

**NASKAH PUBLIKASI**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN GASTRITIS: NYERI AKUT**

**INTERVENSI TERAPI RELAKSASI AUTOGENIK**



**DISUSUN OLEH:**

**PILIS AYU WARIYAH APRILIA WULANDARI**

**NIM P21046**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA**

**TAHUN 2024**

**Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Kusuma Husada Surakarta  
2024**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN GASTRITIS: NYERI AKUT  
INTERVENSI TERAPI RELAKSASI AUTOGENIK**

Pilis Ayu Wariyah Aprilia Wulandari<sup>1</sup> \*, Sutiyo Dani Saputro<sup>2</sup>  
\*Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga<sup>1</sup>  
Dosen Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga<sup>2</sup>  
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta  
\*Authors : [pilusayu3@gmail.com](mailto:pilusayu3@gmail.com)

**ABSTRAK**

*Gastritis* merupakan suatu peradangan mukosa lambung yang disebabkan oleh kuman *Helicobakteri Pylorin* yang dapat bersifat akut, kronik difus, atau local. Gejala yang umum terjadi adalah nyeri akut. Pasien *gastritis* dengan nyeri akut perlu diberikan terapi nonfarmakologi yaitu terapi relaksasi autogenik. Tujuan studi kasus ini adalah untuk mengetahui gambaran asuhan keperawatan pada pasien *gastritis* dengan agen pencedera biologis nyeri akut intervensi terapi relaksasi autogenik dalam menurunkan rasa nyeri. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Subjek dalam studi kasus ini adalah satu orang pasien *gastritis* dengan nyeri akut di ruang IGD. Hasil studi menunjukkan bahwa pengelolaan asuhan keperawatan pada pasien *gastritis* dengan nyeri akut yang dilakukan Tindakan intervensi terapi relaksasi autogenik selama 1x8 jam didapatkan hasil terjadi penurunan skala nyeri dari nyeri akut (7) menjadi skala nyeri sedang (5).

Kata Kunci : Gastritis, Nyeri akut, Teknik Relaksasi Autogenik  
Referensi : 21 (2014-2023)

**ABSTRACT**

*Gastritis is an inflammation of the gastric mucosa caused by the Helicobacteria Pylorin bacteria, which can be acute, chronic diffuse, or local. The common symptom of gastritis is acute pain. Gastritis patients need to be treated with nonpharmacological therapy called autogenic relaxation therapy. This case study aimed to describe nursing care for biological agent gastritis patients with acute pain by autogenic relaxation therapy to reduce the pain. The type of research descriptive with a case study approach method. The subject of this case study is a gastritis patient with acute pain in the Emergency Room. The study result showed that nursing care management for the gastritis patient with acute pain who underwent autogenic relaxation therapy intervention for 1x8 hours resulted in a reduction in the pain scale from acute pain (7) to moderate pain (5).*

*Keywords: Gastritis, Acute Pain, Autogenic Relaxation Therapy*

*References: 21 (2014-2023)*

## PENDAHULUAN

Gastritis merupakan peradangan yang mengenai mukosa lambung yang dapat mengakibatkan pembengkakan mukosa lambung sampai terlepasnya epitel mukosa superfisial yang menjadi penyebab terpenting dalam gangguan saluran pencernaan, yang disebabkan oleh faktor iritasi dan infeksi pada mukosa dan submukosa lambung (Ayuningsih et al., 2024). Risiko gastritis lebih sering dipicu oleh pola makan yang kurang sesuai, factor psikis, kecemasan dan faktor usia.

Menurut World Health Organization (WHO), insiden gastritis di dunia sekitar 1.8- 2.1 juta dari jumlah penduduk setiap tahunnya. Persentase dari angka kejadian gastritis di Indonesia menurut WHO adalah 40.8% dan angka kejadian gastritis di beberapa daerah di Indonesia cukup tinggi dengan prevalensi 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk. Menurut Riskesdas (2018), angka kejadian gastritis di Jawa Tengah cukup tinggi yaitu 79,6%. Berdasarkan data dari seksi upaya kesehatan rujukan di Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah kejadian gastritis pada tahun 2019 sebesar 5.744 kasus dari 42.978 kasus yaitu (13,4%). Berdasarkan studi dokumentasi kasus yang ditangani di RSUD Pandan Arang diperoleh bahawa kasus gastritis tahun 2023 termasuk kedalam urutan 10 penyakit terbanyak.

