



KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN DIAFRAGMATIC BREATHING
EXERCISE TERHADAP NYERI AKUT PADA
PASIEEN GASTRITIS DI KLINIK MITRA SEHAT
MANGUNJAYA**

Disusun Oleh:

RIZAL AZMI LUKITA

NIM.P2.06.20.6.25.074

PENDIDIKAN PROGRAM STUDI PROFESI NERS

JURUSAN KEPERAWATAN

POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA

2026





KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN DIAFRAGMATIC BREATHING EXERCISE
TERHADAP NYERI AKUT PADA PASIEN GASTRITIS DI
KLINIK MITRA SEHAT MANGUNJAYA**

RIZAL AZMI LUKITA

NIM. P2.06.20.6.25.074

**PENDIDIKAN PROGRAM STUDI PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

2026

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN NERS KEPERAWATAN

Karya Ilmiah Akhir Ners, Juni 2026

Penerapan Diafragmatic Breathing Exercise Terhadap Nyeri Akut Pada Pasien Gastritis Di Klinik Mitra Sehat Mangunjaya

Rizal Azmi Lukita

ABSTRAK

Latar belakang : Gastritis merupakan peradangan pada mukosa lambung yang menjadi salah satu penyakit saluran cerna dengan angka kejadian tinggi di dunia. Organisasi Kesehatan Dunia melaporkan sekitar 1,8–2,1 juta kasus gastritis setiap tahun, sedangkan di Indonesia gastritis termasuk 10 besar penyakit terbanyak pada pelayanan kesehatan dengan lebih dari 234.000 kasus yang tercatat. Meskipun angka kematian akibat gastritis relatif rendah, keterlambatan penanganan dapat menyebabkan komplikasi serius seperti perdarahan saluran cerna, ulkus peptikum, hingga meningkatkan risiko keganasan lambung. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk menurunkan nyeri adalah *diaphragmatic breathing exercise*. **Tujuan :** Karya ilmiah ini bertujuan menggambarkan penerapan *diaphragmatic breathing exercise* terhadap nyeri akut pada pasien gastritis di Klinik Mitra Sehat Mangunjaya. **Metode :** metode yang digunakan adalah studi kasus pada dua pasien gastritis akut dengan diagnosis keperawatan nyeri akut. Intervensi diberikan selama 3 hari berturut-turut, 3 kali sehari dengan durasi 10–15 menit setiap sesi. Intensitas nyeri diukur menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). **Hasil :** hasil menunjukkan penurunan skala nyeri dari 7 menjadi 2 pada pasien pertama dan dari 8 menjadi 2 pada pasien kedua. **Kesimpulan :** Disimpulkan bahwa *diaphragmatic breathing exercise* efektif membantu menurunkan nyeri akut pada pasien gastritis. **Saran :** Intervensi ini disarankan sebagai terapi pendamping nonfarmakologis dalam praktik keperawatan untuk meningkatkan kenyamanan pasien gastritis.

Kata kunci: *diaphragmatic breathing exercise*, gastritis, nyeri akut, terapi nonfarmakologis.

Ministry of Health Polytechnic of Health, Tasikmalaya

Nursing Education Study Program

Final Scientific Paper for Nursing, June 2026

Application of Diaphragmatic Breathing Exercise to Acute Pain in Gastritis Patients at the Mitra Sehat Mangunjaya Clinic

Rizal Azmi Lukita

ABSTRACT

Background : Gastritis is an inflammation of the gastric mucosa and is one of the most common gastrointestinal diseases worldwide. The World Health Organization (WHO) estimates that approximately 1.8–2.1 million cases of gastritis occur annually. In Indonesia, gastritis remains among the ten most common diseases treated in healthcare facilities, with more than 234,000 reported cases. Although the mortality rate of gastritis is relatively low, delayed treatment may lead to serious complications, including upper gastrointestinal bleeding, peptic ulcers, and an increased risk of gastric malignancy. One non-pharmacological intervention that may reduce pain is diaphragmatic breathing exercise. **Objective :** This study aimed to describe the application of diaphragmatic breathing exercise in reducing acute pain among patients with gastritis at Mitra Sehat Mangunjaya Clinic. **Methods :** A case study design was conducted involving two patients diagnosed with acute gastritis and acute pain. The intervention was administered three times daily for three consecutive days, with each session lasting 10–15 minutes. Pain intensity was measured using the Numeric Rating Scale (NRS). **Results :** The results showed a reduction in pain scores from 7 to 2 in the first patient and from 8 to 2 in the second patient. **Conclusion :** In conclusion, diaphragmatic breathing exercise effectively reduced acute pain in patients with gastritis. **Recommendation :** This intervention is recommended as an adjunctive non-pharmacological nursing therapy to improve patient comfort.

