

**PENGARUH *GUIDED IMAGERY* DAN RELAKSASI NAFAS DALAM
TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PASIEN GASTRITIS DI
PUSKESMAS SUKODADI LAMONGAN**

SKRIPSI



OLEH:

SINTHA NOVITA PUTRI
NIM. 15.02.01.1979

**PROGRAM STUDI S1-KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN
TAHUN 2019**

**PENGARUH *GUIDED IMAGERY* DAN RELAKSASI NAFAS DALAM
TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PASIEN GASTRITIS DI
PUSKESMAS SUKODADI LAMONGAN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi S1-Keperawatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan Sebagai Salah Satu
Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan**

**SINTHA NOVITA PUTRI
NIM. 15.02.01.1979**

**PROGRAM STUDI S1-KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN
TAHUN 2019**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

NAMA : SINTHA NOVITA PUTRI
NIM : 15.02.01.1979
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : LAMONGAN, 11 NOVEMBER 1997
INSTITUSI : FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1-KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi “Pengaruh *Guided Imagery* Dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Gastritis” adalah bukan karya tulis ilmiah orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Lamongan, 15 Mei 2019

Yang menyatakan,

SINTHA NOVITA PUTRI
15.02.01.1979

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : SINTHA NOVITA PUTRI
NIM : 15.02.01.1979
Judul : “PENGARUH *GUIDED IMAGERY* DAN RELAKSASI
NAFAS DALAM TERHADAP INTESITAS NYERI
PADA PASIEN GASTRITIS DI PUSKESMAS
SUKODADI LAMONGAN”

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada
tanggal 15 Mei 2019.

Mengetahui :

Pembimbing I

Pembimbing II

Sri HanantoPonco, S.Kep., Ns., M.Kep
NIK.1984 04 05 200812 042

Vigianti Nur Farida, S.Kep., Ns., M.Kep.,
NIK.1983 09 12 2006 092018

LAMBAR PENGESAHAN

SkripsiOleh : SINTHA NOVITA PUTRI
NIM : 15.02.01.1979
Judul : "PENGARUH *GUIDED IMAGERY* DAN RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP INTESITAS NYERI PADA PASIEN GASTRITIS DI PUSKESMAS SUKODADI LAMONGAN"

Telah Diuji dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang Skripsi
Di Fakultas Ilmu Kesehatan Prodi S1-Keperawatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan

Tanggal: 15 Mei 2019


PANITIA PENGUJI

Ketua : Farida Juanita, S.Kep., Ns., M.Kep

Anggota : 1. Sri HanantoPonco, S.Kep., Ns., M.Kep

2. Vigianti Nur Farida, S.Kep., Ns., M.Kep.,

Tanda tangan



Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan


Arifat Aris, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIM. 1978.08.21.2006.01.015

CURICULUM VITAE

Nama : SINTHA NOVITA PUTRI
Tempat Tgl.Lahir : Lamongan, 11 November 1997
Alamat Rumah : Desa Cluring RT.01 RW.01 Kecamatan Kalitengah
Kabupaten Lamongan
Pekerjaan : Mahasiswa
Riwayat pendidikan :

1. TK Tunas Melati Lulus Tahun 2003
2. SD Negeri Cluring Lamongan Lulus Tahun 2009
3. SMP Negeri 1 Kalitengah Lamongan Lulus Tahun 2012
4. SMK NU 1 Karanggeneng Lulus Tahun 2015
5. Prodi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan Tahun 2015-
Sekarang

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Mulailah dari tempatmu berada.
Gunakan yang kamu punya lakukan yang kamu bisa.
Waktumu terbatas, jangan habiskan dengan mengurus hidup orang lain.