Salah satu manifestasi klinis yang terjadi pada pasien gastritis adalah nyeri. Nyeri yang dirasakan adalah nyeri ulu hati atau nyeri epigastrium (Nugraheni & Afni, 2021). Secara umum tanda dan gejala yang sering terjadi pada pasien yang

mengalami nyeri dapat tercermin dari perilaku pasien misalnya suara (menangis, merintih, menghembuskan nafas), ekspresi wajah (meringis, menggigit bibir), pergerakan tubuh (gelisah, otot tegang, mondar-mandir, dll), interaksi sosial (menghindari percakapan, disorientasi waktu) (Supertan, 2018).

Relaksasi autogenik merupakan metode relaksasi yang bersumber dari diri sendiri dan kesadaran untuk mengurangi stress dan ketegangan otot yang memungkinkan dapat menurunkan rasa nyeri akut, mengurangi ketegangan otot dan rasa nyeri kronis (Hardiani, 2021). Relaksasi autogenik akan membantu tubuh untuk membawa perintah melalui autosugesti untuk rileks sehingga dapat menurunkan stress yang memicu terjadinya gastritis serta dapat mengendalikan nyeri sehingga pasien akan merasa lupa dengan kondisi nyerinya (Wayan, 2020).

Hasil penelitian Ayuningsih (2023), menunjukkan bahwa pemberian terapi autogenik dapat menurunkan nyeri 5,06 menjadi 2,38. Terapi autogenik dapat menurunkan 0.001 menjadi 0.005 di dukung oleh jurnal Cahyaningrum (2023). Berdasarkan penjelasan latar belakang diatas, penulis berkesempatan melakukan "Asuhan Keperawatan pada Pasien Gastritis: Intensitas Terapi Relaksasi Autogenik terhadap Penurunan Nyeri".

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus dalam bentuk intervensi yaitu penerapan teknik relaksasi autogenik pada

pasien gastritis dengan nyeri akut (D.007). Tindakan keperawatan dilakukan 1x8 jam selama 2x30 menit dengan kriteria hasil (L.08066) tingkat nyeri berkurang.

Subjek dalam studi kasus ini adalah satu orang pasien *gastritis* dengan nyeri akut di ruang IGD RSUD Pandan Arang Boyolali. Tempat dan waktu pengambilan kasus dilakukan di IGD RSUD Pandan Arang Boyolali pada tanggal 31 Januari 2024 jam 10.00 wib. Pengumpulan data yang digunakan yaitu dengan metode wawancara, observasi pemeriksaan fisik dan studi dokumentasi.

## HASIL

Asuhan keperawatan pada pasien dengan *Gastritis* diruang IGD RSUD Pandan Arang Boyolali. Penulis melakukan penelitian pada tanggal 31 Januari 2024 jam 10.00 wib saat pasien masuk ke IGD. Pada hari yang sama penulis mulai melakukan pengkajian dan dilanjutkan dengan memberikan intervensi serta implementasi, berikut data hasil pengkajian yang di dapat dari pasien Ny. A.

Data subjektif meliputi keadaan umum : pasien tampak meringis menahan nyeri pasien mengatakan keluhan utama nyeri pada ulu hati sampai ke dada (P), nyeri seperti diremas-remas (Q) , nyeri pada perut bagian epigastrium sampai pada ulu hati (R), skala 7 (S), nyeri hilang timbul sejak 2 hari yang lalu disertai dengan mual (T). Data objektif hasil pemeriksaan fisik; kesadaran: Compointis, TD: 110/70 mmHg N : 90x/menit, S : 36,5°C, RR : 21x/menit, SPO2 : 98%, pasien tampak meringis kesakitan.

