



**ANALISIS PENERAPAN RELAKSASI NAFAS DALAM DAN KOMBINASI  
KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA PASIEN  
GASTRITIS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BATU AMPAR  
TAHUN 2023**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)**

**Diajukan sebagai persyaratan untuk Menyelesaikan  
Pendidikan Profesi Ners**

**OLEH :  
TRI SUGIARTI  
NIM : 891221052**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
YAYASAN RUMAH SAKIT ISLAM  
PONTIANAK  
2023**

## LEMBAR PERSETUJUAN

**Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh :**

Nama : Tri Sugiarti  
NIM : 891221052  
Program studi : Program Studi Ners Keperawatan Tahap Profesi  
Judul : Analisis Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Kombinasi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Pada Pasien Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Amparan 2023

Untuk dipertahankan dihadapan Dewan Penguji sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada program studi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI Pontianak.

**Dosen Pembimbing**



**Ns. Nurpratiwi, M. Kep**  
NIDN. 1110118703

Diajukan di : Pontianak

Tanggal : 14 Agustus 2023

LEMBAR PENGESAHAN

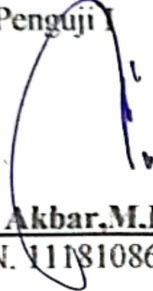
**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN GASTRITIS DENGAN  
INTERVENSI RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN KOMBINASI KOMPRES  
HANGAT TERHADAP PENURUNAN NYERI DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS BATU AMPAR  
TAHUN 2023**

Disusun oleh:

Tri Sugiarti  
NIM. 891221052

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji  
Pada Tanggal, 14 Agustus 2023

Penguji I



Ns. Ali Akbar, M. Kep  
NIDN. 1118108602

Penguji II



Ns. Debby Hatmalvakin, M. Kep  
NIDN. 1102039301

Penguji III



Ns. Nurpratiwi, M. Kep  
NIDN. 1110118703

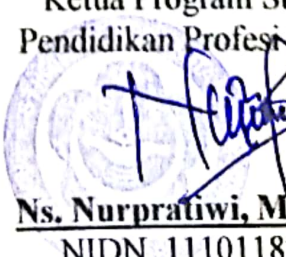
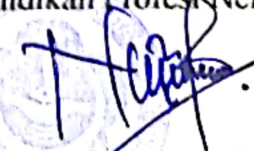
Kian ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk  
mendapat gelar Ners (Ns.)  
Mengetahui  
Pontianak, 14 Agustus 2023

Ketua  
STIKES YARSI Pontianak



Ns. Uti Rusdian Hidayat, M. Kep  
NIDN. 1123058801

Ketua Program Studi  
Pendidikan Profesi Ners



Ns. Nurpratiwi, M. Kep  
NIDN. 1110118703

## LEMBAR PERNYATAAN ORISINILITAS

**Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah hasil karya saya sendiri  
dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk  
telah saya nyatakan dengan benar**

Nama : Tri Sugiarti

NIM : 891221052

Pontianak, 14 Agustus 2023



Tri Sugiarti

NIM. 891221052

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners yang berjudul “Analisis Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Dan Kombinasi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Ampar ahun 2023 ” dapat terselesaikan.

Selama penyusunan ini tidak terlepas dari dukungan berbagai pihak, baik moril maupun material. Terima kasih saya sampaikan kepada keluarga dan teman-teman sejawat selalu mendukung dan memberi semangat. Selanjutnya Terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Ibu Ns. Nurpratiwi, M. Kep selaku pembimbing sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini dengan baik.

Dengan terselesaikannya Karya Ilmiah Akhir Ners ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Ns. Uti Rusdian Hidayat, M. Kep selaku ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) YARSI Pontianak.
2. Ibu Ns. Nurpratiwi, M. Kep selaku Ketua Prodi Ners Yarsi Pontianak sekaligus Pembimbing dalam penyusunan karya Ilmiah Akhir Ners ini.
3. Bapak Sahibek HP,A.Md.Kep Selaku Kepala Puskesmas Batu Ampar yang telah memberi izin dalam penelitian ini.
4. Bapak Ns.Ali Akbar,M.Kep selaku Penguji I yang banyak memberikan masukan dan saran.
5. Bapak Ns.Debby Hatmalyakin,M.Kep Kom selaku Penguji II yang banyak memberikan masukan dan saran.
6. Dosen dan Staff Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Yarsi Pontianak
7. Serta semua pihak yang telah membantu penulis namun tidak dapat disebutkan namanya satu per satu.

