

EFEKTIFITAS PENGGUNAAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF DALAM MENURUNKAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN GASTRITIS PALEMBANG

Oleh

Wahyu Saputra¹, Ria Dila.Syafitri²

¹Mahasiswa DIII Program Diploma III Keperawatan Akper Kesdam II/ Sriwijaya

Email : roadricewahyusaputra@gmail.com

²Dosen DIII Program Diploma III Keperawatan Akper Kesdam II/Sriwijaya

Email : ria.dila18@gmail.com

ABSTRAK

Gastritis merupakan peradangan yang mengenai mukosa lambung dan dapat mengakibatkan pembekakan mukosa lambung sampai terlepasnya epitel mukosa superficial yang menjadi penyebab terpenting dalam gangguan saluran pencernaan karena akan merangsang timbulnya proses inflamasi pada lambung. nyeri merupakan perasaan yang tidak menyenangkan bagi sebagian orang dan seringkali dikaitkan dengan kerusakan tubuh yang merupakan peringatan terhadap ancaman yang bersifat aktual ataupun potensial. **Tujuan penelitian** : untuk menyurangi nyeri pada penderita gastritis. **Metode penelitian** : Penelitian ini menggunakan metode studi literatur review yang menggunakan sumber literatur yang berbentuk buku, artikel ilmiah, khususnya yang terpublikasi. Dengan melakukan pencarian melalui database *Google Scholar* dari tahun 2015-2020. **Hasil penelitian** : dari 12 responden sebelum diberikan relaksasi otot progresif pasien gastritis yang mengalami nyeri sebanyak 12 responden (100%). Setelah diberikan relaksasi otot progresif pasien gastritis yang mengalami nyeri sebanyak 3 responden (25%) dan yang tidak mengalami nyeri sebanyak 9 responden (75%). Hasil test statistik menunjukkan hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai sig. 0,002 ($P < 0,05$). penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan adanya perubahan skala nyeri setelah dilakukan Relaksasi Otot Progresif. **Kesimpulan** : Teknik Relaksasi Otot Progresif mampu menurunkan nyeri pada pasien gastritis dengan cara latihan peregangan otot.

Kata Kunci: Nyeri, gastritis, relaksasi otot progresif

ABSTRACT

Gastritis is an inflammation that affects the gastric mucosa and can lead to inflammation of the gastric mucosa to the release of the superficial mucosal epithelium which is the most important cause of gastrointestinal disorders because it stimulates the inflammatory process in the stomach. pain is an unpleasant feeling for some people and is often associated with bodily harm as a warning against an actual or potential threat. Research objective: to reduce pain in patients with gastritis. Research method: This study uses a literature review study method that uses literature sources in the form of books, scientific articles, especially published ones. By doing a search through the Google Scholar database from 2015-2020. Results: of 12 respondents before being given progressive muscle relaxation of gastritis patients who experienced pain as many as 12 respondents (100%). After being given progressive muscle relaxation, 3 respondents (25%) of gastritis experienced pain and 9 respondents (75%). The results of the statistical test showed that the Wilcoxon test results obtained a sig value. 0.002 ($P < 0.05$). This study shows that there is a significant difference in the change in the pain scale after Progressive Muscle Relaxation. Conclusion: Progressive Muscle Relaxation Technique is able to reduce pain in gastritis patients by means of muscle stretching exercises.

Keywords: Pain, gastritis, progressive muscle relaxation

1. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Saat ini semakin modernnya zaman, semakin banyak juga penyakit yang timbul akibat gaya hidup manusia dan penularan bakteri. Salah satunya adalah penyakit gastritis yang terjadi karena inflamasi/peradangan yang terjadi pada lapisan lambung yang menjadikan sering merasa nyeri pada bagian perut. Penyakit ini tidak menular tapi bakteri *helicobacter pylori* masuk kedalam tubuh manusia melalui makanan (Megawati & Nosi, 2014).

Gastritis merupakan peradangan yang mengenai mukosa lambung dan dapat mengakibatkan pembekakan mukosa lambung sampai terlepasnya epitel mukosa superficial yang menjadi penyebab terpenting dalam gangguan saluran pencernaan karena akan merangsang timbulnya proses inflamasi pada lambung (Sukarmin, 2013).

Gastritis menyebabkan nyeri pada penderitanya, nyeri merupakan perasaan yang tidak menyenangkan bagi sebagian orang dan seringkali dikaitkan dengan kerusakan tubuh yang merupakan peringatan terhadap ancaman yang bersifat aktual ataupun potensial (Andarmoyo, 2013). Untuk mengurangi nyeri tersebut dapat dilakukan tehnik relaksasi progresif dimana tehnik. 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. 2015).