Ketika kamu sedang mengalami kesusahan dan bertanya-tanya kemana Allah ??? cukup ingatlah bahwa seorang guru selalu diam saat tes berjalan

PERSEMBAHAN

Terima kasih & kupersembahkan karya yang sederhana ini untuk :

- 1. Mereka yang selalu mendampingi saya dengan penuh kasih sayang, Orang tuaku tercinta Bapak Sutomo dan Ibu Kartining yang senantiasa memberikan do'a dan dukungan penuh kepadaku serta Kakak-kakakku (Siti Alfiah dan Danang Sungkono). Dan semua keponakan maupun sepupuhku yang saya sayangi terutama fany (phinud).*
- 2. Sahabat karibku ita(dola), yhanti (yhanto) yang selalu memberikanku motivasi, dan memberikan canda dan tawa sehingga dapat mengerjakan semua ini.*
- 3. Seluruh dosen Universitas Muhammadiyah Lamongan, khususnya Pak Ponco dan Bu Vivin yang telah sabar dan tulus membimbing sehingga dapat menyelesaikan SKRIPSI ini tepat pada waktunya.*
- 4. Dan yang terakhir ku persembahkan untuk Dia, yang mengajarku arti sebuah kesabaran dan keikhlasan menjalani semua ini.*

ABSTRAK

Sintha, NovitaPutri, 2019. **Pengaruh Guided Imagery Dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Gastritis Di Puskesmas Sukodadi Lamongan.** Skripsi Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan (1) Sri HanantoPonco, S.Kep., Ns., M.Kep (2) Virgianti NurFarida, S.Kep., Ns., M.Kep

Penyakit maag disebut gastritis atau peradangan pada lambung yang berlebihan. Gejala dari penyakit ini adanya keluhan mual di ulu hati, kembung dan rasa lain yang disebabkan oleh kelainan saluran pencernaan. Berdasarkan masalah tersebut, dilakukan penelitian untuk menganalisis ada tidaknya pengaruh *Guided Imagery* dan Relaksasi Nafas Dalam pada pasien Gastritis di Puskesmas Sukodadi Lamongan.

Desain penelitian yang digunakan *Pra-Eksperiment Design* dengan menggunakan pendekatan *One Group Pretest posttest Design*. Populasi sebanyak 49 responden. Sampelnya 20 responden dengan metode *Consecutive Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan lembar Observasi.

Demikian dapat disimpulkan bahwasanya terdapat pengaruh terapi *Guided Imagery* dan Relaksasi Nafas Dalam terhadap penurunan nyeri pada pasien Gastritis, dengan hasil *Uji Stastic Wilcoxon* didapatkan bahwa nilai T sebesar dengan signifikan sebesar 0.000 ($p < 0,05$) maka H_0 ditolak artinya ada pengaruh terhadap terapi terhadap penurunan nyeri pada pasien Gastritis.

Upaya dalam menurunkan nyeri gastritis dapat dilakukan dengan melakukan *Guided Imagery* dan Relaksasi Nafas Dalam secara teratur.

Kata Kunci : *Guided Imagery* Dan Relaksasi Nafas Dalam, Nyeri, Gastritis

ABSTRACT

Sintha, NovitaPutri, 2019. **Effects of Guided Imagery and Breath Relaxation on Intensity of Pain in Gastritis Patients in SukodadiLamongan Health Center**. Thesis Undergraduate Nursing Study Program Muhammadiyah University Lamongan. Advisor (1) Sri HanantoPonco, S.Kep., Ns.,M.Kep (2) VirgiantiNurFarida, S.Kep., Ns., M.Kep

Ulcer disease is called gastritis or excessive inflammation of the stomach. Symptoms of this disease are complaints of nausea in the pit of the stomach, bloating and other flavors caused by abnormalities of the digestive tract. Based on these problems, a study was conducted to analyze whether there was influence of Guided Imagery and Deep Breath Relaxation in Gastritis patients at SukodadiLamongan Health Center.

The research design used Pre-Experiment Design using the One Group Pretest Posttest Design approach. The population is 49 respondents. The sample was 20 respondents with the Consecutive Sampling method. The research instrument used an observation sheet.

it can be concluded that there is an effect of Guided Imagery and Breath Relaxation therapy on the reduction of pain in Gastritis patients, with the results of the Wilcoxon Stastic Test found that the T value is significant at 0.000 ($p < 0.05$), H_0 is rejected, meaning there is an influence on therapy decrease in pain in Gastritis patients.

