

BAB I PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Penyakit gastritis merupakan salah-satu penyakit gangguan sistem pencernaan. Penyakit gastritis biasa disebut dengan maag. Gastritis adalah peradangan yang mengenai mukosa lambung (Tuti Elyta, Miming Oxyandi, dan Reginta Ayu Cahyani 2022).

Menurut World Health Organization (2017) persentase insiden gastritis di seluruh dunia telah terungkap, dengan contoh data dari beberapa negara seperti Inggris (22%), Cina (31%), Jepang (14,5%), Kanada (35%), dan Prancis (29,5%). Di Asia Tenggara, jumlah penduduk yang mengalami gastritis mencapai 583.635 orang setiap tahun. Persentase kejadian gastritis yang terkonfirmasi bahwa populasi Shanghai mencapai sekitar 17,2%, yang secara signifikan lebih tinggi daripada populasi di negara-negara Barat yang berkisar sekitar 4,1%, dengan banyak kasus bersifat asimtomatik. (Zalila et al. 2023)

Menurut data Kesehatan Republik Indonesia (2018) gastritis termasuk salah satu dari sepuluh penyakit yang paling sering ditemui di rumah sakit, dengan jumlah kasus mencapai 33.580, dimana 60,86% di antaranya dialami oleh perempuan. Sementara itu, pada pasien yang menjalani perawatan rawat jalan, gastritis menempati peringkat ketujuh dengan jumlah kasus mencapai 201.083, dengan 77,74% kasus dialami oleh perempuan. (Risesdas,2018)

Di Indonesia, tingkat kejadian gastritis di beberapa wilayah cukup tinggi, dengan prevalensi mencapai 274.396 kasus dari total penduduk sebanyak 238.452.952 jiwa. Menurut data dari Departemen Kesehatan RI, penyebaran tingkat kejadian gastritis tersebut juga signifikan, mencakup Kota Jakarta (50%), Denpasar (46%), Surabaya (31,2%), Bandung (32,5%), Palembang (35,5%), Aceh (31,7%), Pontianak (31,2%), dan Medan yang memiliki tingkat kejadian gastritis tertinggi sebesar 91,6%. (Kementrian Kesehatan RI, 2018)

Menurut Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya (2019) gastritis menempati peringkat keenam dalam 10 penyakit paling umum yang terjadi di

Kota Tasikmalaya dengan jumlah kasus mencapai 11.661 orang. (Dinkes Kota Tasikmalaya, 2024). Rumah Sakit dr. Soekardjo kota Tasikmalaya merupakan rumah sakit di Jawa Barat, gastritis berada di peringkat keempat dari 10 penyakit terbanyak. Namun, pada tahun 2023, jumlah kasus gastritis menjadi 150 orang dan di Ruang Melati 3 kasus penderita gastritis ditahun 2023 mencapai 90 orang.

Penyebab penderita gastritis dengan kebiasaan mengkonsumsi makanan seperti makanan pedas, makanan tinggi lemak seperti mie instan, nugget, atau makanan cepat saji, makanan asam, makanan yang mengandung bahan tambahan seperti pengawet, pewarna, pemanis buatan, dan mengkonsumsi minuman beralkohol dan mengandung kafein seperti kopi dan teh sering menjadi faktor pemicu bagi penderita gastritis dan masalah lambung lainnya. Terlebih lagi, ketidakseimbangan dalam pola hidup dan konsumsi makanan secara tidak teratur dapat memperburuk kondisi kesehatan lambung. (Sepdianto, Abiddin, dan Kurnia 2022). Keluhan yang paling umum dirasakan pada pasien gastritis adalah nyeri pada abdomen kuadran kiri atas.