Penulis sangat menyadari bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners ini masih sangat jauh dari kesempurnaan kemampuan yang penulis miliki. Oleh karena itu, koreksi, saran dan kritikan yang sifatnya membangun penulis hargai demi kesempurnaan karya ilmiah akhir Ners ini.

Akhir kata, semoga bantuan yang telah diberikan oleh semua pihak, mendapatkan imbalan yang setimpal dari Allah SWT.

Pontianak, 14 Agustus 2023

Tri Sugiarti

## LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KIAN

Sebagai civitas akademik STIKes YARSI Pontianak, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Tri Sugiarti  
NIM : 891221020  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners  
Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir Ners

Demi pengembangan ilmu pengetahuan menyetujui untuk memberikan kepada STIKes YARSI Pontianak **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**“Analisis Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Dan Kombinasi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Ampar Tahun 2023 ”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini STIKes YARSI Pontianak berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan membulikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Pontianak

Pada Tanggal : 14 Agustus 2023

Yang menyatakan,

Tri Sugiarti

**ANALISIS PENERAPAN RELAKSASI NAFAS DALAM DAN KOMBINASI  
KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA PASIEN  
GASTRITIS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BATU AMPAR  
TAHUN 2023**

Abstrak

Tri Sugiarti<sup>1</sup>, Nur Pratiwi<sup>2</sup>

Program Studi Pendidikan Ners, STIKes YARSI Pontianak

Jln Panglima A'im, No 1

Email : [trisugiarti@icloud.com](mailto:trisugiarti@icloud.com)

**Latar Belakang :** Penyakit gastritis merupakan suatu peradangan atau pendarahan pada mukosa lambung yang disebabkan oleh faktor iritasi, infeksi, dan ketidakteraturan dalam pola makan, misalnya telat makan, makan terlalu banyak, makan cepat, makan makanan yang terlalu banyak bumbu pedas, mengkonsumsi protein tinggi, kebiasaan mengkonsumsi makan-makanan pedas, dan minum kopi terlalu berlebihan. Penyakit gastritis dapat menyerang seluruh lapisan masyarakat dari semua tingkat usia maupun jenis kelamin, akan tetapi dari beberapa survei menunjukkan bahwa gastritis paling sering menyerang usia produktif.

**Tujuan :** Menggambarkan hasil analisis Terhadap penurunan Nyeri Pada pasien Dengan Gastritis Di Puskesmas Batu Ampar

**Metode :** Metode yang digunakan dalam penulisan karya ilmiah akhir menggunakan metode analisis kasus dengan penerapan *evidence based nursing practice*.

**Hasil :** Hasil analisis setelah penerapan senam lansia selama 3 kali pertemuan menunjukkan penurunan nyeri pada pasien gastritis dan latihan relaksasi nafas dalam dengan kombinasi kompres hangat dapat dilaksanakan dengan aman serta pasien dapat menerapkan secara mandiri ataupun terbimbing, efisien dan tidak memiliki efek samping.

**Kata Kunci :** *gastritis, Teknik relaksasi nafas dalam dan kombinasi kompres hangat*

**ANALYSIS OF APPLICATION OF DEEP BREATH RELAXATION AND  
WARM COMPRESS COMBINATION TO REDUCE PAIN IN GASTRITIS  
PATIENTS IN THE WORKING AREA OF BATU AMPAR HEALTH  
CENTER YEAR 2023**

**Abstract**

**Tri Sugiarti<sup>1</sup>, Nur Pratiwi<sup>2</sup>**

**Nursing Education Study Program, STIKes YARSI Pontianak**

**Jln Panglima A'im, No 1**

**Email : trisugiarti@icloud.com**

**Background:** Gastritis is an inflammation or bleeding of the gastric mucosa caused by irritation, infection, and irregularities in eating patterns, for example eating late, eating too much, eating fast, eating foods that have too many spicy spices, consuming high protein, consuming habits of spicy foods, and drinking too much coffee. Gastritis can attack all levels of society at all levels of age and gender, but several surveys show that gastritis most often affects productive age (Nuramelia, 2022).

