

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gastritis merupakan salah satu masalah kesehatan saluran pencernaan yang paling sering terjadi. Akhir-akhir ini terdapat peningkatan yang sangat pesat pada penyakit gastritis atau yang secara umum lebih dikenal dengan istilah sakit “maag” atau sakit ulu hati yang menjadi banyak keluhan di masyarakat. Penyakit gastritis diakibatkan karena pola hidup yang bebas hingga memberikan dampak pada kesehatan tubuh (Mustakim, 2009).

Badan penelitian kesehatan *World Health Organization* (WHO) mengadakan pengkajian terhadap delapan di negara dunia dan mendapatkan beberapa hasil persentase dari angka kejadian gastritis di dunia, dimulai dari negara yang memiliki angka kejadian gastritis yang tinggi yaitu Amerika dengan persentase mencapai 47%, kemudian negara India yang hasil persentasenya 43%, lalu terdapat beberapa negara lain yang mengalami gastritis yakni Inggris 22%, Jepang 14,5%, Perancis 29,5%, Kanada 35% dan Indonesia 40,8% (Karwati, 2013).

Angka kejadian gastritis di Indonesia menurut *Environment Healt Country / Profil World Health Organization* (2012) sebesar 40,8%. Angka kejadian ini cukup tinggi dengan prevalensi 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk. Berdasarkan Data Profil Kesehatan Indonesia terhadap sepuluh penyakit terbanyak di rumah sakit di Indonesia, pada pasien rawat

inap gastritis berada pada posisi keenam dengan jumlah kasus sebesar 33.580 kasus yang 60,86% terjadi pada perempuan. Pada pasien rawat jalan gastritis berada pada posisi ketujuh dengan jumlah kasus yang 77,74% terjadi pada perempuan (Kementrian Kesehatan RI, 2011).

Kasus gastritis di kota-kota besar Indonesia cukup tinggi. Departemen Kesehatan RI melakukan penelitian dengan hasil angka kejadian gastritis di Surabaya 31,2%, Denpasar 46%, Jakarta 50%, Bandung 32,5%, Palembang 35,5%, Aceh 31,7%, Pontianak 31,2%, bahkan angka gastritis di Medan mencapai 91,6%. Hal tersebut disebabkan oleh pola makan yang tidak sehat (Rial, 2010). Kasus gastritis di Kota Tasikmalaya tahun 2017 cukup tinggi, Dari data yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya menunjukkan terdapat 1.116 orang yang mengalami gastritis. Khususnya di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari Pada Januari - Desember tahun 2017 yang menderita gastritis adalah sebanyak 538 orang, dengan hasil angka kejadian tertinggi di kelurahan Setiamulya dengan jumlah 129 orang (Pusat Kesehatan Masyarakat Tamansari).

Gastritis merupakan suatu peradangan atau perdarahan mukosa lambung yang dapat bersifat akut, kronis, difusi, atau lokal. (Price & Wilson, 2006). Gastritis dapat terjadi selama beberapa jam sampai beberapa hari dan sering kali disebabkan oleh diet yang tidak baik yakni dengan cara memakan makanan yang dapat mengiritasi dan sangat berbumbu atau disebut dengan makanan yang terinfeksi, yang sering terjadi disebabkan adanya kuman *Helicobacter Pylori* (Dewanto, 2012).

Resiko terjadinya gastritis pada lansia cukup tinggi yang diakibatkan karena semakin menipisnya mukosa lambung pada usia tua dan lebih rentan terinfeksi helicobacter pylori. Lanjut usia (Lansia) merupakan suatu keadaan dimana terdapat penurunan kemampuan akal fisik yang dimulai dengan hidup yang berubah. Pada dasarnya pemenuhan gizi sangat dipenting pada lansia untuk mencegah terjadinya kekurangan dan kelebihan gizi bagi lansia dan berbagai penyakit pada lansia. Secara biologis masa lanjut usia merupakan suatu masa dimana terjadinya penuaan secara terus menerus, yang ditandai dengan adanya penurunan daya tahan fisik yaitu semakin rentannya berbagai serangan penyakit yang dapat mematikan, sehingga perlu diberikan pengobatan segera (Muhith, 2016).