Tanda dan gejala nyeri pada pasien Gastritis bisa teramati dari perilaku mereka secara umum, seperti ekspresi suara (menangis, mendesah, menghela nafas), ekspresi wajah (menangis, menggigit bibir), gerakan tubuh (gelisah, tegang, bergerak kesana-kemari), serta interaksi sosial (menghindari komunikasi, kebingungan terhadap waktu) (Novitasari dan Aprilia 2023). Inflamasi pada lapisan perut penderita gastritis bisa menyebabkan sensasi nyeri. Sensasi ini timbul karena jaringan yang terluka menghasilkan zat kimia yang merangsang reseptor nyeri dan mengirimkan sinyal nyeri. (Fitri, Hidayat, dan Hamid 2024).

Orang yang menderita gastritis sering merasakan rasa sakit di area epigastrium, dengan tingkat keparahan yang beragam, mulai dari yang ringan hingga parah, yang dapat mengganggu kegiatan sehari-hari (Sepdianto, 2022). Jika tidak ditangani secara cepat, rasa nyeri ini dapat menyebabkan ketidaknyamanan yang mengganggu baik secara fisik maupun psikologis serta aktivitas sehari-hari.(Novitasari dan Aprilia 2023). Diagnosa keperawatan yang dapat ditegakkan dari hasil pengkajian nyeri pada pasien gastritis yaitu

nyeri akut berhubungan dengan agen cedera fisiologis (inflamasi pada mukosa lambung) (SDKI, 2018.).

Gangguan kebutuhan nyaman nyeri pada pasien gastritis terjadi karena berbagai faktor lingkungan, termasuk virus dan bakteri yang dikenal sebagai *Helicobacter pylori*. Selain itu, penyebab lainnya adalah konsumsi makanan atau minuman yang tidak sesuai, seperti kafein, serta penggunaan obat-obatan seperti NISAD, aspirin, steroid sulfonamida, dan digitalis. Semua ini dapat menyebabkan kerusakan pada lapisan dinding lambung dan mengganggu pembentukan mukosa lambung. Akibat kerusakan atau pengikisan ini, dinding lambung menjadi lebih tipis, yang memungkinkan asam lambung dan pepsin untuk difusi. Tingkat asam lambung yang meningkat dapat menyebabkan inflamasi atau peradangan pada mukosa lambung, menyebabkan sensasi panas atau terbakar. (Pebrianti, 2019).

Peran perawat salah satunya yaitu sebagai educator. Tentunya perawat sebagai peran educator harus mampu memberikan asuhan keperawatan dengan memberikan pengetahuan dan pelatihan keterampilan mengenai pengelolaan manajemen nyeri terhadap pasien gastritis. Menurut SIKI (2017) dalam manajemen nyeri tindakan yang dilakukan seorang perawat salah-satunya terdapat tindakan terapeutik dan kolaborasi. Tindakan terapeutik perawat dengan memberikan terapi non farmakologis salah-satunya dengan memberikan teknik relaksasi nafas dalam untuk mengurangi nyeri pada pasien gastritis. Tindakan kolaborasi, perawat memberikan terapi farmakologi biasanya memberikan obat antasida, histamin 2, dan obat penghambat pompa proton (yang berfungsi menurunkan asam lambung). (Paizer dan Syahfitri 2019)

Manajemen nyeri dapat dilakukan dengan terapi non farmakologis yaitu pemberian teknik relaksasi nafas dalam (Fitri, Hidayat, dan Hamid 2024). Teknik relaksasi nafas dalam merupakan teknik nafas yang lambat kemudian pasien diajarkan untuk menahan nafas pada inhalasi maksimal dan hembuskan secara perlahan untuk meningkatkan ventilasi paru. Teknik relaksasi nafas dalam dapat menurunkan konsumsi oksigen, laju pernafasan,

ketegangan otot, metabolisme, denyut jantung, dan tekanan darah (Anggraini, 2020).