Badan penelitian kesehatan dunia WHO tahun 2011, mengadakan tinjauan terhadap beberapa Negara di dunia dan mendapatkan hasil persentase dari angka kejadian gastritis di dunia, Inggris 22%, China 31%, Jepang 14,5%, Kanada 35%, dan Perancis 29,5%. Di dunia, insiden gastritis sekitar 1,8-2,1 juta dari jumlah penduduk setiap tahun. Insiden terjadinya gastritis di Asia Tenggara sekitar 583.635 dari jumlah penduduk setiap tahunnya. Prevalensi gastritis yang dikonfirmasi melalui

endoskopi pada populasi di Shanghai sekitar 17,2% yang secara substantial lebih tinggi daripada populasi di barat yang berkisar 4,1% dan bersifat asimtomatik (Sumaryati, 2015).

Prevalensi kejadian gastritis di Indonesia terdapat 40,5%, sebesar 274,396 kasus dari 238,672,223 jiwa, dengan angka kejadian gastritis paling tinggi berada di Medan sebesar 91,6%, Denpasar sebesar 46% (Depkes RI, 2013).

Nyeri adalah pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan yang aktual dan potensial (Price, 2006). Secara umum tanda dan gejala yang sering terjadi pada pasien yang mengalami nyeri dapat tercermin dari perilaku pasien misalnya suara (menangis, merintih, menghembuskan nafas), ekspresi wajah (meringis, menggigit bibir), pergerakan tubuh (gelisah, otot tegang, mondar-mandir, dll), interaksi sosial (menghindari percakapan, disorientasi waktu). Nyeri akut dilakukan tindakan keperawatan dengan pemberian relaksasi otot progresif yang hasilnya terbukti efektif untuk menurunkan tingkat nyeri dari skala 6 turun menjadi skala 2. Penurunan tingkat nyeri terjadi setelah dilakukannya relaksasi otot progresif. (Judha, (2012).

Salah satu pengobatan secara non farmakologis dalam mengatasi nyeri adalah teknik relaksasi otot progresif. Latihan relaksasi otot progresif dapat memberikan pemijitan halus pada berbagai kelenjer kelenjer pada tubuh, menurunkan produksi kortisol dalam darah, mengembalikan pengeluaran hormon yang secukupnya sehingga memberi keseimbangan emosi dan ketenangan pikiran (Purwoto, 2007 & Supetran, 2016).

Berdasarkan hasil data-data diatas tingginya tingkat nyeri mempengaruhi seluruh tubuh pada pasien gastritis. Maka penulis tertarik meneliti judul "Efektifitas Penggunaan Teknik Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri Pada Pasien Gastritis"

1.2. Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Memperoleh gambaran pemberian “efektifitas penggunaan teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien gastritis”

1.2.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi penelitian/artikel efektifitas penggunaan teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien gastritis.
2. Menganalisa hasil penelitian efektifitas penggunaan teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien gastritis.
3. Dirumuskanya rekomendasi hasil penelitian efektifitas penggunaan teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien gastritis.

1.3. Manfaat Penelitian

1.3.1 Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat :

1. Bagi rumah sakit hasil penelitian ini sebagai Dasar Pengembangan Standar/Pedoman pengembangan efektifitas penggunaan teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien gastritis.
2. Pedoman Kerja bagi perawat dalam melaksanakan penelitian efektifitas penggunaan teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien gastritis.

1.3.2 Secara keilmuan hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat :

1. Evidence Base Nursing Practice efektifitas penggunaan teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien gastritis.
2. Data dasar bagi pengembangan studi atau penelitian yang mengembangkan metode efektifitas penggunaan teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien gastritis

II. METODE PENELITIAN

Studi literatur merupakan design penelitian dengan menggunakan sumber literatur yang berbentuk buku, artikel ilmiah khususnya yang terpublikasi yang merupakan hasil penelitian atau artikel tersebut selanjutnya digunakan sebagai data untuk menggambarkan suatu masalah/ topik penelitian. Penuangan desain penelitian studi literature dapat dituangkan sebagai penelitian naratif studi literature atau deskriptif studi literatur Dari hasil efektifitas penggunaan teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien gastritis.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Penelitian