Rasa nyeri yang dirasakan oleh lansia umumnya terjadi karna adanya beberapa faktor sehingga dapat mengakibatkan beberapa kendala dalam penatalaksanaannya. Akibatnya penatalaksanaan yang kurang baik pada penanganan nyeri yang dialami lansia akan berdampak pada kualitas hidup dan kesehatan lansia tersebut. Umumnya tanda dan gejala yang sering dialami oleh pasien yang mengalami nyeri dapat ditilai dari respon pasien seperti pasien merintih menangis, wajah yang meringis, otot tegang dalam pergerakan tubuh, kurangnya interaksi sosial. Mengingat pada efek gastritis yang menjadikan suatu hambatan, maka berbagai upaya telah dilakukan untuk mengatasi nyeri pada gastritis, penanganan yang dapat mengurangi skala nyeri merupakan salah satu kebutuhan pasien dan merupakan suatu

kompetensi yang perawat harus miliki (Alini, 2015; Iwayan, 2016; Aisiyah, 2017).

Pengobatan gastritis meliputi terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi adalah terapi yang menggunakan obat-obatan yang menetralsir keasaman lambung sehingga dapat mengurangi produksi asam lambung seperti obat antasida, promag, dan sebagainya. Terapi non farmakologi dapat digunakan sebagai pengontrol skala nyeri pada gastritis, seperti terapi nafas dalam dan terapi relaksasi otot progresif. (Harmayetty, 2008 dalam Asminarsih, 2009). Teknik relaksasi otot progresif merupakan suatu tehnik relaksasi otot dalam dimana tidak memerlukan sugesti, imajinasi atau ketekunan (Herodes, 2010). Teknik ini cukup dilakukan dengan melakukan latihan dengan mengkombinasi relaksasi otot tertentu, serangkaian seri kontraksi dan tehnik napas dalam.

Tehnik ini memberikan banyak manfaat bagi kesehatan tubuh, diantaranya dapat menurunkan skala nyeri dengan mengurangi ketegangan otot. Jacobson berpendapat bahwa setiap ketegangan termasuk ketegangan mental didasarkan pada kontraksi otot. Peran perawat dalam melakukan terapi komplementer yaitu sebagai konselor, pendidik kesehatan, peneliti, coordinator, pemberi pelayanan langsung dan sebagai advokat. Fungsi perawat konselor sebagai tempat konsultasi, bertanya dan diskusi apabila informasi dibutuhkan klien (Widyatuti, 2008; Purwanto, dalam Alini 2015).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Meliyana (2017) menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia yakni pada

usia \leq 60 tahun terdapat 5 orang (33,3%) dan pada usia \geq 60 tahun terdapat 10 orang (66,7%). Hasil penelitian lain menunjukkan adanya penurunan tingkat nyeri setelah dilakukan tehnik relaksasi otot progresif terhadap 15 responden yang ditilai dengan kategori tingkat rasa nyeri yaitu pada 9 orang responden yang mengalami nyeri sedang setelah dilakukan tehnik relaksasi otot progresif terdapat penurunan rasa nyeri menjadi tidak nyeri pada 6 orang dan nyeri ringan 3 orang, sedangkan 6 orang yang mengalami nyeri ringan sebelum dilakukannya tehnik relaksasi otot progresif semuanya berubah menjadi tidak nyeri.

Berdasarkan hasil studi kasus yang dilakukan oleh Nurulatifah (2017) pemberian terapi tehnik relaksasi otot progresif sangat efektif untuk menurunkan skala nyeri gastritis dan rasa cemas secara mandiri yang mudah dilakukan apabila terjadinya kekambuhan pada nyeri gastritis. Teknik ini sangat efektif dalam penurunan nyeri dari nyeri sedang menjadi nyeri ringan. Ketika pnuaan dialami oleh manusia kini akan terjadi adanya masalah penurunan fisik yang dapat menimbulkan nyeri.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 25 April 2018 pada lansia yang berada diwilayah kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya yang berjumlah 11 orang, mereka mengatakan belum mengerti secara jelas mengenai mekanisme terjadinya gastritis dan juga cara penanganannya. Pada saat wawancara, didapatkan informasi bahwa mereka belum pernah melakukan tehnik relaksasi dengan melakukan tehnik relaksasi otot progresif untuk mengurangi skala nyeri gastritis, namun 4

