

ABSTRAK

Gastritis merupakan penyakit yang seringkali dialami oleh remaja. Berdasarkan beberapa penelitian, remaja yang mengalami gastritis sekitar 27% dari penduduk Indonesia dan keluhan yang sering dirasakan oleh yaitu nyeri epigastrium, 70-80% dari seluruh kasus. Tujuan penelitian ini melakukan penerapan terapi relaksasi nafas dalam pada remaja yang mengalami gastritis dengan masalah keperawatan nyeri akut di Desa Petis Duduk Sampeyan Gresik.

Jenis penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus dan subyek yang digunakan adalah 2 remaja yang mengalami gastritis dengan masalah keperawatan nyeri akut. Penelitian ini dilakukan di Desa Petis Duduk Sampeyan Gresik selama 3 kali dalam seminggu. Metode pengumpulan data yaitu wawancara dan observasi kepada remaja yang mengalami gastritis.

Hasil studi kasus didapatkan kedua responden mengatakan nyeri pada ulu hati dengan diagnosa keperawatan utama nyeri akut. Penelitian ini dilakukan implementasi terapi relaksasi nafas dalam selama 3 kali dalam seminggu, dalam waktu 10-15 menit per hari. sehingga dapat dievaluasi selama 3 hari terapi didapatkan perubahan skala nyeri dari data skala nyeri awal An.A yaitu 6 menjadi 4 sedangkan An.M dari skala nyeri 5 menjadi 3.

Simpulan penelitian ini menunjukkan bahwa terapi relaksasi nafas dalam dapat mengurangi nyeri ulu hati dan diharapkan responden mampu mengajarkan pada keluarga dalam melakukan terapi relaksasi nafas dalam secara mandiri khususnya dalam mengatasi permasalahan nyeri.

Kata kunci : Remaja, Nyeri Akut Akibat Gastritis, Terapi Relaksasi Nafas Dalam