderita gastritis Mahasiswa/i prodi D-III Jurusan Keperawatan Medan dalam kategori baik dengan nyeri yang terbanyak nyeri ringan.

Kata Kunci : Gastritis, Nyeri, Teknik Relaksasi Nafas Dalam, Teknik Relaksasi Genggam Jari

MEDAN HEALTH POLYTECHNIC OF MINISTRY OF HEALTH
DEPARTMENT OF NURSING

SCIENTIFIC PAPER, JUNE 2023

FAWANIS MASWAH
P07520120092

DESCRIPTION OF DEEP BREATHING AND FINGER HANDLING RELAXATION
TECHNIQUES ON PAIN INTENSITY IN GASTRITIS PATIENTS, D-III
DEPARTMENT OF NURSING PROGRAM STUDENTS, MEDAN IN 2023

Xii + V Chapter + 41 Pages + 15 Appendices + 5 Tables

ABSTRACT

Background: Gastritis is an inflammatory disease of the stomach lining. There are three main factors that cause gastritis, namely *Helicobacter pylori* infection, long-term use of non-steroidal anti-inflammatory drugs (NSAIDs) and stress related mucosal damage (SRMD). Apart from that, gastritis can also be caused by other factors, for example irregular eating patterns, consumption of coffee, tea, cola, alcohol, spicy foods and stressful conditions. **Method:** To determine the description of deep breathing and finger holding relaxation techniques on the intensity of pain in gastritis sufferers, students of the D-III Nursing Study Program, Medan Department. Research Method: This type of research is descriptive by taking samples using random sampling of 40 respondents in the Medan Nursing Department D-III Study Program. The measuring tool for this research uses SOPs which involve direct data collection. **Results:** Of the total of 40 respondents who could do the deep breathing relaxation technique well, there were 33 respondents (82.5%), while the respondents who could do the finger hold relaxation technique well were 31 respondents (77.5%), and based on intensity. pain showed that the most common pain was mild pain as many as 28 respondents (70%). **Conclusion:** Based on deep breathing and finger holding relaxation techniques, the intensity of pain decreases in gastritis sufferers. Students of the Medan Nursing Department D-III study program are in the good category with the most pain being mild pain.

Keywords: Gastritis, Pain, Deep Breathing Relaxation Technique, Finger Hold Relaxation Technique



KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan berkat-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan judul **“GAMBARAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DAN GENGAM JARI TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PENDERITA GASTRITIS MAHASISWAI PRODI D-III JURUSAN KEPERAWATAN MEDAN TAHUN 2023.”**

Dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan, dukungan dan arahan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih terutama kepada Ibu Ida Suryani Hasibuan, S.Kep, Ns, M.Kep selaku pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran kepada penulis.

Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu R.R. Sri Arini Winarti Rinawati, SKM, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
2. Ibu Suriani Ginting S.Kep, Ns, M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
3. Ibu Masnila Siregar, S.Kep, Ns, M.Pd selaku Ketua Prodi D-III Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
4. Ibu Lestari, S.Kep, Ns, M.Kep selaku ketua penguji I, Ibu Juliana, S.Kep, Ns, M.Kep selaku penguji II.
5. Terimakasih kepada Ibu Elvina, S.Kep.,Ns.,M.Kep sebagai dosen pembimbing
6. Pada dosen dan seluruh staf yang telah banyak membantu dalam karya tulis ilmiah ini.
7. Terimakasih buat orang tua tercinta Bapak Miswandi dan Ibu Ernawati, serta saudara saya Fathul Khair, Rany Ayu Luthfiah, Panjang Angkat, dan Rafli Fajar Maharaja serta Keluarga besar yang telah memberikan doa, semangat, motivasi dan dukungan yang tiada henti kepada penulis dalam menyelesaikan pendidikan ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan, baik dari segi penulisan maupun dari isi. Maka

dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan kritik dan saran serta masukan dari semua pihak demi kesempurnaan karya tulis ilmiah ini.

Medan, Juni 2023

Penulis

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized 'F' followed by a series of loops and a horizontal line extending to the right.

Fawanis Maswah
P07520120092

LEMBAR PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

GAMBARAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DAN GENGAM JARI TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PENDERITA GASTRITIS MAHASISWA/I PRODI D-III JURUSAN KEPERAWATAN MEDAN TAHUN 2023

Dengan ini menyatakan bahwa dalam Karya Tulis Ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diajukan dalam naskah dan akan disebut dalam daftar pustaka.