orang lansia dalam mengatasi nyeri gastritis yakni cukup dengan diistirahatkan, 3 orang lansia mengoleskan yang dapat menghangatkan (minyak kayu putih) dibagian perut yang sakit, dan 4 orang lansia melakukan ke duanya untuk menangani nyeri gastritis yang dirasakan. Dari semua lansia yang berada diwilayah kerja Puskesmas Tamansari yang berjumlah 538 orang, wilayah terbanyak yang mengalami nyeri gastritis yaitu kelurahan Setiamulya dengan jumlah 129 orang yang mengalami gastritis dengan derajat nyeri yang berbeda-beda.

Dari latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian tentang “pengaruh tehnik relaksasi otot progresif terhadap penurunan skala nyeri gastritis pada lansia di wilayah kerja puskesmas tamansari kota tasikmalaya”.

B. Rumusan Masalah

Nyeri gastritis dapat menimbulkan efek yang merugikan bagi penderita, dengan berbagai upaya untuk menanganinya. Namun penanganan dengan cara non farmakologis selama ini masih jarang dilakukan khususnya dengan penanganan berbasis terapi komplementer (terapi relaksasi) yang salah satunya dengan dilakukannya tehnik relaksasi otot progresif. Dengan demikian berdasarkan uraian diatas maka peneliti merumuskan masalah penelitian pengaruh Tehnik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Skala Nyeri Gastritis Pada Lansia Diwilayah Kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh relaksasi otot progresif terhadap penurunan skala nyeri gastritis pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya skala nyeri penyakit gastritis pada lansia sebelum dilakukan tehnik relaksasi otot progresif di wilayah kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.
- b. Diketuainya skala nyeri penyakit gastritis pada lansia sesudah dilakukan tehnik relaksasi otot progresif di wilayah kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.
- c. Diketuainya pengaruh relaksasi otot progresif terhadap nyeri gastritis pada lansia diwilayah kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Subjek Peneliti

Diharapkan dengan informasi penelitian ini akan menjadi tambahan ilmu pengetahuan yang berhubungan dengan manajemen nyeri yang tepat sehingga lansia dapat mengatasi untuk mengurangi skala nyeri pada saat nyeri gastritis.

2. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini sebagai pengalaman, latihan, penambah pengetahuan dan wawasan bagi peneliti sejauh mana pengaruh relaksasi otot progresif terhadap skala nyeri gastritis. Serta sebagai sarana aplikasi dalam menerapkan teori yang diperoleh selama mengikuti perkuliahan dan untuk menambah pengalaman serta wawasan khususnya yang berhubungan dengan cara mengatasi nyeri saat nyeri gastritis dengan cara terapi komplementer.

3. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Diharapkan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya dapat lebih mengembangkan salah satu catur darma perguruan tinggi, yaitu pengabdian kepada masyarakat diantaranya dengan cara melakukan pelayanan kesehatan berbasis keperawatan komplementer khususnya dimasyarakat sekitar kampus secara rutin, agar masyarakat dapat merasakan manfaat dari keberadaan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya.

4. Bagi Profesi Perawat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadikan bahan informasi dan masukan bagi tenaga keperawatan untuk meningkatkan tindakan keperawatan terutama dalam pemberian asuhan keperawatan komplementer.

5. Bagi Puskesmas Tamansari

Sebagai bahan tambahan informasi bagi penderita gastritis dan informasi ini bisa bermanfaat bagi pelayanan puskesmas, serta dapat digunakan sebagai alternatif untuk salah satu cara mengurangi skala nyeri gastritis.

6. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai data dasar untuk peneliti lain yang berminat dalam menggali masalah dalam tindakan keperawatan pada sistem pencernaan.

