

**PEMBERIAN KOMPRES HANGAT DAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS
DALAM UNTUK MENGURANGI NYERI ABDOMEN PADA PASIEN
GASTRITIS AKUT DI RSUD KOTA BANJAR**

KARYA TULIS ILMIAH



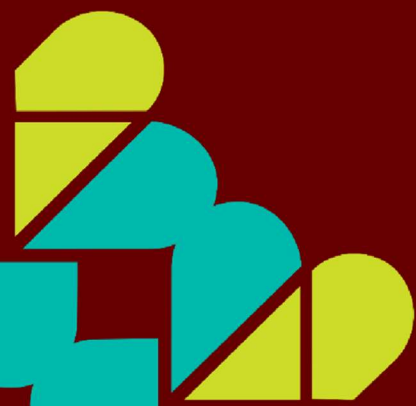
Oleh:

RAMDAN HIDAYAT

NIM. P2.06.20.12.3035

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
TASIKMALAYA**

2026



**PEMBERIAN KOMPRES HANGAT DAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS
DALAM UNTUK MENGURANGI NYERI ABDOMEN PADA PASIEN
GASTRITIS AKUT DI RSUD KOTA BANJAR**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
Pada Program Studi Keperawatan
Tasikmalaya



Oleh:

RAMDAN HIDAYAT

NIM. P2.06.20.12.3035

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
TASIKMALAYA
2026**

ABSTRAK

Pemberian Kompres Hangat dan Teknik Relaksasi Napas Dalam Untuk Mengurangi Nyeri Abdomen Pada Pasien Gastritis Akut di RSUD Kota Banjar

Ramdan Hidayat ¹

Dewi Aryanti, S.Kep., Ners., M.Sc. ²

Arip Rahman, S.ST., Ners., M. Tr.Kep ³

Gastritis merupakan salah satu masalah kesehatan dengan prevalensi yang cukup tinggi. Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2019, angka kejadian gastritis di Indonesia mencapai 40,8% dengan 274.396 kasus. Salah satu manifestasi klinis yang sering muncul adalah nyeri abdomen. Penanganan nyeri secara nonfarmakologis dapat dilakukan melalui pemberian kompres hangat dan teknik relaksasi napas dalam yang efektif membantu menurunkan intensitas nyeri pada pasien gastritis akut. Karya Tulis Ilmiah ini bertujuan menggambarkan pelaksanaan asuhan keperawatan melalui pemberian kompres hangat dan teknik relaksasi napas dalam untuk mengurangi nyeri abdomen pada pasien gastritis akut di RSUD Kota Banjar. Metode yang digunakan adalah studi kasus deskriptif kualitatif dengan satu subjek penelitian, yaitu pasien gastritis akut yang dirawat di Ruang Dahlia RSUD Kota Banjar pada tanggal 30 April sampai 2 Mei 2026. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan studi dokumentasi. Intensitas nyeri diukur menggunakan Numerical Rating Scale (NRS). Intervensi berupa kompres hangat menggunakan buli-buli bersuhu 40–45°C selama 10 menit yang dikombinasikan dengan teknik relaksasi napas dalam sebanyak lima kali, dilakukan satu kali sehari selama tiga hari berturut-turut. Subjek penelitian adalah Ny. J, perempuan berusia 65 tahun dengan keluhan nyeri ulu hati, mual, dan muntah. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan meliputi nyeri akut, mual, dan gangguan rasa nyaman. Sebelum intervensi, skala nyeri pasien berada pada angka 6. Setelah pemberian intervensi selama tiga hari, skala nyeri menurun bertahap menjadi 5 pada hari pertama, 4 pada hari kedua, dan 3 pada hari ketiga. Pemberian kompres hangat dan teknik relaksasi napas dalam terbukti efektif menurunkan nyeri abdomen pada pasien gastritis akut serta dapat diterapkan sebagai tindakan keperawatan mandiri yang aman dan mudah dilakukan.

Kata Kunci: Gastritis Akut, Kompres Hangat, Nyeri Abdomen, Relaksasi Napas Dalam.

Kementrian Kesehatan Indonesia

Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya ^{1,2,3}

ABSTRACT

Warm Compresses and Deep Breathing Relaxation Techniques to Reduce Abdominal Pain in Acute Gastritis Patients at Banjar City Regional Hospital

Ramdan Hidayat ¹

Dewi Aryanti, S.Kep., Ners., M.Sc. ²

Arip Rahman, S.ST., Ners., M. Tr.Kep. ³

Gastritis is a health problem with a relatively high prevalence. According to the World Health Organization (WHO) in 2019, the incidence of gastritis in Indonesia reached 40.8%, with 274,396 cases. One common clinical manifestation is abdominal pain. Non-pharmacological pain management can be done through the application of warm compresses and deep breathing relaxation techniques, which are effective in reducing pain intensity in patients with acute gastritis. This scientific paper aims to describe the implementation of nursing care through the application of warm compresses and deep breathing relaxation techniques to reduce abdominal pain in patients with acute gastritis at Banjar City Hospital. The method used was a qualitative descriptive case study with one research subject: an acute gastritis patient treated in the Dahlia Room at Banjar City Hospital from April 30 to May 2, 2026. Data collection was conducted through interviews, observation, and documentation studies. Pain intensity was measured using the Numerical Rating Scale (NRS). The intervention consisted of applying warm compresses using a flask at 40–45°C for 10 minutes, combined with five deep breathing relaxation techniques, once daily for three consecutive days. The study subject was Mrs. J, a 65-year-old woman with complaints of heartburn, nausea, and vomiting. The nursing diagnoses established included acute pain, nausea, and discomfort. Before the intervention, the patient's pain scale was 6. After three days of intervention, the pain scale gradually decreased to 5 on the first day, 4 on the second day, and 3 on the third day. Warm compresses and deep breathing relaxation techniques have been shown to be effective in reducing abdominal pain in patients with acute gastritis and can be implemented as a safe and easy self-care intervention.

