

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI KEPERAWATAN MANAJEMEN NYERI
PADA PASIEN GASTRITIS DENGAN MASALAH NYERI AKUT
DI RSUD SITI FATIMAH PALEMBANG
TAHUN 2026**



**MAURA SALWA ALLYSA
PO.71.20.1.23.034**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
TAHUN 2026**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gastritis atau yang biasa disebut sakit ulu hati adalah kondisi di mana terjadi peradangan pada lapisan dalam (mukosa) dan lapisan di bawahnya (submukosa) dinding lambung (Tiranda & Astuti Cahya Ningrum, 2021).

Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 yang dilakukan di beberapa negara, diperoleh data persentase kejadian gastritis di berbagai belahan dunia. Angka kejadian gastritis tercatat sebesar 22% di Inggris, 31% di Tiongkok, 14,5% di Jepang, 35% di Kanada, dan 29,5% di Prancis. Sementara itu, WHO melaporkan bahwa prevalensi gastritis di Indonesia mencapai 40,8%. Di sejumlah wilayah Indonesia, angka kejadian gastritis tergolong tinggi dengan total 274.396 kasus dari jumlah penduduk sebanyak 238.452.952 jiwa. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Palembang diketahui bahwa jumlah penderita penyakit gastritis pada tahun 2019 sebanyak 63.408 kasus, sedangkan pada tahun 2020 sebanyak 52.936 dan pada tahun 2021 sebanyak 49.115 (Dinas Kesehatan Kota Palembang (2021) dalam (Sulistini et al., 2024)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan penulis di RSUD Siti Fatimah Az-Zahra Palembang pada tahun 2026, diperoleh data rekam medis pasien Gastritis selama periode tahun 2020–2025. Pada tahun 2020 tercatat sebanyak 15 pasien dengan diagnosis gastritis, jumlah ini menurun menjadi 8 pasien pada tahun 2021. Selanjutnya, pada tahun 2022 terjadi penurunan yang cukup signifikan dengan jumlah kasus 3 pasien, dan pada tahun 2023 kembali mengalami kenaikan menjadi 48 pasien. Pada tahun 2024 jumlah kasus meningkat menjadi 59 pasien, Kasus pasien gastritis kembali meningkat menjadi 98 pasien pada tahun 2025. Secara keseluruhan, selama kurun waktu 6 tahun tersebut tercatat sebanyak 231 pasien yang terdiagnosis gastro di RSUD Siti Fatimah Az-Zahra Palembang.

Penyakit gastritis umumnya menyerang orang-orang dengan kebiasaan makan yang berantakan, terutama sering mengonsumsi makanan yang memicu peningkatan asam lambung. Selain itu, infeksi dari mikroorganisme tertentu juga bisa jadi pemicu utama kondisi ini. Sementara itu, pola makan sendiri merujuk pada upaya mengatur porsi dan ragam makanan sehari-hari, yang bertujuan untuk menjaga kondisi sehat, memantau status gizi, serta mencegah atau mendukung pemulihan dari berbagai penyakit (Artini et al., 2022). Gastritis bisa terjadi pada semua kelompok umur, namun lebih sering ditemukan pada usia produktif. Hal ini disebabkan oleh pola hidup yang kurang memperhatikan kesehatan. Kelompok usia yang paling banyak mengalami gastritis adalah remaja antara 15 hingga 25 tahun, yang mencakup masa remaja awal hingga remaja akhir (Maidartati et al., 2021). Gejala gastritis biasanya meliputi rasa mual, muntah, perut terasa kembung, nyeri pada perut, berkurangnya nafsu makan, serta sensasi terbakar di perut yang muncul di antara waktu makan atau saat malam hari (Lailatul Muna & Kurniawati, 2023).

Pada penyakit gastritis diagnosa yang sering muncul merupakan nyeri akut b.d agen pencedera fisiologis (Inflamasi mukosa lambung), Defisit Nutrisi b.d faktor psikologis (muntah), intoleransi aktifitas b.d kelemahan. Untuk mengurangi Tingkat nyeri dilakukan Teknik non farmakologis (Teknik Relaksasi Otot Progresif) dengan tujuan Tingkat nyeri menurun dan di lakukan edukasi mengenai strategi meredakan nyeri dengan Teknik non farmakologis beserta pemberian obat analgetik (jika perlu) (Syokumawena et al., 2021).

Teknik relaksasi otot progresif melibatkan fokus pada aktivitas otot tertentu dengan cara mengenali otot yang sedang tegang, lalu mengurangi ketegangan tersebut melalui metode relaksasi agar tercipta rasa santai. Teknik relaksasi otot progresif sangat berpengaruh untuk menurunkan nyeri, karena tindakan relaksasi otot progresif dapat merilekskan otot-otot yang kaku, Gerakan-gerakan yang telah diberikan secara perlahan membantu merilekskan saraf baik yang simpatis maupun yang parasimpatis. Saraf yang rileks menurunkan nyeri secara perlahan (Purwaningsih et al., 2021). Respon relaksasi ini mencakup penurunan secara

menyeluruh pada aspek kognitif, fisiologis, dan perilaku. Melakukan relaksasi otot progresif selama 30 menit dapat membantu meningkatkan keadaan rileks dengan menurunkan aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis, sehingga menyebabkan pelebaran diameter arteriol (vasodilatasi) (Yuliani & Rizany, 2022). Relaksasi otot progresif terbukti mampu mengurangi tingkat nyeri. Setelah dilakukan penerapan teknik relaksasi tersebut, terlihat adanya penurunan skor nyeri melalui proses pengenalan dan pelepasan ketegangan pada kelompok otot tertentu (Ulwani et al., 2024).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan (Aritonang et al., 2025) disimpulkan bahwa penerapan terapi relaksasi otot progresif efektif dalam menurunkan skala nyeri pada pasien dengan gastritis. Terapi relaksasi otot progresif dapat digunakan sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis untuk membantu mengurangi nyeri abdomen dan meningkatkan kenyamanan pasien.

Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan (Ulwani et al., 2024) Berdasarkan hasil pengkajian dan evaluasi pada kedua pasien, dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik relaksasi otot progresif selama tiga hari efektif dalam menurunkan skala nyeri gastritis. Penurunan nyeri terjadi secara bertahap, dengan hasil akhir menunjukkan penurunan skala nyeri hingga mencapai skala ringan. Teknik relaksasi otot progresif dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif dalam membantu mengurangi nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien. Peneliti berharap intervensi ini dapat menjadi salah satu alternatif nonfarmakologis yang efektif dalam meningkatkan kenyamanan dan keseimbangan fisiologis pada individu yang mengalami gangguan terkait stres.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah Implementasi Keperawatan Manajemen Nyeri Pada Pasien Gastritis Dengan Masalah Nyeri Akut di RSUD Siti Fatimah Palembang Tahun 2026?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mampu Mendeskripsikan dan Menganalisis Keperawatan Manajemen Nyeri Pada Pasien Gastritis Dengan Masalah Nyeri Akut di RSUD Siti Fatimah Palembang Tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan lokasi dan karakteristik, memberikan teknik non-farmakologis, mengedukasi Teknik non-farmakologis yang tepat, mengkolaborasikan pemberian analgetic pada implementasi keperawatan Terapi Relaksasi Otot Progresif pada pasien Gastritis dengan masalah nyeri akut di tahun 2026.
- b. Menganalisis hasil Terapi relaksasi otot progresif pada pasien Gastritis dengan masalah keperawatan nyeri akut di RSUD Siti Fatimah Palembang Tahun 2026.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Klien

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan informasi tentang terapi relaksasi otot progresif untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien dengan gastritis.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan studi kasus ini dapat memberikan tambahan informasi serta menjadi referensi dalam proses pembelajaran untuk mendukung pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya mengenai penerapan terapi relaksasi otot progresif sebagai implementasi keperawatan pada pasien gastritis yang mengalami masalah keperawatan nyeri akut.

3. Bagi Rumah Sakit

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dalam mengimplementasikan Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Pada Pasien Gastritis Di RSUD Siti Fatimah Palembang Tahun 2026.

DAFTAR PUSTAKA

- Aritonang, R. H., Pangaribuan, R., & Khairani, A. I. (2025). *IMPLEMENTASI KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK MENGURANGI NYERI PADA PASIEN GASTRITIS*. 2(10), 4668–4681. <https://doi.org/10.62335>
- Artini, B., Prasetyo, W., Lestari, M. P., Willliam, S., & Surabaya, B. (2022). Hubungan Pola Makan dan Stress terhadap Penyakit Gastritis: A Literature Review Relationship Of Eat Pattern and Stress to Gastritcal Disease: A Literature Review. *Nursing Sciences Journal*, 6(1). www.Google.Schooler.com.
- Lailatul Muna, U., & Kurniawati, T. (2023). HUBUNGAN STRES DENGAN KEJADIAN GASTRITIS: LITERATURE REVIEW. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(4), 277–282. <https://doi.org/10.47353/sikontan.v1i4.714>
- Maidartati, Ningrum, P. T., & Fauzia, P. (2021). *FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN GASTRITIS PADA REMAJA*. 3(1).
- Purwaningsih, M., Nizmah Fajriyah, N., & Faradisi, F. (2021). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien Gastritis. In *Seminar Nasional Kesehatan*.
- Sulistini, R., Permata Sari, S., & Jaya, H. (2024). IMPLEMENTASI KEPERAWATAN MANAJEMEN NYERI PADA PASIEN GASTRITIS DENGAN NYERI AKUT DI IGD. In *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)* (Vol. 4, Number 1).
- Syokumawena, Mediarti, D., & Panesia. (2021). *IMPLEMENTASI KEPERAWATAN PADA PASIEN GASTRITIS DENGAN MASALAH NYERI AKUT. 1*.
- Tiranda, Y., & Astuti Cahya Ningrum, W. (2021). FAKTOR PENYEBAB KEJADIAN GASTRITIS DI INDONESIA :

LITERATURE REVIEW. In *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)* (Vol. 1, Number 2).

Ulwani, J., Mangara, A., Perangin-Angin, N., Akademi,), Kesdam, K., & Bb Pematangsiantar, I. /. (2024). PEMBERIAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK MENURUNKAN NYERI ABDOMEN PADA KLIEN GASTRITIS DI RUMAH SAKIT VITA INSANI PEMATANGSIANTAR. *Indonesian Journal of Science, 1*(3).

Yuliani, & Rizany, I. (2022). *Asuhan Keperawatan Pada Ny. S dengan Diagnosis Gastritis Melalui Intervensi Relaksasi Otot Progresif di Desa Sungai Asam Wilayah UPT Puskesmas Karang intan 2 Kabupaten Banjar Yuliani, Ichsan Rizany.*