

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gastritis merupakan peradangan yang mengenai mukosa lambung. Peradangan ini dapat mengakibatkan pembengkakan mukosa lambung sampai terlepasnya epitel yang menyebabkan gangguan saluran pencernaan (Noviariska et al., 2022). Gastritis terjadi secara perlahan dan diawali dari tahap akut hingga menjadi kronis. Meskipun umumnya tidak menyebabkan kerusakan permanen pada lambung, penderita gastritis sering mengalami kekambuhan yang menimbulkan nyeri di bagian ulu hati. Jika nyeri tersebut tidak segera ditangani, dapat berkembang menjadi esophagitis yaitu suatu peradangan yang berpotensi merusak jaringan pada kerongkongan. Kondisi ini dapat mengganggu fungsi normal kerongkongan dan menyebabkan gejala berupa kesulitan menelan (Hamdani et al., 2022)

Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO) terhadap delapan negara, ditemukan data mengenai persentase kejadian gastritis di berbagai belahan dunia. Negara dengan angka kejadian tertinggi adalah Amerika Serikat dengan persentase sebesar 47% disusul oleh India sebesar 43% serta beberapa negara lain yang juga tercatat dalam kajian ini antara lain Indonesia (40,8%), Kanada (35%), Tiongkok (31%), Prancis (29,5%), dan Inggris (22%). Prevalensi gastritis di Indonesia pada tahun 2023 sebanyak 40,8% dan mencapai prevalensi 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk. Berdasarkan Data Kesehatan Indonesia terdapat 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 201.083 kasus yang 77,74% terjadi pada Perempuan. Sedangkan berdasarkan data 3 bulan terakhir (Bulan Januari – Bulan Maret) dari Puskesmas Nogosari Kabupaten Jember terdapat 76 kasus Gastritis dari jumlah total pasien.

Gastritis terjadi karena faktor iritasi, infeksi dan biasanya terjadi pada orang-orang yang mempunyai pola makan tidak teratur misalnya telat makan, makan terlalu banyak, makan terlalu cepat, makan makanan yang terlalu banyak bumbu pedas, minum kopi terlalu berlebihan dan memakan makanan yang merangsang produksi asam lambung (Sisila et al., 2022). Kondisi ini dapat memicu peradangan dan kerusakan pada mukosa lambung. Peradangan tersebut menimbulkan nyeri di daerah epigastrium dan dapat menyebabkan nyeri akut. Nyeri yang dialami pada penderita gastritis biasanya berupa rasa sakit di bagian ulu hati atau epigastrium. Secara umum, gejala nyeri yang ditemukan meliputi suara rintihan atau tarikan napas berat; ekspresi wajah seperti menyeringai atau menggigit bibir; serta gerakan tubuh seperti kegelisahan dan ketegangan otot (Salaka et al., 2024).

Penalaksanaan nyeri gastritis dapat menggunakan terapi non-farmakologi karena terapi ini tidak hanya hemat biaya namun juga mudah dilakukan dan lebih aman serta bebas dari dampak buruk. Teknik non-farmakologi yang biasanya digunakan adalah teknik relaksasi. Teknik relaksasi merupakan salah satu intervensi keperawatan sebagai metode komplementer diantaranya yaitu teknik nafas dalam, relaksasi otot progresif, *guided imagery* dan relaksasi benson (Atha Rahma Talitha & Ambar Relawati, 2023). Terapi relaksasi Benson merupakan teknik relaksasi yang mengkombinasikan pernapasan dalam dengan kata-kata atau ungkapan yang diyakini mampu menenangkan serta mengurangi beban emosional seseorang. Terapi ini dapat memberikan efek positif terhadap kesehatan dengan membantu menurunkan tingkat nyeri (Siswana, 2024). Teknik relaksasi benson dapat menghalangi kerja hormone system saraf simpatis, dengan begitu mencegah timbulnya nyeri. Menurut benson cara ini bisa diubah misalnya tidak dengan posisi berbaring atau duduk tetapi dilakukan sambil melaksanakan gerakan jasmani (Pohan & Admaja, 2023).

Berdasarkan data diatas, penulis ingin menyusun karya tulis ilmiah yang berjudul Penerapan Teknik Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Gastritis Puskesmas Nogosari. Hal

ini bertujuan untuk menambahkan data dan menjadikan karya tulis ilmiah ini sebagai literatur baru pada kasus yang sama.

1.2 Batasan Masalah

Studi kasus ini dibatasi pada Penerapan Teknik Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Gastritis Puskesmas Nogosari

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan diatas maka rumusan masalah yang didapatkan sebagai berikut “Bagaimanakah Penerapan Teknik Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Gastritis Puskesmas Nogosari”

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Menjelaskan tentang Penerapan Teknik Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Gastritis Puskesmas Nogosari

1.4.2 Tujuan Khusus

- 1) Menggambarkan Pelaksanaan Teknik Relaksasi Benson
- 2) Mengidentifikasi Diagnosa Nyeri Akut.
- 3) Mengevaluasi Efektifitas Teknik Relaksasi Benson

1.5 Manfaat

1.5.1 Manfaat Teoritis

Sebagai referensi pada penulisan Karya Tulis Ilmiah selanjutnya yang berhubungan dengan Penerapan Teknik Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Gastritis Puskesmas Nogosari.

1.5.2 Manfaat Praktis

- 1) Bagi perawat
Membantu perawat dalam memberikan intervensi non-farmakologis yang efektif untuk mengurangi nyeri
- 2) Bagi rumah sakit
Meningkatkan kualitas layanan kesehatan dengan mengintegrasikan pendekatan psikologis dalam perawatan pasien
- 3) Bagi institusi Pendidikan
Menjadi referensi dan bahan ajar bagi mahasiswa keperawatan dan tenaga kesehatan dalam memahami serta menerapkan teknik relaksasi Benson
- 4) Bagi pasien
Untuk mendapatkan pengetahuan tentang teknik relaksasi benson dalam menurunkan nyeri pada pasien gastritis