Medan, 2023



Fawanis Maswah
NIM : P07520120092

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR	v
LEMBAR PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	viii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Konsep Gastritis.....	6
1. Pengertian Gastritis.....	6
2. Etiologi	6
3. Jenis Gastritis	7
4. Manifestasi Klinik Gastritis	10
5. Penyebab Gastritis.....	11
6. Patofisiologi Gastritis.....	11
7. Pemeriksaan Diagnostik	12
8. Penatalaksanaan Gastritis	12
9. Komplikasi Gastritis.....	13
B. Konsep Teori Nyeri	14
1. Pengertian Nyeri	14
2. Klasifikasi Nyeri.....	15
3. Sifat Nyeri	15
4. Intensitas Nyeri	16
5. Respon Tubuh Terhadap Nyeri	17
6. Peranan Perawat Terhadap Nyeri	19

7. Strategi Penatalaksanaan Nyeri	20
C. Konsep Relaksasi Nafas Dalam	21
1. Definisi.....	21
2. Tujuan dan Manfaat Teknik Relaksasi Nafas Dalam	21
3. Prosedur Teknik Relaksasi Nafas Dalam	22
4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri	23
D. Konsep Relaksasi Genggam Jari.....	24
1. Definisi relaksasi genggam jari.....	24
2. Cara melakukan teknik genggam jari.....	25
3. Pengaruh teknik relaksasi genggam jari untuk menurunkan nyeri	25
E. Kerangka Konsep	26
F. Definisi Operasional.....	26
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Jenis dan Desain Penelitian	29
B Lokasi dan waktu Penelitian	29
C Populasi dan Sampel	29
D Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	31
E Pengolahan Data dan Analisa Data.....	31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	34
A. Gambar Lokasi Penelitian	34
B. Hasil Penelitian.....	35
C. Pembahasan	37
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	40
A. Kesimpulan	40
B. Saran.....	40
DAFTAR PUSTAKA.....	41

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kerangka Konsep.....	28
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan umur di Prodi D-III Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan	34
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Prodi D-III Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan	35
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Teknik Relaksasi Nafas Dalam di Prodi D-III Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan	35
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Teknik Genggam Jari di Prodi D-III Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan	36
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Intensitas Nyeri di Prodi D-III Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala Intensitas Nyeri Deskriptif Sederhana	17
Gambar 2.2 Skala penilaian numerik	17
Gambar 2.3 Skala Intensitas Nyeri Visual Alanog Scale	18
Gambar 2.5 Skala Nyeri Wajah	18
Gambar 2.6 Kerangka Konsep	26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	:	Surat Izin Pendahuluan
Lampiran 2	:	Surat Balasan Studi Pendahuluan
Lampiran 3	:	Surat Izin Penelitian
Lampiran 4	:	Surat Balasan Penelitian
Lampiran 5	:	Surat <i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 6	:	Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 7	:	Lembar Kuesioner Gejala Penderita Gastritis
Lampiran 8	:	SOP Relaksasi Nafas Dalam
Lampiran 9	:	SOP Relaksasi Genggam Jari
Lampiran 10	:	SOP Manajemen Nyeri
Lampiran 11	:	Master Tabel
Lampiran 12	:	Output SPSS
Lampiran 13	:	Lembar Konsultasi Bimbingan KTI
Lampiran 14	:	Dokumentasi penelitian
Lampiran 15	:	Daftar Riwayat Hidup Penulis

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gastritis merupakan suatu penyakit peradangan pada lapisan lambung. Terdapat tiga faktor utama yang menyebabkan timbulnya gastritis yaitu infeksi *helicobacter pylori*, penggunaan obat *non steroid anti inflammatory drug* (NSAID) dalam jangka panjang dan *stress related mucosal damage* (SRMD). Selain itu gastritis juga dapat disebabkan oleh faktor lain misalnya tidak teraturnya pola makan, konsumsi kopi, teh, cola, alkohol, makanan yang pedas dan kondisi stress (Putra, 2017).

Suatu penyakit pada sistem pencernaan yang penyebab paling umum terjadinya nyeri yakni salah satunya penyakit gastritis atau yang biasanya dikenal dengan maag. Badan penelitian kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO) mengadakan suatu tinjauan terhadap beberapa Negara dunia dan mendapatkan hasil dari angka persentase kejadian gastritis di dunia, diantaranya Inggris 22%, China 31%, Jepang 14,5%, Kanada 35%, dan Prancis 29,5%. Insiden terjadinya gastritis di Asia Tenggara sekitar 583.635 dari jumlah penduduk setiap tahunnya (WHO, 2018).

Persentase dari angka kejadian gastritis di Indonesia didapatkan mencapai angka 40,8%. Gastritis merupakan salah satu penyakit di dalam sepuluh penyakit terbanyak pada pasien rawat inap di rumah sakit di Indonesia dengan jumlah 30.154 kasus (4,9%). Sehingga angka kejadian gastritis pada beberapa daerah di Indonesia cukup tinggi dengan prevalensi 274,396 kasus dari 238,452,952 jiwa penduduk dan didapatkan data bahwa di kota Surabaya angka kejadian gastritis sebesar 31,2%, Denpasar 46%, sedangkan di Medan angka kejadian infeksi cukup tinggi sebesar 91,6% (Risksdas, 2018).

Berdasarkan Data Kesehatan Indonesia terdapat sepuluh penyakit terbanyak di rumah sakit di Indonesia, pada pasien rawat inap gastritis berada pada posisi keenam dengan jumlah kasus sebesar 33.580 kasus yang 60.86% terjadi pada perempuan. Pada pasien rawat jalan, gastritis berada