Keywords: *Acute Gastritis, Warm Compresses, Abdominal Pain, Deep Breathing Relaxation.*

Kementrian Kesehatan Indonesia

Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya ^{1,2,3}

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena telah memberikan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga saya dapat membuat Karya Tulis Ilmiah yang berjudul "PEMBERIAN KOMPRES HANGAT DAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM UNTUK MENGURANGI NYERI ABDOMEN PADA PASIEN GASTRITIS AKUT DI RSUD KOTA BANJAR".

Karya Tulis Ilmiah ini dibuat sebagai rangkaian tugas akhir program Diploma III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.

Dengan segala kerendahan hati, pada kesempatan ini penulis juga ingin mengucapkan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada semua pihak atas segala bantuan dan kemudahan yang telah diberikan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, Ners., M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Sofia Februanti, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Ketua Jurusan Program Studi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Ibu Dewi Aryanti, S.Kep., Ners., M.Sc selaku pembimbing 1 yang telah memberikan dukungan serta arahan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
5. Bapak Arip Rahman, S.ST., Ners., M.Tr.Kep selaku pembimbing II yang telah memberikan dukungan serta arahan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
6. Seluruh Staf Dosen Program Studi D-III Keperawatan yang telah memberi dukungan selama penulis mengikuti pendidikan.
7. Orang tua dan keluarga besar yang selalu memberikan dukungan dan senantiasa selalu mendoakan penulis.

8. Seluruh rekan-rekan mahasiswa/i Program Studi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
9. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini jauh dari yang namanya sempurna. Oleh sebab itu, kritik dan saran yang bersifat konstruktif perlu diharapkan oleh penulis demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini. Segala arahan, motivasi, dan bantuan yang telah diberikan semoga menjadi amal dan ibadah bagi keluarga, bapak/ibu, dan teman-teman. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi pembaca.

Tasikmalaya, Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Karya Tulis Ilmiah	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat KTI.....	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktis.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Biomedis Gastritis	8
1. Definisi Gastritis.....	8
2. Klasifikasi.....	9
3. Anatomi Lambung.....	9
4. Etiologi	10
5. Patofisiologi.....	12
6. Manifestasi Klinis.....	15
7. Komplikasi	15

8. Pemeriksaan Penunjang.....	16
9. Penatalaksanaan.....	17
B. Konsep Dasar Nyeri.....	19
1. Definisi	19
2. Penyebab.....	20
3. Tanda dan Gejala	21
4. Klasifikasi.....	21
5. Pengkajian Nyeri	21
6. Nyeri Pada Gastritis.....	24
7. Pengelolaan Nyeri Pada Gastritis	26
C. Konsep Asuhan Keperawatan	30
1. Pengkajian	30
2. Diagnosa Keperawatan.....	34
3. Perencanaan Keperawatan.....	35
4. Implementasi Keperawatan	39
5. Evaluasi Keperawatan	39
D. Konsep Dasar Kompres Hangat.....	39
1. Definisi	39
2. Tujuan Kompres Hangat.....	40
3. Manfaat Kompres Hangat.....	40
E. Teknik Relaksasi Nafas Dalam	43
1. Definisi	43
2. Manfaat dan Tujuan.....	43
4. Prosedur.....	46
F. Kerangka Teori.....	47
G. Kerangka Konsep.....	48
BAB III METODE PENELITIAN	49
A. Desain Karya Tulis Ilmiah	49
B. Subyek Karya Tulis Ilmiah	49
1. Kriteria Inklusi.....	50
2. Kriteria Eksklusi.....	50
C. Waktu dan Tempat.....	50

D. Definisi Operasional/ Batasan Ilmiah	51
E. Teknik Pengumpulan Data	52
F. Instrumen Pengumpulan Data	53
G. Analisa Data	53
H. Etika Penelitian	53
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	55
A. Hasil Karya Tulis Ilmiah	55
8) Analisa Data	63
B. Pembahasan.....	69
C. Keterbatasan.....	77
D. Implikasi Untuk Keperawatan	78
BAB V PENUTUP	79
A. Kesimpulan	79
B. Saran	80
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN.....	84

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penyebab nyeri	20
Tabel 2.2 Tanda Gejala.....	21
Tabel 2.3 Pengkajian Nyeri	22
Tabel 2.4 Perencanaan Keperawatan	36
Tabel 2.5 Prosedur relaksasi Napas Dalam	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Nursing Pathway	14
Gambar 2.2 Visual Analog Scale	22
Gambar 2.3 Numeric rating scale	23
Gambar 2.4 Wong baker faces	23
Gambar 2.5 Kerangka teori.....	47
Gambar 2.6 Kerangka konsep.....	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Studi Kasus (PSP).....	84
Lampiran 2 Lembar Informed Constant Pasi.....	85
Lampiran 3 Lembar SOP Kombinasi Kompres Hangat Dan Teknik Relaksasi Napas Dalam.....	86
Lampiran 4 Lembar Observasi Pelaksanaan Kompres Hangat/ Napas Dalam.....	88
Lampiran 5 Lembar Pelaksanaan Asuhan Keperawatan.....	90
Lampiran 6 Dokumentasi.....	104
Lampiran 7 Lembar Konsultasi Bimbingan.....	105
Lampiran 8 Lembar Cek Turnitin.....	106