

ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. P DENGAN PENERAPAN TEKNIK STRETCHING TERHADAP RESPON NYERI DIDESA PULAU TINGGI WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS AIR TIRIS

Muhammad Muzakir Fahmi

Program Studi D III Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pahlawan
muhammadmuzakirfahmi1994@gmail.com

Abstrak

Pada penderita gastritis ada dua bentuk terapi yaitu terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Pemberian secara terapi farmakologi menggunakan obat untuk mengurangi rasa nyeri yang disebabkan oleh peningkatan asam lambung. Sedangkan teknik non farmakologi dengan cara teknik relaksasi progresif seperti *stretching*. Teknik relaksasi otot progresif adalah memusatkan perhatian pada suatu aktivitas otot, dengan mengidentifikasi otot yang tegang kemudian menurunkan ketegangan dengan melakukan teknik relaksasi untuk mendapatkan perasaan relaks (Tyani., et al. 2019). Tujuan penelitian ini adalah untuk memberikan asuhan keperawatan dengan memberikan teknik *stretching* pada Ny.P dengan masalah nyeri dengan gastritis. Terapi pada klien sudah *Teknik Stretching* secara mandiri. Berdasarkan hasil subjektif klien mengatakan nyeri ulu hati berkurang dan pasien sudah mulai senyum. Berdasarkan data objektif peneliti membuat pemeriksaan skala nyeri dengan hasil skala nyeri menjadi 3. Hasil analisis inovasi keperawatan sebelum dan sesudah pemberian *Teknik Stretching* didapatkan hasil signifikan dalam intensitas nyeri pada Ny.P dengan gastritis di Desa Pulau Tinggi Wilayah Kerja UPT Puskesmas Air Tiris Tahun 2024.

Kata Kunci: Teknik Stretching, Nyeri, Desa Pulau Tinggi

Abstract

There are two forms of therapy for gastritis patients: pharmacological and non-pharmacological. Pharmacological therapy uses medication to reduce pain caused by increased stomach acid. Non-pharmacological techniques include progressive relaxation techniques, such as stretching. Progressive muscle relaxation techniques focus attention on muscle activity, identifying tense muscles and then reducing tension through relaxation techniques to achieve a feeling of relaxation (Tyani et al. 2019). The purpose of this study was to provide nursing care using stretching techniques for Mrs. P, a patient with gastritis pain. The client was already practicing stretching techniques independently. Based on subjective results, the client reported reduced heartburn and began to smile. Based on objective data, the researcher conducted a pain scale assessment, resulting in a 3. The analysis of nursing innovations before and after stretching techniques revealed significant improvements in pain intensity for Mrs. P with gastritis in Pulau Tinggi Village, Air Tiris Community Health Center Work Area, in 2024.

Keywords: Stretching Technique, Pain, Pulau Tinggi Village

EI- EMIR INSTITUTE

* Corresponding author :

Address : Jl Tuanku Tambusai No23 Bangkinang

Email : muhammadmuzakirfahmi1994@gmail.com

Phone : 081261269994

PENDAHULUAN

Gastritis adalah suatu peradangan mukosa lambung yang bersifat akut, kronik difusi, atau lokal. Karakteristik dari peradangan ini antara lain anoreksia, rasa penuh atau tidak nyaman pada epigastrium, mual, dan muntah (Restiana, 2019). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Riau gastritis termasuk 10 penyakit terbesar di ruang inap di Rumah Sakit Arifin Ahmad Provinsi Riau tahun 2022 dengan 11,88 persen (Profil Kesehatan Provinsi Riau, 2022). Di Pekanbaru, tahun 2024 gastritis termasuk 10 penyakit terbesar dari 20 puskesmas di Pekanbaru sebanyak 14292 orang. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Air Tiris gastritis menempati urutan kedua 10 penyakit terbesar di kabupaten Kampar, Kecamatan Air Tiris dengan jumlah penderita 13851 orang.

METODE

Metode Penelitian ini dimulai dari pengkajian keperawatan samapai dengan evaluasi keperawatan pada keluarga Ny.P dengan gastritis dengan pemberian terapi teknik *stretching* untuk intensitas nyeri yang dialami oleh klien. Asuhan keperawatan ini dilakukan pada tanggal 18-20 Desember 2023 di Desa Pulau Tinggi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti membuat observasi TTV di dapatkan data objektif TD 167/103 mmHg, Nadi 86 x/i, pernafasan 25 x/i, suhu tubuh 37,0 °C. Selanjutnya memberikan *Teknik Stretching* . Setelah memberikan *Teknik Stretching* selama 3 hari berturut-turut peneliti kembali mengecek intensitas nyeri pasien dan didapatkan hasil dari skala nyeri 6 menjadi 3. Evaluasi pada pada Ny.Ppasien mengatakan pasien sudah mulai nyaman. Selanjutnya memberikan *TeknikStretching*. Setelah diberikan *Teknik Stretching* sebanyak 3 kali berturut-turut skala nyeri pada pasien dari 4 menjadi 3.

