

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Penyakit pada sistem pencernaan merupakan penyebab paling umum terjadinya nyeri. Salah satunya penyakit gastritis atau yang biasa dikenal dengan maag. (Elyta., Oxyandi & Cahyani, 2021).

Gastritis atau biasa dikenal sebagai penyakit maag merupakan penyakit yang sering menyerang seluruh masyarakat dari semua tingkat usia maupun jenis kelamin, namun gastritis paling sering menyerang pada usia produktif. Pada usia produktif ini rentan terkena gastritis karena tingkat kesibukan serta gaya hidup yang diperhatiakn serta stres, masih banyak masyarakat yang beranggapan bahwa gastritis timbul karena telat makan (Paizer & Syahfitri, 2019).

Gastritis itu sendiri merupakan peradangan pada dinding mukosa lambung dengan tanda dan gejala nyeri. Gastritis atau sering disebut penyakit maag adalah penyakit yang sangat mengganggu aktifitas sehari-hari jika tidak ditangani akan bersifat fatal. Biasanya penyakit gastritis dapat terjadi pada orang-orang yang mempunyai pola makan yang tidak teratur dan sering memakan makanan yang memproduksi asam lambung (Sumariadi dkk, 2021).

Gejala yang paling umum dan biasanya terasa pada epigastrium atau gastrium tengah yaitu nyeri. Nyeri ini di gambarkan seperti terasa panas yang mengganggu. Sifat nyerinya cenderung kronik dan berulang. Nyeri yang timbul pada penderita gastritis dapat memberikan efek negatif pada kondisi fisiologis dan psikologisnya. Efek fisiologis diantaranya dapat menyebabkan diantaranya penurunan sistem imun atau kekebalan tubuh, secara psikologis nyeri dapat menyebabkan depresi, depresi yang dialami bisa disebabkan karena distabilitas yang mengakibatkan teganggunya aktivitas dan hubungan interpersonal. hal itu menyebabkan penurunan kualitas hidup individu (Umaroh & Sulistyanto, 2021).

Menurut badan penelitian kesehatan global yaitu World Health Organization (WHO) yang melakukan studi penelitian di 8 negara di dunia memperoleh beberapa hasil persentase kejadian penyakit maag di dunia, dimulai dari negara dengan

persentase tertinggi. penyakit maag yaitu Amerika dengan persentase mencapai 47%, kemudian disusul India dengan persentase 43%, kemudian beberapa negara lain seperti Kanada dengan persentase 35%, Perancis dengan persentase 29,5%, Inggris dengan persentase 29,5%. 22.%. %, Jepang dengan persentase 14,5%. Dan khususnya Indonesia dengan persentase 40,8% (Putri., Embrik & Pratiwi, 2023).

Angka kejadian maag di Indonesia cukup tinggi dengan prevalensi 274.396 kasus pada jumlah penduduk 238.452.952 jiwa. Berdasarkan data kesehatan di Indonesia, penyakit ini menduduki urutan ke 10 penyakit terbanyak di rumah sakit di Indonesia, diantara pasien rawat inap, penyakit maag menempati urutan keenam dengan total 33.580 kasus, dimana 60,86% diantaranya terjadi pada wanita. Di ambulans, penyakit maag menempati urutan ketujuh dengan total 201.083 kasus, dimana 77,74% diantaranya terjadi pada Wanita. (Elyta., Oxyandi & Cahyani, 2021).

Berdasarkan data laporan dari dinas kesehatan Kota Kupang penyakit gastritis menempati urutan 5 besar penyakit di puskesmas se-kota Kupang sejak tahun 2018-2021. Pada tahun 2019 kasus gastritis dilaporkan sebanyak 21.760 kasus dan pada tahun 2019 tercatat sebanyak 19.573 kemudian kasus mengalami penurunan pada tahun 2020 menjadi 14.193. pada tahun 2021 kasus gastritis kembali mengalami penurunan menjadi 7.429 kasus, memang setiap tahunnya kejadian gastritis mengalami penurunan kasus namun penyakit ini tetap dalam urutan ke 5 besar penyakit terbanyak di Kota Kupang sejak tahun 2019-2021 (Ratukore., Manurung & Tira, 2022).

