

ABSTRAK

ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN GASTRITIS DENGAN PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK UNTUK MENURUNKAN TINGKAT NYERI DI RUANG WIJAYA KUSUMA BLUD RSU KOTA BANJAR

Regita Aryani¹, Siti Rohimah², Nina Rosdiana³

¹Mahasiswa Program Profesi Ners, ²Pembimbing I, ³Pembimbing II
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh

Pendahuluan: Gastritis merupakan kondisi peradangan dan pembengkakan pada lambung yang dapat bersifat akut maupun kronis yang dapat menyebabkan nyeri pada ulu hati atau nyeri epigastrium. Penyakit ini dapat bersifat akut, kronis, atau terlokalisasi. Secara fisiologis, nyeri pada kondisi gastritis yang berulang dapat melemahkan sistem kekebalan tubuh, meningkatkan sekresi asam lambung, serta menyebabkan ketegangan otot di area perut. Mayoritas pasien gastritis mengalami nyeri ringan, sedang hingga nyeri berat terkontrol. Gastritis merupakan salah satu penyakit yang banyak dijumpai di ruangan rawat penyakit dalam dan merupakan salah satu penyakit yang banyak di keluhkan oleh masyarakat, baik remaja maupun orang dewasa. Penerapan terapi relaksasi autogenik dalam asuhan keperawatan pada pasien dengan gastritis dapat menurunkan tingkat nyeri melalui mekanisme pengendalian respon fisiologis tubuh terhadap stres dan ketegangan otot. Relaksasi *autogenik* berfokus pada auto sugesti dan latihan pernapasan untuk menciptakan ketenangan fisik serta mental. Teknik ini membantu menurunkan stres dan ketegangan otot yang sering kali memperburuk gejala gastritis. **Metode:** Laporan hasil studi kasus ini menggunakan desain studi kasus tunggal dengan subjek adalah pasien gastritis dengan masalah keperawatan nyeri akut dan intervensi menggunakan observasi skala nyeri setelah relaksasi *autogenik*. **Hasil dan pembahasan:** Setelah dilakukan implementasi relaksasi *autogenik* pada Ny. R dengan masalah keperawatan nyeri akut, terjadi penurunan skala nyeri dari skala 4 menjadi skala 2 pada hari kedua dan menjadi skala 0 pada hari ke 3, yang diukur menggunakan skala *Numeric Rating Scale* (NRS). **Kesimpulan:** Pada kasus ini terjadi penurunan nyeri setelah penerapan relaksasi *autogenik*.

Kata Kunci : Gastritis, Nyeri Akut, Relaksasi *Autogenik*

ABSTRACT

NURSING CARE FOR GASTRITIS PATIENTS USING AUTOGENIC RELAXATION TO REDUCE PAIN LEVELS IN WIJAYA KUSUMA ROOM AT THE BLUD RSU KOTA BANJAR

Regita Aryani¹, Siti Rohimah², Nina Rosdiana³

1Nursing Professional Program Student, ²Supervisor I, ³Supervisor II
Galuh University Faculty of Health Sciences

Introduction: Gastritis is an inflammation and swelling of the stomach that can be acute or chronic, causing heartburn or epigastric pain. This disease can be acute, chronic, or localized. Physiologically, the pain of recurring gastritis can weaken the immune system, increase gastric acid secretion, and cause muscle tension in the abdominal area. The majority of gastritis patients experience mild, moderate, or severe pain that is controlled. Gastritis is a common condition seen in internal medicine wards and is a common complaint among both adolescents and adults. The application of autogenic relaxation therapy in nursing care for patients with gastritis can reducing pain levels by controlling the body's physiological response to stress and muscle tension. Autogenik relaxation focuses on autosuggestion and breathing exercises to create physical and mental calm. This technique helps reduce stress and muscle tension, which often exacerbate gastritis symptoms. **Method:** This case study report uses a single case study design with the subject being a gastritis patient with acute pain nursing problems and intervention using pain scale observations after autogenik relaxation. **Results and discussion:** After implementing autogenic relaxation on Mrs. R with acute pain nursing problems, there was a decrease in the pain scale from scale 4 to scale 2 on the second day and to scale 0 on the 3rd day, which was measured using the Numeric Rating Scale (NRS). **Conclusion:** The application of autogenik relaxation is quite effective in reducing pain levels in gastritis patients.

Keywords : Gastritis, Acute Pain, Autogenik Relaxation