

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN**  
Karya Tulis Ilmiah, April 2022

NANDA TIARA AGUSTIN  
E1914401023

**ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN RELAKSASI  
NAFAS DALAM TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI  
UNTUK PEMENUHAN KEBUTUHAN AMAN NYAMAN: NYERI PADA  
PASIEN GASTRITIS: *LITERATUR REVIEW***

**ABSTRAK**

**53 halaman + 7 tabel + 3 lampiran**

Gastritis merupakan peradangan di dinding lambung akibat faktor infeksi, cedera atau bahkan iritasi yang dapat menyebabkan nyeri. Nyeri jika tidak ditangani dengan segera dapat menimbulkan ketidaknyamanan. Teknik relaksasi nafas dalam merupakan salah satu penanganan manajemen nyeri terapi non farmakologi untuk menurunkan intensitas nyeri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran asuhan keperawatan dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman nyeri dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam pada pasien gastritis. Metode penelitian ini adalah menggunakan *literature review*. Sampel yang digunakan 3 artikel jurnal dan 1 artikel dokumentasi asuhan keperawatan yang sesuai dengan kriteria inklusi, dengan mengintegritaskan Al Islam dan Kemuhammadiyah tentang pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien gastritis. Hasil *literature review* dalam pengkajian didapatkan keluhan nyeri, meringis, gelisah, nafsu makan berubah, lemah, mual dan muntah, sehingga diagnosa keperawatan yang muncul adalah nyeri akut. Perencanaan yang dibuat adalah manajemen nyeri terapi non farmakologi teknik relaksasi nafas dalam, untuk implementasinya adalah memberikan dan mengajarkan teknik relaksasi nafas dalam sesuai SOP (Standar Operasional Prosedur) selama 3 hari berturut turut selama 10-15 menit, dan untuk evaluasinya terjadi penurunan intensitas nyeri setelah diberikan terapi relaksasi nafas dalam. Kesimpulan: teknik relaksasi nafas dalam terbukti efektif untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien gastritis. Disarankan kepada perawat untuk menerapkan atau mengaplikasikan teknik relaksasi nafas dalam sebagai salah satu upaya terapi komplementer untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien gastritis.

**Kata Kunci** : Gastritis, nyeri, teknik relaksasi nafas dalam

**Referensi** : 48 (2010-2021)

**MUHAMMADIYAH UNIVERSITY TASIKMALAYA**  
**FACULTY OF HEALTH SCIENCE**  
**NURSING DIPLOMA STUDY PROGRAM**  
*Scientific Papers, April 2022*

NANDA TIARA AGUSTIN  
E1914401023

***NURSING CARE WITH THE APPLICATION OF DEEP BREATH  
RELAXATION TECHNIQUES FOR DECREASING PAIN INTENSITY IN  
FULFILLMENT SAFE AND COMFORT: PAIN IN PATIENTS WITH  
GASTRITIS: LITERATURE REVIEW***

**ABSTRACT**

**53 pages + 7 tables + 3 Attachment**

*Gastritis is inflammation of the gastric mucosa caused infection, injury or irritation and it can cause pain. Pain if not treated immediately can cause discomfort and complications. The deep breathing relaxation technique is one of the non-pharmacological pain management treatments to reduce pain intensity. The purpose of this study was to determine the description of nursing care in the fulfillment of safety and comfort: pain with the application of deep breathing relaxation techniques in gastritis patients. This research method uses a literature review. The samples used 3 journal articles and 1 nursing care documentation article were obtained that matched the inclusion criteria by integrating Al Islam and Kemuhammadiyah about the effect of deep breathing relaxation techniques on reducing pain intensity in gastritis patients. The results of the research on the assessment obtained complaints of pain, grimacing, anxiety, weakness, nausea and vomiting, so for the nursing diagnose that emerged was acute pain. The intervention carried out was pain management, non-pharmacological therapy: deep breathing relaxation techniques, for implementation it was to provide and teach deep breathing relaxation techniques according to SOP (Standard Operating Procedures) for 3 days in a row for 10-15 minutes, and for the evaluation there was a decrease in pain intensity after being given deep breathing relaxation therapy. Conclusion: deep breathing relaxation techniques have been proven to be effective in reducing the intensity of gastritis patients. It is recommended for nurses to apply deep breathing relaxation techniques as an effort to reduce pain intensity in gastritis patients.*

*Keywords : Gastritis, Pain, Breath Relaxation Technique*

*Reference : 48 (2010-2021)*