Keywords: acute pain, diaphragmatic breathing exercise, gastritis, non-pharmacological therapy.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas segala rahmat, berkah, hidayah, dan karunia-Nya, saya dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ini. Penulisan karya ilmiah akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar NERS pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. Karya ilmiah akhir ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak.

Selesainya karya ilmiah akhir ini tidak bisa terlepas dari bantuan berbagai pihak yang telah memberi dorongan, semangat, serta bimbingan yang tak ternilai harganya. Untuk itu, pada kesempatan ini saya ingin menyampaikan terimakasih kepada:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners, M.Kep, Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya;
2. Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Jiwa, Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya;
3. Ida Rosdiana, M.Kep, Ns, Sp. Kep. MB Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya serta sebagai Penguji sidang karya ilmiah akhir yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan masukan, kritik dan saran.
4. Yudi Triguna, S.Kep., Ners., M.Kep. Pembimbing yang senantiasa meluangkan waktu ditengah kesibukan, dan telah memberikan kritik serta saran membangun sehingga karya ilmiah akhir ini bisa selesai tepat waktu;
5. Seluruh staf pendidikan dan dosen di lingkungan jurusan keperawatan politeknik kemenkes Tasikmlaya yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalani perkuliahan;
6. Kepada pasien terimakasih sudah berkenan untuk mengikuti karya ilmiah ini sehingga dapat diselesaikan tepat waktu, terimakasih sudah membantu dan meluangkan waktunya.
7. Terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Alm. Ayahanda Otoh Jumar S. Pd yang selalu memberikan kasih sayang, cinta dan doa, serta dukungan tanpa henti, baik secara moral, spiritual, maupun materi. Sudah berhasil menyekolahkan semua anaknya sampai perguruan tinggi, terimakasih sudah kuat dan sabar membesarkan peneliti meskipun peneliti belum bisa memberikan apapun untuk almarhum, peneliti sangat bersyukur dan bangga menjadi anak almarhum, ayah menjadi sumber motivasi dan inspirasi bagi peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini, jika bukan karena ayah mungkin peneliti tidak akan berada pada titik ini. Semoga almarhum ditempatkan di tempat terbaik dan semoga almarhum sudah tenang di sana;
8. Kepada Ibu tercinta ucapan terimakasih yang tak terhingga peneliti ucapkan kepada ibu yang sudah membesarkan dan mendidik peneliti sehingga bisa sampai pendidikan tinggi, yang sudah memberikan kasih sayang, doa dan cinta yang tiada tara. Ibu menjadi alasan terbesar peneliti untuk menjadi sukses dan berhasil menjadi manusia sepenuhnya. Ibu yang selalu membimbing peneliti

agar selalu berada pada jalan yang benar, ibu yang selalu mengajarkan peneliti tentang segala hal tentang karakter, ibu yang selalu menjadi tempat bersandar dan selalu berada di garis terdepan ketika peneliti mengalami kesulitan. Jika bukan karena ibu peneliti tidak akan bisa berada pada titik ini.

9. Terimakasih kepada semua kakak – kakak peneliti yang selalu memberikan semangat dan selalu mensupport peneliti dalam menyelesaikan skripsi dan perkuliahan ini. Kakak yang selalu perhatian dan mendoakan agar adiknya sukses, terimakasih yang sebesar-besarnya kepada kakak – kakak peneliti, semoga kita selalu menjadi keluarga yang saling menjaga dan membantu. Jangan lupa bahwa darah lebih kental daripada air;
10. Kepada Silvia terimakasih selalu membantu dan mensupport peneliti dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir ini. Semoga kita selalu bersama dalam kondisi apapun dan kapanpun;
11. Kepada sahabat-sahabat saya yang sudah bersama sejak awal perkuliahan sarjana sampai kita lulus dan mendapat gelar bersama, yang selalu saling bantu dan tolong menolong, dan yang selalu bersama dalam suka maupun duka.
12. Kepada semua teman-teman Program Studi Profesi NERS yang sudah melalui pendidikan bersama.

