

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Setiap orang memiliki tingkat kesadaran akan kesehatan yang berbeda-beda. Dalam memenuhi kebutuhan akan kesehatannya manusia membutuhkan salah satunya asupan makanan yang baik bagi tubuhnya. Lambung merupakan organ penting pada sistem pencernaan manusia yang berfungsi untuk mengelola dan mencerna makanan. Namun tidak sedikit orang memahami dan mengetahui pentingnya menjaga kesehatan lambung yang mengakibatkan banyaknya terjadi kasus seperti gastritis atau sakit maag. Gastritis merupakan peradangan di dinding lambung akibat faktor infeksi, cedera atau bahkan iritasi (Thahir & Nurlaela, 2018).

World Health Organization (WHO) yang merupakan badan penelitian kesehatan terbesar di dunia, meninjau terhadap kejadian gastritis di beberapa negara melalui data presentase gastritis yang terjadi di dunia. Beberapa negara tersebut diantaranya Kanada dengan presentase 35% Inggris 22%, China 31%, Jepang 14,5%, dan Prancis 29,5%. Sedangkan kejadian gastritis di wilayah Asia Tenggara berkisar 583.635 orang dari jumlah penduduk setiap tahunnya (WHO, 2018).

Menurut Riskesdas (2018), angka kejadian gastritis di berbagai wilayah Indonesia cukup tinggi mencapai 40,8%, dengan prevalensi 274.396 kasus dari populasi 238.452.952 jiwa (KemenKes RI, 2018). Berdasarkan Data Kesehatan Indonesia, gastritis merupakan salah satu dari 10 penyakit rawat inap terbanyak di Indonesia, dengan total 33.580 kasus yang 60,86% terjadi pada wanita. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Departemen Kesehatan RI (2018), angka kejadian gastritis di beberapa kota di Indonesia cukup tinggi yaitu 81,6% di kota Medan, Surabaya 31,2%, Denpasar 46%, Jakarta 50%, Bandung 32,5%, Palembang 35,5%, Aceh 31,7%, dan Pontianak 31,2% (Depkes, 2018).

Penyebab gastritis yang paling sering terjadi yaitu akibat infeksi

bakteri *Helicobacter Pylory*. Bakteri ini akan menggali permukaan lendir pada saluran pencernaan agar dapat bertahan hidup yang menyebabkan lambung meradang. Faktor lain yang dapat menyebabkan gastritis seperti gangguan autoimun, mengkonsumsi minuman alkohol, mengalami stres berat, dan penggunaan jangka panjang obat *anti-inflammatory drugs* (NSAID) (Dodoi, 2018). Manifestasi klinis yang terjadi biasanya seperti nyeri ulu hati atau epigastrium, sementara perilaku yang tampak pada penderita gastritis seperti merintih, menangis, dan menghembuskan nafas dengan ekspresi wajah meringis dan gerakan tubuh pasien gelisah serta mengalami ketegangan otot (Elyata et al, 2021).

Nyeri merupakan pengalaman pribadi dan subjektif, tidak ada dua orang yang akan mengalami rasa sakit dengan cara yang sama. Keluhan nyeri dapat membuat seseorang merasa tidak nyaman dan mengganggu aktivitas sehari-hari bagi penderitanya. (Saputra et al, 2021). Penanganan nyeri dalam bidang kesehatan dapat dilakukan dengan cara manajemen nyeri. Dalam manajemen nyeri cara untuk mengurangi rasa nyeri dapat menggunakan terapi yaitu farmakologis (Obat-obatan) dan nonfarmakologis. Pada gastritis terapi nonfarmakologi banyak dilakukan seperti distraksi, relaksasi nafas dalam, terapi kompres hangat dan masih banyak cara terapi nonfarmakologi lainnya (Suryaningsih et al, 2019).

