

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Penyakit pada sistem pencernaan merupakan penyebab paling umum terjadinya nyeri. Salah satunya penyakit gastritis atau yang biasanya di kenal dengan maag. Gastritis adalah suatu peradangan atau pendarahan pada mukosa lambung yang disebabkan oleh faktor iritasi, infeksi, dan ketidak teraturan dalam pola makan, misalnya telat makan, makan terlalu banyak, makan cepat, makan-makanan yang terlalu banyak bumbu pedas, mengkonsumsi protein tinggi, dan minum kopi terlalu berlebihan (Huzaifah, 2017).

Badan Penelitian kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO, 2018) mengadakan tinjauan terhadap beberapa Negara dunia mendapatkan hasil dari angka persentase. Beberapa Negara tersebut diantaranya Inggris 22%, China 31%, Jepang 14,5%, Kanada 35%, dan Prancis 29,5%. Insiden terjadinya gastritis di Asia Tenggara sekitar 583.635 dari jumlah penduduk setiap tahunnya.

Di Indonesia, berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 didapati bahwa prevalensi angka kejadian gastritis di berbagai wilayah Indonesia cukup tinggi mencapai 40,8%, dengan prevalensi 274.396 kasus dari populasi 238,452.952 jiwa. Berdasarkan Data Kesehatan Indonesia, gastritis adalah salah satu dari 10 penyakit rawat inap terbanyak di Indonesia, dengan total 33.580 kasus yang 60,86% terjadi pada perempuan. Di beberapa kota di Indonesia cukup tinggi yaitu 81,5% di kota Medan, Aceh 31,7%, Jakarta 50%, Bandung 32,3%, Denpasar 46%, Surabaya 31,2%, dan Pontianak 31,2% (Riskesdas, 2018). Di Jawa Barat sendiri angka kejadian penyakit gastritis di Indonesia tepatnya di provinsi Jawa Barat mencapai 31,2% dengan jumlah penduduk sebanyak 48.683.861 jiwa (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya gastritis menempati pada urutan ke-6 dalam 10 penyakit terbanyak menurut jenis penyakit di Kota Tasikmalaya tahun 2019 dengan jumlah kasus sebanyak 11.661 jiwa. Di RSUD Dr. Soekardjo Tasikmalaya penyakit gastritis menempati urutan ke 4 dari 10 penyakit terbanyak di rumah sakit (Dinkes Kota Tasikmalaya, 2019).

Gangguan pemenuhan rasa nyaman pada pasien gastritis disebabkan oleh adanya faktor dari lingkungan seperti virus dan bakteri yang dinamakan *Helicobacter pylori*. Selain hal tersebut dikarenakan mengonsumsi makanan yang sembarangan atau minuman seperti kafein serta obat-obatan (NISAD, aspirin, sulfanomida steroid, digitalis). Hal ini dapat memicu adanya penghancuran pada lapisan dinding lambung serta mengganggu pembentukan mukosa lambung. Karena adanya pengikisan atau penghancuran tersebut, dinding lambung akan menipis yang dapat menyebabkan adanya difusi asam lambung dan pepsin. Peristiwa peningkatan asam lambung akan menimbulkan adanya inflamasi atau peradangan pada mukosa lambung yang bisa menimbulkan adanya rasa panas seperti terbakar (Pebrianti, 2019).

Menurut Supetran (2018) nyeri gastritis merupakan nyeri ulu hati atau nyeri epigastrium. tanda gejala nyeri yang paling sering muncul di antaranya meringis, merintih, wajah memerah dan gelisah. Dalam manajemen nyeri salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri dapat menggunakan terapi farmakologis (obat-obatan) seperti Antasida, Histamin (H<sub>2</sub>) blocker (famotidine dan ranitidine), Inhibitor Pompa Proton (PPI) (omeprazole, lansoprazole, dan dexlansoprazole) Nonsteroid Antiinflamasi Drugs (NSAID) (aspirin dan ibuprofen) dan nonfarmakologis (terapi komplementer). Pada penyakit gastritis terapi nonfarmakologi banyak dilakukan berupa distraksi, relaksasi nafas dalam, hipnoterapi (hipnosis), terapi kompres hangat dan lain-lain. Untuk kolaborasinya biasanya akan diberikan obat untuk mengurangi nyeri jenis Analgetik dengan dosis yang ditentukan oleh dokter (Suryaningsih et al, 2019).

Menurut Aningsih (2018) teknik relaksasi nafas dalam adalah bernafas dengan perlahan menggunakan diafragma, sehingga memungkinkan abdomen terangkat perlahan dan dada mengembang penuh. Dalam teknik ini merupakan suatu bentuk asuhan keperawatan, bagaimana perawat mengajarkan cara melakukan teknik relaksasi nafas dalam, nafas lambat (menahan inspirasi secara maksimal). Karakteristik nyeri gastritis adalah nyeri ulu hati atau nyeri epigastrium, nyeri yang dirasakan oleh pasien seperti tertusuk-tusuk dengan skala nyeri sedang (4-6). Berdasarkan penelitian Nuryanti Thahir & Nurlaela (2018) menunjukkan bahwa dari 70 responden, nyeri terbanyak adalah nyeri dengan skala 4-6 (nyer sedang) sebanyak 37 (52,9%) responden dan nyeri terendah adalah nyeri dengan skala 1-3 (nyeri ringan) sebanyak 33 (47,1%) responden. Hal tersebut menunjukkan setelah pemberian relaksasi napas dalam terdapat penambahan jumlah responden yang mengalami nyeri sedang dan responden dengan nyeri ringan menjadi 33 responden. Pemberian relaksasi napas dalam dilakukan 2-3 jam setelah pemberian terapi obat sebagai pendamping atau kegiatan mandiri perawat, dari observasi respon nyeri klien yang menunjukkan perubahan respon nyeri berupa kenyamanan dan nyeri berkurang.