Berdasarkan data dari dinas Kesehatan kota kupang penyakit gastritis di puskesmas oesapa pada tahun 2020 sejumlah 1.409 jiwa (terdapat 392 pada laki-laki, terdapat 1.017 pada perempuan), pada tahun 2021 terjadi penurunan dengan jumlah 507 jiwa (terdapat 142 pada laki-laki, terdapat 365 pada Perempuan), pada tahun 2022 terjadi peningkatan lagi penderita gastritis dengan jumlah 1.367 jiwa (terdapat 354 pada laki-laki, terdapat 1.013 pada Perempuan) namun pada tahun 2023 terjadi penurunan lagi penderita gastritis dengan jumlah 704 penderita (terdapat 198 pada laki-laki, terdapat 506 pada Perempuan).

Teknik relaksasi nafas dalam yaitu: bernafas dengan perlahan menggunakan diafragma, yang memungkinkan perut naik perlahan dan dada mengembang sempurna. Pada teknik ini merupakan salah satu bentuk keperawatan, dimana perawat mempelajari bagaimana melakukan teknik relaksasi pernafasan dalam, pernafasan lambat (menjaga inspirasi tetap maksimal) dan cara menghembuskan nafas secara perlahan, selain untuk mengurangi intensitas nyeri. Teknik relaksasi nafas dalam juga dapat meningkatkan ventilasi paru dan meningkatkan oksigenasi darah. (Elyta., Oxyandi & Cahyani, 2021).

Tujuan dari teknik relaksasi nafas dalam adalah untuk meningkatkan ventilasi alveolar, menjaga pertukaran gas, mencegah atelektasis paru, meningkatkan efektifitas batuk, menurunkan stress fisik dan emosional terutama dengan menurunkan intensitas nyeri dan menurunkan kecemasan

Dari data di atas bahwa masih banyak penderita gastritis di masyarakat. Oleh karena itu salah satu Upaya untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien gastritis yaitu dengan cara mengajarkan Teknik relaksasi napas yang merupakan cara mandiri untuk meredakan nyeri dengan merilekskan ketegangan otot yang menunjang nyeri. Oleh karena itu Teknik relaksasi lebih signifikan pada pasien gastritis untuk mengurangi rasa nyeri.

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka masalah yang muncul dalam penelitian ini adalah “Bagaimana pengaruh teknik relaksasi napas dalam dengan masalah nyeri pada pasien gastritis di wilayah kerja puskesmas”.

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Melaksanakan teknik relaksasi nafas dalam dengan masalah nyeri pada pasien gastritis.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi skala nyeri sebelum melakukan teknik relaksasi nafas dalam dengan masalah nyeri pada pasien gastritis
2. Mengidentifikasi skala nyeri setelah melakukan teknik relaksasi nafas dalam dengan masalah nyeri pada pasien gastritis
3. Menganalisis pengaruh Teknik relaksasi napas dalam dengan masalah nyeri pada pasien gastritis

1.3.3 Manfaat penelitian

1. Bagi penulis selanjutnya
Sebagai acuan referensi dan bahan pembelajaran untuk mengembangkan teori tentang teknik relaksasi nafas dalam dengan masalah nyeri
2. Bagi institusi pendidikan kesehatan
Sebagai acuan bahan pembelajaran dan pengembangan teori tentang teknik relaksasi nafas dalam dengan masalah nyeri pada pasien gastritis
3. Bagi puskesmas
Sebagai acuan referensi untuk meningkatkan terapi teknik relaksasi napas dalam dengan masalah nyeri pada pasien gastritis.