Teknik relaksasi nafas dalam dapat merangsang tubuh untuk melepaskan endorphin dan enkefalin yang nantinya berperan sangat penting dalam mengurangi nyeri, ketidaknyamanan fisik, dan meminimalkan efek-efek dari stres. Sehingga memungkinkan seseorang terutama penderita gastritis dapat mengendalikan tubuh untuk menghadapi ketegangan dan kecemasan saat terjadi nyeri yang nantinya dapat pula menurunkan produksi asam lambung. Relaksasi nafas dalam dapat menurunkan aktifitas syaraf simpatis sehingga menawarkan efek pada penurunan tingkat nyeri, sehingga dengan penggunaan relaksasi nafas dalam nyeri pada epigastrium akan menurun (Erni et al, 2020).. Dalam teknik relaksasi nafas dalam termasuk juga pernapasan abdomen yang lambat dan berirama. Pasien dapat memejamkan

mata dan bernapas dengan perlahan dan nyaman. Teknik relaksasi nafas dalam juga dapat dilakukan dengan menarik napas secara perlahan lalu menahannya beberapa detik setelah itu, menghembuskannya secara perlahan (Safi'i et al, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian Thahir dan Nurlaela (2018), mengatakan bahwa teknik relaksasi nafas dalam berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien gastritis di ruang rawat inap RSUD Haji Makassar. Di dalam penelitiannya pasien dilakukan relaksasi nafas dalam secara rutin setiap hari, lalu pasien akan merasakan kenyamanan dan kehangatan dalam tubuh saat melakukan relaksasi nafas dalam. Dalam penelitian juga disebutkan bahwa adanya perubahan intensitas nyeri sebelum dan setelah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam, yang sebelumnya dengan skala 4-8 namun setelah diberikan relaksasi nafas dalam skala menurun menjadi 4-6, sehingga intensitas nyeri yang dirasakan penderita gastritis berkurang.

Allah Swt. memerintahkan hambanya untuk berikhtiar menuju pada suatu keadaan yang lebih baik dalam segala hal, termasuk perintah berikhtiar untuk mengobati penyakit untuk sembuh kembali, karena setiap penyakit ada obatnya, sebagaimana firman Allah berikut ini :

وَإِذَا مَرَضْتُمْ فَهُوَ يَشْفِيكُمْ. (سورة الشعراء: 80)

“Dan ketika aku sakit, Dialah yang menyembuhkanku”. (QS. As-Syu'ara [26] : 80)

Ayat di atas mengisyaratkan bahwa Allah yang akan menyembuhkan manusia ketika dia sakit. Allah memiliki kekuatan untuk menyembuhkan penyakit apapun yang diderita seseorang melalui petunjuk-petunjuk ayat-ayat ilahiyahnya ataupun ayat-ayat kauniyah yang dapat ditemukan dari berbagai pengalaman dan penelitian yang dilakukan, salah satunya adalah relaksasi nafas dalam pada penderita gastritis yang dapat mengendalikan tubuh untuk menghadapi ketegangan dan kecemasan saat terjadi nyeri yang nantinya dapat pula menurunkan produksi asam lambung.

Berdasarkan sebuah hadits Riwayat Bukhari, Rasulullah SAW Menyampaikan, *“Tidaklah Allah menurunkan suatu penyakit, melainkan akan menurunkan pula obat untuk penyakit tersebut.”* (HR. Bukhari). Sementara pada hadits lainnya disebutkan, Rasulullah SAW bersabda: *“Setiap penyakit ada obatnya. Apabila ditemukan obat yang tepat untuk suatu penyakit, akan sembuhlah penyakit itu dengan izin Allah ‘azza wajalla.”* (HR. Muslim).

Hadits di atas memberikan pemahaman bahwa semua penyakit seperti gastritis yang menimpa manusia maka Allah juga mengirimkan obatnya (terapi farmakologis dan nonfarmakologis). Beberapa telah menemukan obatnya, ada juga yang belum menemukannya. Oleh karena itu, seseorang harus senantiasa selalu berobat dan bersabar untuk terus berusaha mencari obat ketika rasa sakit itu menimpa dirinya. Dan apabila tidak ada obat (terapi farmakologi), Allah juga memberi alternatif lainnya (terapi nonfarmakologi) seperti relaksasi nafas dalam, baik itu untuk penyakit gastritis atau bahkan untuk penyakit lain yang dapat berpengaruh dalam menurunkan nyeri suatu penyakit.

