

**PENERAPAN RELAKSASI NAFAS DALAM PADA PASIEN GASTRITIS
DENGAN MASALAH NYERI AKUT
DI RUANG TULIP 2 RSUD DR. SOEKARDJO
KOTA TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH



**JELITA ANGGRAENI PUTRI
11025122055**

**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
TASIKMALAYA
2025**

**PENERAPAN RELAKSASI NAPAS DALAM PADA PASIEN GASTRITIS
DENGAN MASALAH NYERI AKUT
DI RUANG TULIP 2 RSUD DR. SOEKARDJO
KOTA TASIKMALAYA**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan**

KARYA TULIS ILMIAH



**JELITA ANGGRAENI PUTRI
NIM : 11025122055**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2025**

PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA

Karya Tulis Ilmiah, Juni 2025

Jelita Anggraeni Putri

Penerapan Relaksasi Napas Dalam pada Pasien Gastritis dengan Masalah Nyeri Akut di Ruang Tulip 2 RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya

ABSTRAK

Latar Belakang: Gastritis merupakan peradangan pada mukosa lambung yang dapat menyebabkan nyeri akut, terutama di daerah epigastrium. Nyeri ini dapat mengganggu aktivitas pasien serta menurunkan kualitas hidup. Teknik relaksasi napas dalam merupakan salah satu intervensi non-farmakologis yang dapat mengurangi nyeri dengan cara menurunkan ketegangan otot dan meningkatkan oksigenasi. **Tujuan:** Menggambarkan penerapan teknik relaksasi napas dalam pada pasien gastritis dengan masalah nyeri akut di ruang Tulip 2 RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya. **Metode:** Studi kasus dilakukan pada dua responden dengan nyeri akut akibat gastritis. Teknik relaksasi napas dalam dilakukan dua kali sehari selama tiga hari. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, serta diukur dengan Numeric Rating Scale (NRS) untuk menilai intensitas nyeri. **Hasil:** Setelah penerapan teknik relaksasi napas dalam, selama 3 hari skala nyeri pada Responden I menurun dari 4 menjadi 3, dan pada Responden II menurun dari 5 menjadi 4. **Kesimpulan:** Penerapan teknik relaksasi napas dalam dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien gastritis dengan nyeri akut. Saran bagi tenaga kesehatan, diharapkan dapat menerapkan teknik relaksasi napas dalam sebagai alternatif terapi non farmakologi dalam manajemen nyeri intervensi di lingkungan keperawatan

Kata Kunci: Gastritis, Manajemen Nyeri, Nyeri Akut, Relaksasi Napas Dalam

**D III NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BAKTI TUNAS HUSADA UNIVERSITY**

Scientific Paper, June 2025

Jelita Anggraeni Putri

ABSTRACT

Background: Gastritis is an inflammation of the gastric mucosa that can cause acute pain, particularly in the epigastric region. This pain may interfere with the patient's daily activities and reduce their quality of life. Deep breathing relaxation techniques are a form of non-pharmacological intervention that can help alleviate pain by reducing muscle tension and improving oxygenation. **Objective:** To describe the implementation of deep breathing relaxation techniques in patients with gastritis experiencing acute pain in Tulip 2 Ward at RSUD dr. Soekardjo, Tasikmalaya. **Method:** A case study was conducted involving two respondents experiencing acute pain due to gastritis. The deep breathing relaxation technique was performed twice daily for three consecutive days. Data were collected through observation, interviews, and documentation, and pain intensity was measured using the Numeric Rating Scale (NRS). **Results:** After the application of the deep breathing relaxation technique over three days, pain levels in Respondent I decreased from a score of 4 to 3, and in Respondent II from 5 to 4. **Conclusion:** The implementation of deep breathing relaxation techniques can reduce pain intensity in patients with gastritis experiencing acute pain. Recommendation healthcare professionals are encouraged to apply deep breathing relaxation techniques as an alternative non-pharmacological therapy in pain management interventions within nursing care settings.

Keywords: Acute Pain , Deep Breathing Relaxation, Gastritis, Pain Management