

ABSTRAK
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIK)
BINA HUSADA PALEMBANG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
Skripsi, Mei 2024
(xiv + 65 Halaman +11 Tabel + 5 Lampiran)

Wita Sabrillah

Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Nyeri Pasien Gastritis di Klinik Pratama Sampoerna Agro Tahun 2024

Gastritis merupakan masalah besar kesehatan diseluruh dunia yang terjadi baik dari usia muda hingga lanjut usia. Salah satu manifestasi klinis yang terjadi pada pasien gastritis adalah nyeri epigastrium, secara umum nyeri yang dirasa tercermin dari perilaku pasien misalnya menangis, merintih, menghembuskan nafas. Teknik relaksasi otot progresif merupakan salah satu terapi komplementer yang dilakukan untuk mengurangi intensitas nyeri.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap nyeri pasien gastritis. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode *quasi eksperimen* dengan *pre test* dan *post test design with nonequivalent control group*. Pengambilan sampel dengan *non probability sampling* dengan sampel berjumlah 40 orang menggunakan rumus Slovin.

Hasil penelitian pada saat sesudah dilakukan intervensi rata-rata respon nyeri responden dengan nyeri gastritis yaitu median 1,00 (kelompok intervensi) nilai min-max 1-2 dan median 2,00 (kelompok kontrol) nilai min-max 1-2. Hasil menggunakan *uji wilcoxon* diketahui setelah dilakukan teknik relaksasi otot progresif pada kelompok intervensi mengalami penurunan respon nyeri.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan nyeri pada pasien gastritis dibuktikan dengan *asympt.sig (2-tailed) p = 0,000* yang artinya teknik relaksasi otot progresif berpengaruh terhadap penurunan nyeri pasien gastritis. Disarankan untuk dapat dijadikan salah satu intervensi mandiri dalam penatalaksanaan nyeri pasien gastritis.

Kata Kunci : Teknik Relaksasi Otot Progresif, Nyeri, Gastritis.

Daftar Pustaka : 28 (2015-2023)

ABSTRACT
HIGH SCHOOL OF HEALTH SCIENCES (STIK)
BINA HUSADA PALEMBANG
NURSING STUDY PROGRAM
Student Thesis, May 2024
(xiv + 65 Pages +11 Tables + 5 Attachments)

Wita Sabrillah

The Effect of Progressive Muscle Relaxation Techniques on Pain in Gastritis Patients at Pratama Sampoerna Agro Clinic in 2024

Gastritis is a major health problem throughout the world that occurs from young to old age. One of the clinical manifestations that occurs in gastritis patients is epigastric pain. In general, the pain felt is reflected in the patient's behaviour, for example crying, moaning, and exhaling. Progressive muscle relaxation technique is a complementary therapy used to reduce pain intensity.

The aim of this study was to determine the effect of progressive muscle relaxation techniques on pain in gastritis patients. The research design used in this research is quantitative with a quasi-experimental method with pre test and post test design with nonequivalent control group. Sampling was taken using non-probability sampling with a sample of 40 people using the Slovin formula.

The results of the research after the intervention were carried out, the average pain response of respondents with gastritis pain was a median of 1.00 (intervention group) min-max value 1-2 and a median of 2.00 (control group) min-max value 1-2. The results using the Wilcoxon test showed that after using the progressive muscle relaxation technique, the intervention group experienced a decrease in pain response.

Based on the research results, it can be concluded that there is an influence of progressive muscle relaxation techniques on reducing pain in gastritis patients as evidenced by asymp.sig (2-tailed) $p = 0.000$, which means that progressive muscle relaxation techniques have an effect on reducing pain in gastritis patients. It is recommended that it can be used as an independent intervention in managing pain in gastritis patients.

Keywords: Progressive Muscle Relaxation Technique, Pain, Gastritis.
Bibliography : 28 (2015-2023)