Teknik relaksasi nafas dalam dapat menurunkan nyeri dengan merilekskan ketegangan otot yang menunjang nyeri (Zalila et al. 2023). Teknik relaksasi terdiri atas nafas abdomen dengan frekuensi lambat, berirama. Pasien dapat memejamkan matanya dan bernafas perlahan dengan nyaman. Teknik relaksasi nafas dalam dapat mengurangi persepsi nyeri (Nurlaela 2018). Teknik non-farmakologi lain yang digunakan untuk mengelola nyeri adalah relaksasi nafas dalam (Cynthia Puspariny 1, Diny Fellyana2 2019) Melalui tindakan relaksasi, maka rasa sakit pada bagian epigastrium dapat berkurang. (Access et al. 2020)

Hasil penelitian (Novitasari dan Aprilia 2023) pemberian teknik relaksasi napas dalam dilakukan dengan menjaga konsentrasi dengan memejamkan mata dan fokus pada area yang sakit dengan menganjurkan untuk mengulang prosedur hingga 15 kali sampai nyeri berkurang, diselingi dengan istirahat pendek setiap 5 kali dengan perkiraan waktu 30-35 setiap sesi . Pemberian relaksasi nafas dalam dapat mengurangi nyeri pada pasien gastritis. Skala nyeri merupakan intensitas nyeri yang dirasakan responden saat mengalami gastritis, diukur dengan cara menggunakan skala intensitas nyeri dari rentang 1-10 dan diukur sebelum dan sesudah intervensi lalu dikategorikan turun, tetap dan naik (Cynthia Puspariny 1, Diny Fellyana2 2019)

Hasil dari setiap penelitian mengindikasikan relaksasi nafas dalam terbukti dapat meredakan nyeri pada penderita gastritis pada penelitian ini. Pelaksanaan asuhan keperawatan sendiri selama 3 hari pada responden dengan menentukan kriteria hasil nyeri berkurang dari skala nyeri 6 (sedang) menjadi nyeri 2 (ringan) (Novitasari dan Aprilia 2023). Sejalan dengan penelitian tersebut, (Nurlaela 2018) mengungkapkan bahwa sebelum terapi napas dalam, mayoritas responden mengalami nyeri ringan dengan skala 4-7, sedangkan setelah terapi, mayoritas mengalami nyeri sedang dengan skala 4-6. Dan diperkuat dengan penelitian (Cynthia Puspariny 1, Diny Fellyana2 (2019) hasil penelitian dengan Skala nyeri pasien sebesar 4,80 sebelum terapi, dengan skala

minimum 4 dan maksimum 7, dan setelah terapi rata-rata skala nyeri adalah 2,03, dengan skala minimum 1 dan maksimum 7.

Menurut ajaran Islam, semua penyakit itu pasti ada obatnya, baik itu penyakit lahir ataupun penyakit batin, dan tentunya penting manusia itu mau berusaha maksimal untuk kesembuhannya, sebagaimana Firman Alloh 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 menyiratkan bahwa Allah memiliki kuasa untuk menyembuhkan penyakit manusia saat mereka sakit dan akan menyediakan obatnya. Allah mampu menyembuhkan segala jenis penyakit yang diderita seseorang melalui panduan yang terkandung dalam ayat-ayat ilahi atau ayat-ayat yang dapat diamati dari pengalaman dan penelitian. Salah satu contohnya adalah penggunaan relaksasi nafas dalam pada pasien gastritis yang membantu tubuh menghadapi ketegangan dan kecemasan saat mengalami nyeri, sehingga dapat mengurangi produksi asam lambung.

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

وَالصُّبْحِ إِذَا تَنَفَّسَ

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

Ayat tersebut mencerminkan proses bernafas di pagi hari dengan kedamaian dan kesegaran, mirip dengan praktik relaksasi nafas dalam yang dilakukan dengan perlahan dan teratur, sehingga memberikan rasa nyaman. Hal ini dapat memberikan manfaat besar bagi penderita gastritis dalam mengelola ketegangan dan kecemasan saat mengalami nyeri.