Pemeriksaan abdomen; Inspeksi: tidak ada lesi, *umbilicus* menonjol, Palpasi : adanya nyeri tekan epigastrik, Perkusi: terdengar suara timpati, Auskultasi: suara usus peristaltic 10x/menit.

Berdasarkan hasil pengkajian dan pengelompokan data pada pasien Ny. A, diagnosa keperawatan yang ditegakkan pada pasien Ny. A adalah gastritis dengan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera biologis (D.007).

Intervensi utama yang dilakukan adalah manajemen nyeri (I.08238) yang terdiri dari identifikasi lokasi, karakteristik nyeri, durasi, frekuensi, intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, identifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri, kontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri, memonitor nyeri secara mandiri, memberikan terapi non farmakologi untuk mengurangi nyeri yaitu terapi relaksasi autogenik kolaborasi pemberian analgetik atau obat yang menangani pencetus nyeri tersebut dan evaluasi tindakan pengontrolan nyeri.

Setelah dilakukan asuhan keperawatan 1x8jam diharapkan tingkat nyeri menurun dengan kriteria hasil Tingkat nyeri (L.08066): pasien mengatakan nyeri berkurang, pasien menunjukkan ekspresi wajah tenang, pasien dapat beristirahat dengan nyaman, meringis menurun, muntah dan mual menurun.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan fokus diagnosa keperawatan yang ditegakkan adalah pasien gastritis dengan nyeri akut (D.007). Intervensi yang dilakukan

adalah pemberian terapi relaksasi autogenik. Terapi relaksasi autogenik dilakukan selama 2x30 menit dengan respon pasien Ny. A mengatakan nyaman saat diberikan relaksasi autogenik, data objektif : pasien tampak lebih rileks dan tenang. Menurut Goldbeck L dan Schmid K , relaksasi autogenik merupakan relaksasi yang bersumber dari diri sendiri dengan menggunakan kata-kata atau kali-mat pendek yang bisa membuat pikiran menjadi tenang (Surasta, 2020).

. Hasil evaluasi di lapangan setelah dilakukan tindakan keperawatan secara berkelanjutan pada pasien Ny. A yaitu : Terjadi penurunan skala nyeri pada pasien Ny. A dari skala nyeri akut (7) menjadi skala nyeri sedang (5) dengan menggunakan teknik relaksasi autogenik, tanda-tanda vital berada dalam batas normal, tekanan darah : 110/70 mmhg frekuensi nadi : 90 x/menit frekuensi pernafasan : 21 x/m dan suhu tubuh pasien 36,5<sup>c</sup> dan tingkat nyeri berada pada level 5 (sedang).

Hal ini sesuai dengan teori Tim Pokja SLKI PPNI (2018), dan sejalan dengan hasil penelitian Ayuningsih (2023) pada kasus gastritis dilakukan implementasi mengkaji nyeri dan melakukan teknik relaksasi autogenik adanya pengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri pada penderita gastritis di Puskesmas DTP Ciranjang. Terapi autogenic dapat menurunkan nyeri 0,001 menjadi 0,005 hal ini didukung oleh jurnal Cahyaningrum (2023). Serta sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Syokuwamena (2021) tentang implementasi keperawatan pada pasien gastritis dengan masalah

nyeri akut setelah dilakukan evaluasi terdapat penurunan nyeri dari nyeri sedang menjadi nyeri ringan.

## **KESIMPULAN**

Setelah dilakukan pengkajian nyeri secara berkelanjutan pada pasien Ny. A gastritis dengan nyeri akut agen pencedera biologis dan diberikan terapi relaksasi autogenik didapatkan bahwa skala nyeri pasien berkurang yaitu dari skala 7 menjadi skala 5. Terapi relaksasi autogenik sebagai terapi non farmakologi efektif dalam menurunkan intensitas nyeri epigastrium pada penderita gastritis.