Di dalam Al-Qur’an telah dibicarakan tentang nafas yang dapat menghadirkan ketenangan, sebagaimana firman Allah dalam surat at-Takwir, Allah berfirman:

وَالصُّبْحُ إِذَا تَنَفَّسَ. (سورة التكوير: 18)

“Dan demi waktu subuh apabila bernafas”. (QS. At-Takwir: 18)

Ayat di atas menunjukkan bernafas yang dilakukan di pagi hari dalam penuh ketenangan dan segar, sebagaimana dilakukan pada relaksasi napas yang dapat dilakukan secara pelan, dan teratur dan perlahan sehingga merasakan kenyamanan. Ini akan sangat bermanfaat untuk penderita gastritis yang dapat mengendalikan tubuh untuk menghadapi ketegangan dan kecemasan saat terjadi nyeri.

Peran perawat dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien

gastritis yaitu *care giver* dengan penanganan nyeri menggunakan terapi non farmakologi relaksasi nafas dalam, dan memberikan penyuluhan kepada masyarakat serta keluarga mengenai masalah gastritis dan cara penanganannya. Berdasarkan latar belakang dan data tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian sekunder (literatur review) mengenai Asuhan Keperawatan Pemenuhan Kebutuhan Aman Nyaman: Nyeri akut dengan penerapan terapi relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien gastritis berdasarkan literatur review.

1.2 Rumusan Masalah

Gastritis merupakan salah satu masalah saluran pencernaan yang paling sering terjadi. Gastritis merupakan peradangan dari mukosa lambung yang disebabkan oleh faktor iritasi dan infeksi. Salah satu gejala penyakit gastritis yaitu nyeri yang dirasakan di ulu hati atau epigastrium. Dampak yang diakibatkan nyeri pada pasien gastritis bisa juga mengakibatkan pasien mengalami kebutuhan dasar lain seperti gangguan asupan nutrisi. Jadi untuk mencegahnya, penanganan manajemen nyeri pada pasien gastritis dapat dilakukan dengan menggunakan terapi nonfarmakologi seperti terapi relaksasi nafas dalam. Dengan demikian, rumusan masalah kasus ini adalah bagaimana asuhan keperawatan dengan penerapan terapi relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri untuk pemenuhan kebutuhan aman nyaman: nyeri pada pasien gastritis: *literatur review* ?

1.3 Tujuan Studi Kasus

1.3.1 Tujuan Umum

Menggambarkan asuhan keperawatan dengan pemberian terapi relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri untuk pemenuhan kebutuhan aman nyaman: nyeri pada pasien gastritis berdasarkan *literature review*.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dibuatnya Karya Tulis Ilmiah ini agar Penulis dapat:

- 1) Mengidentifikasi pengkajian dengan pemberian terapi relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri untuk pemenuhan kebutuhan aman nyaman: nyeri pada pasien gastritis
- 2) Mengidentifikasi diagnosa keperawatan dengan pemberian terapi relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri untuk pemenuhan kebutuhan aman nyaman: nyeri pada pasien gastritis
- 3) Menyusun intervensi keperawatan pada pasien gastritis dengan kebutuhan aman nyaman: nyeri menggunakan terapi non farmakologi teknik relaksasi nafas dalam
- 4) Menyusun dan melaksanakan implementasi dengan pemberian teknik nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri untuk pemenuhan kebutuhan aman nyaman: nyeri pada pasien gastritis
- 5) Menyimpulkan evaluasi hasil asuhan keperawatan dengan pemberian terapi relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri untuk pemenuhan kebutuhan aman nyaman: nyeri pada pasien gastritis.

1.4 Manfaat Studi Kasus

Hasil studi kasus ini, diharapkan bermanfaat bagi:

1.4.1 Masyarakat secara luas

Literatur Review ini sebagai dasar khususnya dalam meningkatkan mutu Keperawatan melalui riset dan pengembangan khususnya di bidang keperawatan medical bedah. Dan umumnya diharapkan masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan secara luas menangani nyeri khususnya pada penderita gastritis dengan cara penerapan terapi relaksasi nafas dalam sebagai salah satu cara untuk menurunkan intensitas nyeri.

1.4.2 Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi

Sebagai *evidence based* nursing terapan bidang keperawatan serta sebagai referensi untuk lebih meningkatkan mutu pelayanan asuhan keperawatan yang diberikan pada penderita gastritis dengan penerapan terapi relaksasi nafas dalam.

1.4.3 Bagi Penulis

Sebagai pengetahuan tambahan dan sebagai pengalaman yang nantinya dapat mengaplikasikan hasil dari riset keperawatan, khususnya pada prosedur perawatan menggunakan penerapan terapi relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri.