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 29 februari 2024 di Ruang Melati 3 di Rumah Sakit DR. Soekardjo Kota Tasikmalaya pada satu orang pasien rawat inap didapatkan keluhan yang dirasakan yaitu nyeri, nyeri dirasakan dibagian perut kiri bagian atas, kualitas nyeri seperti ditusuk-tusuk, skala nyeri 6 (sedang) nyeri tidak menyebar. Pemberian pengobatan yang dilakukan selama pengobatan di Rumah Sakit hanya menggunakan farmakologis saja dan tidak menggunakan non farmakologis. Pasien hanya diberikan farmakologis seperti obat analgesic beserta obat injeksi berupa ranitidine, ondansetron, lansoprazole untuk mengurangi nyeri pada pasien gastritis.

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik mengambil Judul tentang Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Gastritis dengan pendekatan proses asuhan keperawatan dengan tahapan pengkajian, diagnose keperawatan, implementasi, evaluasi dan dokumentasi di Rumah Sakit DR. Soekardjo Kota Tasikmalaya

I.2 Rumusan Masalah

Gastritis adalah kondisi di mana mukosa lambung mengalami peradangan akibat iritasi dan infeksi. Salah satu gejala yang umum adalah nyeri di daerah ulu hati atau epigastrium. Nyeri ini dapat menyebabkan gangguan pada kebutuhan dasar lainnya seperti gangguan aman : cemas, istirahat tidur, dan aktifitas. Untuk mencegahnya, penanganan manajemen nyeri pada pasien gastritis dilakukan melalui terapi nonfarmakologi, seperti terapi relaksasi nafas dalam. Dengan demikian, rumusan masalah ini adalah bagaimana asuhan keperawatan dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman: nyeri dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien gastritis di Rumah Sakit Dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya?

I.3 Tujuan Studi Kasus

I.3.1 Tujuan Umum

Menggambarkan asuhan keperawatan dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman: nyeri dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien gastritis di Rumah Sakit Dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya dengan pendekatan proses keperawatan.

I.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dibuatnya Karya Tulis Ilmiah ini agar Penulis dapat:

- 1). Dapat melakukan tahapan asuhan keperawatan pengkajian dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman: nyeri dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan nyeri pada pasien gastritis.
- 2). Dapat melakukan tahapan asuhan keperawatan diagnosa keperawatan dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman: nyeri dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan nyeri pada pasien gastritis.
- 3). Dapat melakukan tahapan asuhan keperawatan perencanaan keperawatan pada pasien gastritis dengan kebutuhan aman nyaman : nyeri dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam pada pasien gastritis.
- 4). Dapat melakukan tahapan asuhan keperawatan implementasi dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman: nyeri dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan nyeri pada pasien gastritis.
- 5). Dapat melakukan tahapan asuhan keperawatan evaluasi hasil asuhan keperawatan dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman: nyeri dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien gastritis.

I.4 Manfaat Studi Kasus

Hasil studi kasus ini, diharapkan bermanfaat bagi :

I.4.1 Masyarakat

Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam penerapan pemberian Teknik Relaksasi Nafas Dalam yang bertujuan untuk mengurangi nyeri pada pada pasien Gastritis sebagai terapi pendamping farmakologi.

I.4.2 Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi

Sebagai evidence based practice (EBP) nursing terapan bidang keperawatan serta menjadi pedoman yang penting untuk meningkatkan kualitas pelayanan asuhan keperawatan kepada pasien gastritis. Hal ini tercapai melalui penerapan terapi relaksasi nafas dalam sebagai salah satu metode yang digunakan.

I.4.3 Bagi Penulis

Sebagai informasi terkini dan pengalaman praktis yang dapat diterapkan untuk menerapkan temuan dari penelitian keperawatan, terutama dalam penggunaan terapi relaksasi nafas dalam untuk mengurangi nyeri selama proses perawatan.