Penulis menyadari bahwa karya ilmiah akhir ini jauh dari kata sempurna, sehingga peneliti akan selalu menerima kritik serta saran yang membangun demi pencapaian tujuan dan manfaat yang akan disalurkan skripsi ini di kemudian hari.

Akhir kata, semoga semua bantuan dan dukungan yang telah saya terima, mendapat pahala yang berlipat ganda dari Allah SWT. Semoga karya ilmiah akhir ini dapat memberikan manfaat, khususnya bagi penulis, umumnya bagi semua pihak, dan dapat berguna bagi kemajuan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Tasikmalaya, 22 Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
KATA PENGANTAR.....	vi
BAB 1.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan.....	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat	5
1. Manfaat bagi pasien	5
2. Manfaat bagi Pelayanan Kesehatan	5
3. Manfaat Bagi Instansi Pendidikan	5
BAB II.....	6
TINJAUAN LITERATUR	6
A. Konsep Dasar Gastritis.....	6
1. Definisi Gastritis	6
2. Etiologi.....	6
3. Tanda dan Gejala.....	7
4. Pemeriksaan Diagnostik.....	8
5. Komplikasi	8
6. Penatalaksanaan Gastritis.....	9
7. Patofisiologis.....	9
8. Web Of Causation	10
B. Konsep Diafragmatic Breathing Exercise.....	10
1. Definisi Diafragmatic Breathing Exercise	10
2. Prosedur Diafragmatic Breathing Exercise.....	11
3. Manfaat Diafragmatic Breathing Exercise.....	13
C. Konsep Asuhan Keperawatan	13
1. Pengkajian.....	13
2. Diagnosa Keperawatan.....	17

3. Intervensi Keperawatan.....	18
4. Implementasi Keperawatan.....	20
5. Evaluasi.....	20
D. Kerangka Teori.....	22
BAB III.....	23
GAMBARAN KASUS	23
A. Gambaran Lokasi Penelitian	23
B. Resume Asuhan Keperawatan Pasien 1 dan Pasien 2	23
1. Pengkajian.....	23
2. Rumusan Diagnosis Keperawatan.....	25
3. Intervensi Keperawatan.....	26
4. Implementasi Keperawatan.....	29
5. Evaluasi Keperawatan.....	30
C. Menggambarkan Pelaksanaan <i>Diafragmatic breathing exercise</i> Pada Pasien Gastritis	31
D. Menggambarkan Respon Atau Perubahan Pada Pasien Penyakit Gastritis Yang Dilakukan <i>Diafragmatic Breathing Exercise</i>	33
BAB IV	35
PEMBAHASAN	35
A. Analisis Pengkajian Keperawatan Pada Pasien Gastritis Dengan Masalah Nyeri Akut.....	35
B. Analisis Diagnosis Keperawatan Pada Pasien Gastritis Dengan Nyeri Akut	38
C. Analisis Kesenjangan Perubahan Skala Nyeri Antara Pasien 1 Dengan Pasien 2	40
BAB V.....	44
PENUTUP	44
A. Kesimpulan	44
B. Saran.....	45
1. Bagi Pasien.....	45
2. Bagi Pelayanan Kesehatan	45
3. Bagi Institusi Pendidikan	45
4. Bagi Peneliti Selanjutnya	45
DAFTAR PUSTAKA	46

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Intervensi Keperawatan sesuai dengan SDKI,SLKI,SIKI.....	18
Tabel 3. 1 Karakteristik umum responden	23
Tabel 3. 2 Rumusan Diagnosa Keperawatan pada pasien 1	25
Tabel 3. 3 Rumusan Diagnosa Keperawatan pada pasien 2.....	26
Tabel 3. 5 Luaran dan Intervensi Keperawatan pada pasien 1 dan pasien 2	27
Tabel 3. 6 Evaluasi Keperawatan pada pasien 1 dan pasien 2	30
Tabel 3. 7 Skala Nyeri sebelum dilakukan intervensi	32
Tabel 3. 8 Perubahan Skala Nyeri pada kedua pasien.....	33

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Web of causation penyakit gastritis.....	10
Bagan 2. 2 Kerangka teori.....	22

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 dokumentasi penerapan DBE	50
Lampiran 2 Dokumentasi asuhan keperawatan pada pasien 1	51
Lampiran 3 dokumentasi asuhan keperawatan pada pasien 2.....	62
Lampiran 4 riwayat hidup penulis.....	74