## **SARAN**

1. Bagi masyarakat  
Penulis berharap agar masyarakat atau pasien dapat memahami penyakit dan melakukan hidup sehat disekitar lingkungannya.
2. Bagi pengembang ilmu keperawatan  
Hasil studi kasus ini diharapkan dapat dijadikan acuan penelitian selanjutnya sehingga dapat menemukan metode yang lebih baik dan lengkap dalam penanganan nyeri pada penderita gastritis.
3. Bagi Rumah Sakit  
Dalam memberikan pelayanan kesehatan terhadap pasien hendaknya tetap meningkatkan dan mempertahankan mutu pelayanan kesehatan yang baik.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Ayuningsih , A.,&...(2024). Pengaruh Terapi Relaksasi Autogenik Terhadap Penurunan Intenitas Nyeri pada Pasien Penderita Gastritis Di Puskesmas STP

- Ciranjang....: *Jurnal Ilmiah ...*, 2(1), 46-52.  
<https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/Termometer/article/view/2785%0Ahttps://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/Termometer/article/download/2785/2632>  
*BAB\_3.pdf.(n.d)*
- Bolango, B. (2023). PENGARUH TERAPI RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI AKUT PADA PASIEN ABDOMINAL PAIN DI KABUPATEN BOLE BOLANGO Jumriana. 11(1), 1-8.
- Cahyaningrum, N. (2023). Hubungan Pola Makan (3J) Jumlah, jenis,, dan Perilaku Sedentari Dengan PEngendalian Gula Darah Paien DM Tipe 2 (Studi Kasus Di Puskesmas Mulyosari). *Nutrition Research and Development Jurnal*, 03(1), 12-22.
- Dewi, Ruspawan, S. (2017). Pengaruh Teknik Relaksasi Ototogenik Terhadap Tingkat Stres pada Lansia. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 5(3), 161-168.
- DWI MAYLANI.pdf.(n.d)*
- HARDIANI, R. (2021). NYERI Akut Pada Ny. S dengan Gastritis Di Ruang Internis Rumah Sakit Yarsi Pontianak. *Karya Ilmiah Akhir Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Muhammadiyah Pontianak*, 3, 49-58.
- Lry 25.632. (2022). *No Edit Title*. 6-25.
- Novitasari, A. (2016). *Factor Determinan gastritis Klinis Pada Mahasiswa Di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo Tahun 2016. 183949-ID-faktor-determinan-gastritis-klinis-pada:pdf*.
- Nugraheni, A.,& Afni, A., (2021). Pemberian *Aromaterapi Lavender Untuk Nyeri*.
- Reisye. (2014). 44-*article Text-62-1-10-20200304.pdf*.
- Rizal, L. K. (2019). *Perencanaan Asuhan Keperawatan Pada Pasien Gastritis. 1-8*.
- Surasta, I. W., Suardana, I. K.& Labir, I. K. (2020). Rekalsasi autogenik menurunkan keluhan gastritis pada orang dengan infeksi HIV-AIDS (ODHA) di RSUD Wangaya, Bali, Indonesia. *Intisari Saint Medis*. 11(!). 301-305.<https://doi.org/10.15562/ism.v11i1.564>
- <https://jurnal.poltekespalembang.ac.id/index.php/jkm/article/view/1002/501>
- Syukowamena. (2021) . “Implementasi Keperawatan Pada Pasien Gastritis Dengan Masalah Nyeri Akut”. *Jurnal keperawatan merdeka*, volume 1 nomor 2, November 2021.
- Wangaya, Rsud. 2020. “Relaksasi Autogenik Menurunkan Keluhan Gastritis Pada Orang Dengan Infeksi HIV-AIDS ( ODHA ) Di.” 11(1):301–5. doi: 10.15562/ism.v11i1.564.
- Wardani, Dian, and Prasanti Adriani. 2022. “PERUBAHAN TINGKAT NYERI AKUT PASIEN HIPERTENSI Application Of Provisioning Autogenic Relaxation Theraphy To Changes In Acute Pain Level In Hypertension Patients.” 3(1):7–12.