Hasil penelitian studi literatur ini disajikan secara naratif untuk menggambarkan hasil penelitian dari 5 artikel/ hasil penelitian yang relevan dengan topik/ masalah efektifitas penggunaan teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien gastritis

Artikel 1 : atifah, et al (2017) yang berjudul upaya relaksasi progresif untuk mengurangi nyeri Pasien gastritis, yang dilaksanakan pada bulan april 2017 di fakultas ilmu kesehatan universitas muhamadiyah surakarta. Hasil penelitian ini adalah setelah dilakukan 4 kali kunjungan rumah dan mengajari klien tehnik nonfarmakologi relaksasi progresif nyeri berkurang, tujuan khususnya adalah keluarga mampu mengenal masalah kesehatan tentang penyakit gastritis dan mampu merawat untuk mencegah kekambuhan, masalah teratasi, intervensi dihentikan, tetapi tetap menganjurkan untuk menjaga pola makan, menghindari pantangan, dan melakukan relaksasi progresif apabila nyeri muncul. Maka dapat disimpulkan pengaruh relaksasi otot progresif terhadap penurunan tingkat nyeri pasien gastritis.

Artikel 2 : supetran, et el (2016) yang berjudul efektifitas penggunaan teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien gastritis dilaksanakan pada bulan januari-juli 2016. Hasil Penelitian ini dari 12 respoden sebelum diberikan relaksasi otot progresif pasien gastritis yang mengalami

nyeri sebanyak 12 responden (100%). Setelah diberikan relaksasi otot progresif pasien gastritis yang mengalami nyeri sebanyak 3 responden (25%) dan yang tidak mengalami nyeri sebanyak 9 responden (75%). Hasil test statistik menunjukkan hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai sig. 0,002 ($P < 0,05$). Kesimpulannya adalah teknik relaksasi otot progresif sangat efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pasien gastritis di Ruang Jambu Rumah Sakit Daerah Madani.

Artikel 3 : suyadi dkk, et al (2019) yang berjudul relaksasi otot progresif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien gastritis yang dilaksanakan pada tahun 2019. Hasil penelitian didapatkan data nyeri, provocative nyeri perut, quality tertusuk-tusuk, region perut bagian kiri, scale 6, time hilang timbul. Diagnosa keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen cedera biologis. Tindakan keperawatan yang dilakukan adalah relaksasi otot progresif. Hasil evaluasi menunjukkan adanya perubahan tingkat nyeri dari skala 6 menjadi 2. Kesimpulannya adalah Relaksasi Otot Progresif dapat menurunkan tingkat nyeri pada pasien gastritis.

Artikel 4 : yustiana, et al (2019) yang berjudul Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kontrol Nyeri dan Tingkat Nyeri pada Keluarga dengan Gastritis di Desa Mekar Wilayah Kerja Puskesmas Soropi dilaksanakan pada tahun 2019. Hasil penelitian adalah setelah dilakukan penerapan Teknik relaksasi otot progresif di dapatkan ada peningkatan kemampuan kontrol nyeri dan penurunan tingkat nyeri pada salah satu anggota keluarga yang menderita gastritis serta peningkatan kemampuan keluarga dalam melakukan Teknik relaksasi otot progresif. Kesimpulannya Teknik relaksasi otot progresif dapat meningkatkan kemampuan kontrol nyeri dan menurunkan tingkat nyeri.

Artikel 5 : erni dkk, et al (2020) yang berjudul Pengaruh Teknik Relaksasi Terhadap Penurunan Nyeri Epigastrium Pada Pasien Gastritis dilaksanakan pada tahun 2020. Hasil penelitian adalah statistik diperoleh $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang artinya terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara nilai rata-rata skala nyeri sebelum

relaksasi dengan rata-rata skala nyeri setelah relaksasi. Kesimpulannya adalah terdapat pengaruh relaksasi terhadap penurunan nyeri epigastria pada pasien gastritis.

3.2 Pembahasan

Pembahasan penelitian ini difokuskan pada hasil penelitian dari lima (5) artikel yang didapatkan bahwa terjadi penurunan nyeri dengan efektifitas penggunaan teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien gastritis.