**Purpose:** Describe the results of the analysis of pain reduction in patients with gastritis at the Batu Ampar Health Center

**Method :** The method used in writing the final scientific work uses the case analysis method with the application of evidence based nursing practice.

**Results:** The results of the analysis after applying elderly gymnastics for 3 meetings show a decrease in pain in gastritis patients and deep breathing relaxation exercises with a combination of warm compresses can be carried out safely and patients can apply them independently or guided, efficiently and have no side effects.

**Keywords:** gastritis, deep breathing relaxation technique and combination of warm compresses

## DAFTAR ISI

	halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
ABSTRAK .....	vi
<i>ABSTRACT</i> .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	ix
DAFTAR SKEMA.....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang .....	1
B. Masalah Penelitian .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Dasar Penyakit Gastritis .....	8
B. Konsep Nyeri .....	15
C. Konsep Relaksasi Nafas Dalam .....	20
D. Konsep Dasar Kompres Hangat.....	22
E. Konsep Konsep ASuhan Keperawatan .....	25
BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA	
A. Pengkajian .....	35
B. Analisa Data .....	43
C. Rumusan Diagnosa .....	45
D. Intervensi Keperawatan .....	46
E. Implementasi & Evaluasi.....	49
F. Persiapan pelaksanaan EBNP pada kasus kelolaan .....	56
G. Evaluasi hasil penerapan EBNP pada kasus kelolaan .....	60
BAB IV PEMBAHASAN	
A. Analisis Proses Keperawatan dengan Konsep Teori dan kasus terkait .....	62
B. Analisis Penerapan Intervensi berdasarkan <i>Evidence Base Nursing Praticice</i> .....	69
C. Alternatif Pemecahan Masalah atau Solusi yang dapat dilakukan .....	71
BAB V KESIMPULAN & SARAN	
A. Kesimpulan .....	72
B. Saran .....	73
DAFTAR PUSTAKA .....	74
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 tanda dan gejala.....	17
2.2 Intervensi hipertensi.....	29
3.1 balance cairan.....	38
3.2 Aktivitas Klien .....	39
3.3 Data Penunjang .....	42
3.4 terapi Pengobatan .....	43
3.5 Analisa Data .....	43
3.6 Diagnosa Keperawatan .....	45
3.7 Intervensi Keperawatan .....	46
3.8 Implementasi dan Evaluasi .....	49
3.9 SOP Teknik relaksasi nafas dalam .....	56
3.10 SOP Kompres Hangat .....	58

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Pathway Gastritis .....	11
2.2 Numerical Rating Scale.....	16
2.3 Wong-Baker Pain Rating Scale.....	16
2.4 Visual Analog Scale (VAS) .....	17
2.5 Skala Nyeri Menurut Bourbonis .....	17
3.1 Genogram .....	37

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1** : Surat Izin Pengambilan data dari STIKes YARSI Pontianak
- Lampiran 2** : Surat Izin Penelitian
- Lampiran 3** : Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 4** : Lembar Persetujuan Sebagai Responden (*Informed Consent*)
- Lampiran 5** : Lembar Observasi Hasil skala nyeri
- Lampiran 6** : Lembar Satuan Acara Pendidikan Kesehatan (SAP) Gastritis
- Lampiran 7** : Leaflet *gastritis dan Teknik nafas dalam, kompres hangat*
- Lampiran 8** : Dokumentasi Penerapan Teknik nafas dalam dan kompres hangat
- Lampiran 9** : Lembar Konsultasi
- Lampiran 10** : Daftar Masukan Ujian
- Lampiran 11** : Jurnal