Terapi pada klien dengan *Teknik Stretching* secara mandiri. Berdasarkan hasil subjektif klien mengatakan nyeri uluh hati berkurang dan pasien sudah mulai senyum. Berdasarkan data objektif peneliti membuat pemeriksaan skala nyeri dengan hasil skala nyeri menjadi 3. Keluarga tetap memantau klien untuk tetap

mengontrol gastritis klien dengan membuat terapi secara mandiri.

Menurut Fadli et al (2019) mengenai penerapan teknik *stretching* dalam guna mengetahui pengaruh tentang nilai nyeri terhadap pasien gastritis. Populasi penelitian ini seluruh pasien gastritis di ruang operasi RSUD Nene Mallomo Kabupaten Sidrap. Penelitian ini menggunakan teknik pengukuran berulang, dimana peneliti awalnya mencatat data yang berhubungan dengan nyeri (pre-test) setelah itu diberikan asuhan keperawatan selama 3 hari berupa terapi relaksasi dzikir melalui mendengarkan suara dzikir dengan airphonekurang lebih seperempat jam sebanyak 299 orang. Menunjukkan bahwa mampu menurunkan intensitas nyeri yang awalnya berat jadi sedang dan yang awalnya nyeri sedang menjadi ringan.

SIMPULAN

Implementasi yang diberikan sesuai dengan intervensi yaitu memberikan *Teknik Stretching* sampai masalah teratasi. Evaluasi menunjukkan adanya intensitas nyeri dari hari pertama 6 hari kedua 5 dan hari ketiga 3.

DAFTAR PUSTAKA

- Artha Wiguna, K. A., Mahaalit Aribawa, I. G. N., Aryabiantara, I. W., & Agung Senapathi, T. G. (2021). Gambaran Intensitas Nyeri Pasien Pasca-Operasi Abdomen Bawah Di RSUP Sanglah. *Jurnal Medika Udayana*, 10(8), 4–8.
- Asman, A., & Maifita, Y. (2019). Effect Of Deep Breathing Relaxation Techniques For Reducing Pain After Hernia Surgery In Inpatient Of Regional Hospital Pariaman West Sumatera Indonesia. *International Journal Of Research & Review*, 6(8), 444–447.
- Febriawati, H., Weti, W., Anggraini, W., Rombe, M., & Hidayanti, Y. (2023). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendisitis Di Rsd Dr. M. Yunus Bengkulu. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 11(April), 55–63

- Hidayati, H. B., Machfoed, M. H., Kuntoro, K., Soetojo, S., Santoso, B., Suroto, S. Utomo, B. (2019). Pengaruh Usia Dan Jenis Kelamin Pada Skala Nyeri Pasien. *Majalah Kedokteran Neurosains Perhimpunan Dokter Spesialis Saraf Indonesia*, 36(2). Hope, W. W., & Tuma, F. (2023). Incisional Hernia. *Statpearls*.
- Isro B., M. (2023). Karya Ilmiah Akhir Ners Penerapan Aromaterapi Lavender Dalam Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman Nyeri Pada Pasien Dengan Post Craniotomy Di Ruang Melati 3 Rsup Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten. Jati K., G. (2020). Asuhan Keperawatan Pada Klien Post Operasi Hernioraphy Dengan Indikasi Hernia Inguinalis Nyeri Akut Di Ruangan Melati IV Rumah Sakit Umum Daerah Tasikmalaya. *Universitas Bhakti Kencana Bandung*, 4(1), 1–15.
- Kemenkes. (2023). Penyakit Hernia. Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2817/penyakit-hernia-kemenkes-ri. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional. In Lembaga Penerbit Balitbangkes (P. Hal 156).
- Kibret, A. A., Tekle, S. Y., Hmariam, M. M., Worede, A. G., & Dessie, M. A. (2022). Prevalence And Associated Factors Of External Hernia Among Adult 52 Patients Visiting The Surgical Outpatient Department At The University Of Gondar Comprehensive Specialised Hospital, Northwest Ethiopia: A Cross-Sectional Study. *BMJ Open*, 12(4), 1–6.
- Multazam, M., Eliawati, U., Muharni, S., Abulyatama, J., Belian, K., & Kota, K. B. (2023). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri
- Otto, J., Lindenau, T., & Junge, K. (2023). Hernia. *Essentials Of Visceral Surgery: For Residents And Fellows*, 305–322. https://doi.org/10.1007/978-3-662-66735-4_13
- Otto, J., Lindenau, T., & Junge, K. (2023). Hernia. *Essentials Of Visceral Surgery: For Residents And Fellows*, 305–322. https://doi.org/10.1007/978-3-662-66735-4_13
- Prayogi, A. S., Andriyani, N., Olfah, Y., & Harmilah, H. (2022). *Deep Breath Relaxation And Fingerprinting Against Post Pain Reduction Of Laparatomic Operations. Open Access Macedonian Journal Of Medical Sciences*, 9(T5), 132–136
- Putri, N. A., Feby, N., Agistany, F., Bayu, R., & Akhyar, F. (2023). Jurnal Biologi Tropis Inguinal Hernia : Diagnosis And Management. *Jurnal Biologi Tropis*, 96–103.
- Wijaya, P. R. (2023). Efektivitas Exercise Therapy Berbasis Loosening, Stretching Dan Strengthening Dalam Penanganan Gangguan Panggul Kronis.