Menurut artikel atifah et al (2017), 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. studi kasus dilakukan di Ngreco dengan menggunakan pendekatan proses keperawatan. Hasil penelitian ini adalah setelah dilakukan 4 kali kunjungan rumah dan mengajari klien tehnik nonfarmakologi relaksasi progresif nyeri berkurang, tujuan khususnya adalah keluarga mampu mengenal masalah kesehatan tentang penyakit gastritis dan mampu merawat untuk mencegah kekambuhan, masalah teratasi, intervensi dihentikan, tetapi tetap menganjurkan untuk menjaga pola makan, menghindari pantangan, dan melakukan relaksasi progresif apabila nyeri muncul. Jadi menurut artikel atifah et al (2017), dipaparkan terapi relaksasi memiliki pengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri dan proses penyembuhan pasien.

Menurut supetran, et el (2016), Relaksasi otot progresif dapat merasakan nyerinya berkurang, karena gerakan-gerakan yang telah diberikan secara perlahan membantu merilekskan sinap-sinap saraf baik yang simpatis maupun yang parasimpatis. Saraf yang rileks menurunkan rasa nyeri secara perlahan. teknik pengambilan sampel purposive sampling. Hasil Penelitian ini dari 12 responden sebelum diberikan relaksasi otot progresif pasien gastritis yang mengalami nyeri sebanyak 12 responden (100%). Setelah diberikan relaksasi otot progresif pasien gastritis yang mengalami nyeri sebanyak 3 responden (25%) dan yang tidak mengalami nyeri sebanyak 9 responden (75%). Hasil test

statistik menunjukkan hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai sig. 0,002 ($P < 0,05$). Jadi menurut atikel supetran et al (2016), dipaparkan bahwa relaksasi otot progresif pasien gastritis mengalami penurunan skala nyeri karena pasien sudah tidak terfokus lagi pada rasa sakitnya itu.

Menurut suyadi dkk, et al (2019), teknik relaksasi progresif dalam penurunan nyeri pasien gastritis akut dengan hasil dari 25 responden tingkat nyeri pada pasien gastritis akut sebelum pemberian teknik relaksasi progresif. Instrumen yang digunakan Format asuhan keperawatan medikal bedah, lembar indikator keberhasilan tindakan, dan SOP Relaksasi Otot. Hasil penelitian didapatkan data nyeri, provocative nyeri perut, quality tertusuk-tusuk, region perut bagian kiri, scale 6, time hilang timbul. Diagnosa keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen cedera biologis. Tindakan keperawatan yang dilakukan adalah relaksasi otot progresif. Jadi menurut artikel suyadi dk et al (2019), dipaparkan bahwa Relaksasi Otot Progresif merupakan terapi nonfarmakologi untuk menurunkan tingkat nyeri.

Menurut yustiana, et al (2019), teknik relaksasi progresif dalam menurunkan nyeri gastritis adalah melalui pengaktifan system saraf parasimpatis secara sadar untuk melawan efek negative yang ditimbulkan di lambung oleh kerja system saraf simpatis pada saat stress. Pendekatan studi kasus dengan jumlah pasien satu orang yang bersedia menjadi responden dengan diagnosa medis gastritis yang didampingi oleh salah satu anggota keluarga. Hasil penelitian adalah setelah dilakukan penerapan Teknik relaksasi otot progresif di dapatkan ada peningkatan kemampuan kontrol nyeri dan penurunan tingkat nyeri pada salah satu anggota keluarga yang menderita gastritis serta peningkatan kemampuan keluarga dalam melakukan Teknik relaksasi otot progresif. Jadi menurut artikel yustiana et al (2019), dipaparkan bahwa kemampuan keluarga dalam

mengajarkan teknik relaksasi otot progresif pada anggota keluarga dengan nyeri gastritis.

Menurut erni dkk, et al (2020), Teknik relaksasi sangat berperan dalam mengurangi keluhan fisik dan meminimalkan efek-efek dari stres, sehingga memungkinkan pasien dapat mengontrol tubuh merespon ketegangan dan kecemasan sehingga dapat menurunkan produksi asam lambung. Relaksasi dapat meningkatkan sensitivitas baro-reflektif dan menurunkan aktivitas saraf simpatis serta mengaktifkan koreksi sehingga terjadi penurunan tingkat nyeri. Hasil penelitian adalah statistik diperoleh $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang artinya terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara nilai rata-rata skala nyeri sebelum relaksasi dengan rata-rata skala nyeri setelah relaksasi. Jadi menurut artikel erni dkk, et al (2020), dipaparkan bahwa Relaksasi dapat meningkatkan sensitivitas baro-reflektif dan menurunkan aktivitas saraf simpatis serta mengaktifkan koreksi sehingga terjadi penurunan tingkat nyeri.