Tujuan relaksasi nafas dalam adalah untuk mencapai ventilasi yang lebih terkontrol dan efisien serta untuk mengurangi kerja bernafas, meningkatkan inflasi alveolar maksimal, meningkatkan relaksasi otot, menghilangkan ansietas, menyingkirkan pola aktifitas otot-otot pernafasan yang tidak berguna, tidak terkoordinasi, melambatkan frekuensi pernafasan, mengurangi udara yang terperangkap serta mengurangi kerja bernafas (Tuti Elyta, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian Utami & Kartika (2018), mengatakan bahwa tehnik relaksasi nafas dalam sangat efektif dalam membantu meringankan nyeri yang dialami pasien gastritis, oleh karena itu memudahkan dalam proses penyembuhan. Sedangkan dari hasil meriview jurnal tersebut menunjukkan bahwa setelah dilakukannya relaksasi nafas dalam menunjukkan adanya kecenderungan penurunan jumlah responden yang mengalami nyeri. Hal ini dikarenakan pemberian tehnik relaksasi dapat

memberikan perubahan signifikan pada penurunan rasa nyeri, penggunaan relaksasi juga dirasakan efektif (Erni, Zainal & Titah 2020).

Menurut ajaran Islam, semua penyakit itu ada obatnya, baik itu penyakit lahir atau penyakit batin, yang penting manusia itu mau berusaha maksimal untuk kesembuhannya, sebagaimana Firman Allah SWT dalam Al-QS As- Syu'ara [26]: 80 :

Dalam QS As- Syu'ara [26]: 80 menyebutkan:

وَإِذَا مَرَضْتُ فَبُهِتَ اللَّهُ يَسْتَفِينِ. (سورة الشعراء: 80)

Artinya: *Dan ketika aku sakit, Dialah yang menyembahkanku.* (QS. As- Syu'ara [26]: 80)

Ayat di atas mengisyaratkan bahwa Allah akan yang menyembuhkan manusia ketika dia sakit dan akan menghadirkan obatnya. Allah memiliki kekuatan untuk menyembuhkan penyakit apapun yang diderita seseorang melalui petunjuk-petunjuk ayat-ayat *ilahiyyahnya* 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 mengendahkan tubuh untuk menghadapi ketegangan dan kecemasan saat terjadi nyeri yang nantinya dapat pula menurunkan produksi asam lambung.

Hal ini diperkuat dalam ayat Al-Quran telah dibicarakan tentang nafas yang dapat menghadirkan ketenangan, sebagaimana Firman Allah SWT dalam QS At-Takwir ayat 18:

وَالصُّبْحِ إِذَا تَنَفَّسَ

Artinya: *Dan demi waktu subuh apabila fajar telah menyingsing.* (QS. At-Takwir: 18)

Ayat di atas menunjukkan bernafas yang dilakukan di pagi hari dalam penuh ketenangan dan segar, sebagaimana dilakukan pada relaksasi nafas dalam 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.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan studi deskriptif tentang Asuhan Keperawatan Pemenuhan Kebutuhan Rasa Aman Nyaman: Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Gastritis

## 1.2 Rumusan Masalah

Gastritis merupakan peradangan dari mukosa lambung yang disebabkan oleh faktor iritasi dan infeksi. Salah satu gejala penyakit gastritis yaitu 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 cara terapi nonfarmakologi seperti terapi relaksasi nafas dalam. Dengan demikian, rumusan masalah kasus ini adalah bagaimana asuhan keperawatan pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman: penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan nyeri pada pasien gastritis?

## 1.3 Tujuan Studi Kasus

### 1.3.1 Tujuan Umum

Menggambarkan asuhan keperawatan pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman: penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan nyeri pada pasien gastritis.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dibuatnya Karya Tulis Ilmiah ini agar Penulis dapat:

- 1). Mengidentifikasi pengkajian dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman: nyeri dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan nyeri pada pasien gastritis.
- 2). Mengidentifikasi diagnosa keperawatan dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman: nyeri dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan 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 dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman: nyeri dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan nyeri pada pasien gastritis.
- 5). Menyimpulkan evaluasi hasil asuhan keperawatan dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman: nyeri dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan nyeri pada pasien gastritis.

#### **1.4 Manfaat Studi Kasus**

Hasil studi kasus ini, diharapkan bermanfaat bagi :

##### **1.4.1 Masyarakat secara luas**

Studi kasus 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 pasien gastritis dengan cara penerapan terapi relaksasi nafas dalam sebagai salah satu cara untuk menurunkan 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 pasien 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 nyeri.