Efforts to reduce gastritis pain can be done by doing Guided Imagery and Deep Breath Relaxation regularly.

Keywords: Guided Imagery and Deep Breath Relaxation, Pain, Gastritis

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul *“Pengaruh Guided Imagery Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Gastritis di Puskesmas Sukodadi Lamongan”* sesuai waktu yang ditentukan.

Proposal ini disusun penulis sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak/Ibu:

1. Drs. Budi Utomo, Amd. Kep. M.Kes, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Lamongan.
2. Arifal Aris, S.Kep.,Ns.,M.Kes, selaku dekan fakultas ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan
3. Suratmi S. Kep.,Ns.,M.Kes, selaku kaprodi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.
4. Sri Hananto Ponco, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan Skripsi ini.

5. Virgianti Nur Faridah, S.kep., Ns., M.Kep, selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan Skripsi ini.
6. Ayah dan Ibu yang telah memberikan dukungan baik berupa material maupun spiritual. Dan senantiasa mencurahkan kasih sayang, do'a, semangat serta bimbingan untuk keberhasilan penulisan dalam menyusun Skripsi ini.
7. Semua teman-teman pihak yang telah memberikan dukungan moril yang tidak dapat disebutkan satu persatu dapat membantu menyelesaikan Skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga proposal ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, Mei 2019

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KURIKULUM VITAE	v
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xi
DAFTAR SINGKAT	xv
DAFTAR SIMBOL	xvi
BAB 1 : PENDAHULUAN	1
1.1 LatarBelakang	1
1.2 RumusanMasalah.....	6
1.3 TujuanPenelitian	7
1.4 ManfaatPenelitian	7
BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Konsep <i>Guided Imagery</i>	9
2.2 Konsep Relaksasi Nafas Dalam	11
2.3 Konsep Penurunan Nyeri	14
2.4 Konsep Gastritis.....	25
2.5 Kerangka Konsep	38
2.6 Hipotesis Penelitian	39
BAB3 :METODE PENELITIAN	40
3.1 Desain Penelitian	40
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	40
3.3 Kerangka Kerja	40
3.4 Sampling Desain	42
3.5 Identifikasi Variabel	43
3.6 Definisi Operasional	44
3.7 Pengumpulan dan Analisa Data	47
3.8 Etika Penelitian.....	50

BAB : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	51
4.1 Hasil Penelitian	51
4.2 Pembahasan	55
BAB5 : PENUTUP	60
5.1 Kesimpulan	60
5.2 Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional Pengaruh <i>Guided Imagery</i> Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Gastritis di Puskesmas Sukodadi Lamongan.....	44
Tabel 4.1 Distribusi Responden Menurut Jenis Kelamin di UPT Puskesmas Sukodadi Lamongan.....	52
Tabel 4.2 Distribusi Responden Menurut Umur Di UPT Puskesmas Sukodadi Lamongan	52
Tabel 4.3 Distribusi Responden Menurut Pekerjaan Di UPT Puskesmas Sukodadi Lamongan.....	53
Tabel 4.4 Distribusi Responden Menurut Pendidikan di UPT Puskesmas Sukodadi Lamongan.....	53
Tabel 4.5 Distribusi Lama Menderita	53
Tabel 4.6 Distribusi Sebelum Tindakan.....	54
Tabel 4.7 Distribusi Sesudah Tindakan	54
Tabel 4.8 Distribusi Terapi <i>Guided Imagery</i> dan Relaksasi Nafas Dalam.....	55

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Skala Nyeri Boubanis	19
Gambar 2.2 Skala Nyeri Numerik	20
Gambar 2.3 Skala Nyeri Wong Baker	20
Gambar 2.4 Kerangka Konsep Penelitian Pengaruh <i>Guided Imagery</i> Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Gastritis di Puskesmas Sukodadi Lamongan.....	38
Gambar 3.1 Kerangka kerja Penelitian Pengaruh <i>Guided Imagery</i> Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Gastritis di Puskesmas Sukodadi Lamongan.....	41