Sehingga bisa kita lihat dari 5 artikel diatas bahwa teknik relaksasi otot progresif bisa menurunkan tingkat skala nyeri pada pasien gastritis. Maka dari itu kita bisa menerapkannya ke RS ataupun keluarga yang mengalami nyeri pada pasien gastritis teknik relaksasi otot progresif dapat dilakukan efektif dalam mengatasi nyeri. Kita bisa menerapkan apa yang sudah peneliti terapkan dengan responden mereka pada saat melakukan penelitian tersebut.

IV. SIMPULAN DAN SARAN

4.1. Kesimpulan

4.1.1. Terdapat 5 (lima) artikel yang memiliki relevansi dengan implementasi Relaksasi Otot

Progresif dalam menurunkan nyeri pada pasien gastritis

4.1.2. Relaksasi otot progresif dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien gastritis, mampu meningkatkan kemampuan mengurangi nyeri

4.1.3. Implementasi Relaksasi Otot Progresif yang diimplementasikan dalam artikel memiliki variasi dalam pelaksanaan, sehingga dibutuhkan kajian tentang metode Relaksasi Otot Progresif dalam menurunkan nyeri pada pasien gastritis

4.2. Saran

- 4.2.1. Bagi fasilitas pelayanan kesehatan diharapkan dapat melakukan relaksasi otot progresif sebagai terapi alternatif dalam mengurangi nyeri pada penderita gastritis.
- 4.2.2. Bagi pengembang keilmuan Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan dan sumber belajar untuk meningkatkan kemampuan mahasiswa di bidang Keperawatan Medikal Bedah (KMB).
- 4.2.3. Bagi Penelitian Lanjutan Sebagai sarana untuk mengaplikasikan ilmu keperawatan dan metodologi riset penelitian khususnya dalam bidang Keperawatan Medikal Bedah (KMB).

DAFTAR PUSTAKA

- Akper Kesdam II/Sriwijaya, 2020, *Panduan Karya Tulis Ilmiah*, Palembang
- Andarmoyo, S. (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media
- Andinna Dwi Utami & Imelda Rahmayunia Kartika (2018). Terapi Komplementer Guna Menurunkan Nyeri Pasien Gastritis. *REAL in Nursing Journal (RNJ)*, Vol. 1, No. 3. <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/Nursing/index>
- Depkes, RI. (2018). Hasil Utama RISKESDA 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Dermawan, deden. (2010). Keperawatan Medikal Bedah. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Fitriana, yuni. (2019). Konsep Kebutuhan Dasar Manusia. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Hawari, D, (2013), *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*, Edisi 1, FKUI, Jakarta.
- Kasron. (2018). Buku Ajar Antomi Fisiologi Dan Gangguan Sistem Pencernaan. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Lemone. P. dan Burke, Karen.M. 2015. Buku Ajar keperawatan Medikal Bedah. (5th ed, Vols:2). Jakarta: EGC.
- Misnadiarly. (2009). *Mengenal Penyakit Organ Cerna*. Jakarta: Pustaka Populer Obor
- Megawati, A., & Nosi, H. H. (2014). Beberapa faktor yang berhubungan dengan kejadian gastritis pada pasien yang di rawat di rsud labuang baji makassar, 4, 709–715.
- Nurarif, A, H., & Hardhi, K. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA NIC- NOC*. Jakarta: Mediacion Publication.

- Nuryanti Erni, et. al. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Terhadap Penurunan Nyeri Epigastrium Pada Pasien Gastritis. *Jurnal Studi Keperawatan* Vol. 1 No. 1.
- Rugge, M., Pannelli, G., Pilozi, E., Fassan, M., Ingravallo, G., Russo, V. M., & Di, F. (2011). Gastritis : The histology report. *Digestive and Liver Disease*, 43(SUPPL.4). [http://doi.org/10.1016/S1590-8658\(11\)60593-8](http://doi.org/10.1016/S1590-8658(11)60593-8)
- Sukarmin. (2013). *Keperawatan Pada Sistem Pencernaan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Sumaryati, M. (2015). Tingkat Pengetahuan dan Sikap Masyarakat Tentang Penyakit Gastritis. *JIK.SH*, 2(1), 718–732.
- Supetran, I. W. (2016). Efektifitas Penggunaan Teknik Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Pasien Gastritis. *Jurnal Promotif*. 6(1) 1-8
- Suyadi. (2019). Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri Pada Asuhan Keperawatan Gastritis. *Jurnal keperawatan CARE*, Vol. 9 No. 1