

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Gastritis merupakan salah satu penyakit yang banyak dijumpai di ruangan rawat penyakit dalam dan merupakan salah satu penyakit yang banyak di keluhkan oleh masyarakat, baik remaja maupun orang dewasa (Suwindri *et al.*, 2021). Perdarahan atau peradangan pada mukosa lambung disebut gastritis. Penyakit ini dapat bersifat akut, kronis, atau terlokalisasi. Peradangan pada gastritis dapat menyebabkan pembengkakan pada lambung, yang berkontribusi terhadap terjadinya inflamasi (Amarullah *et al.*, 2022). Gastritis merupakan kondisi peradangan dan pembengkakan pada lambung yang dapat bersifat akut maupun kronis yang dapat menyebabkan nyeri pada ulu hati atau nyeri epigastrum (Saputra & Tamzil, 2020).

Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO), angka kejadian gastritis di dunia mencapai sekitar 1,8-2,1 juta dari jumlah penduduk per tahun, sedangkan angka kejadian gastritis di Asia Tenggara sekitar 583.635 dari jumlah penduduk pertahun (World Health Organization, 2019). Menurut *Burden of Gastroduodenal Diseases* (2020), penyakit gastrointestinal menyebabkan lebih dari 8 juta kematian pertahun di seluruh dunia.

Kasus gastritis di Indonesia menurut WHO tahun 2019 adalah 40,8% dan mencapai prevalensi 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk di Indonesia. Dari data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2018 mencatat bahwa penyakit gastritis merupakan sepuluh penyakit terbanyak di Indonesia, yaitu pada pasien rawat inap gastritis terdapat pada posisi keenam dengan jumlah penderita gastritis sebesar 33.580 sebagian besar terjadi pada perempuan yaitu terdapat kasus 60,86% penderita gastritis. Pada pasien rawat jalan terdapat kasus gastritis berada pada posisi ketujuh dengan

jumlah kasus 201.083 kasus yang 77,74 % terjadi pada perempuan (Kemenkes RI, 2019).

Dalam laporan prevalensi penyakit terbanyak rawat inap dan rawat jalan di RSUD dan Puskesmas DKI Jakarta didapatkan data bahwa gastritis menempati urutan ke3 dari 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat jalan dan rawat inap di seluruh Puskesmas dan RSUD DKI Jakarta pada tahun 2020 yaitu sebesar 486.780 kasus rawat jalan dan 5.852 kasus rawat inap (Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta, 2020). RS Bhayangkara Tk.1 Pusdokkes Polri merupakan salah satu rumah sakit yang berada di daerah Jakarta. Rekap data pada bulan Januari sampai Desember 2024, kunjungan pasien dengan gastritis di IGD RS Bhayangkara TK. 1 Pusdokkes Polri adalah sebanyak 561 kasus (Data Gastritis di RS Pusdokkes Polri, 2024).

Gejala yang paling umum dari gastritis yaitu terasa nyeri pada epigastrium atau gastrium tengah. 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. Kondisi kegawatan pada nyeri gastritis terjadi ketika peradangan pada dinding lambung menimbulkan nyeri epigastrium hebat yang disertai gejala sistemik seperti mual, muntah berulang, perut kembung, dan kadang muntah darah (hematemesis) atau tinja berwarna hitam (melena) akibat perdarahan saluran cerna. Pada situasi ini, pasien dapat mengalami penurunan tekanan darah, takikardi, pucat, dan tanda-tanda syok hipovolemik jika kehilangan darah cukup banyak. Rasa nyeri yang menusuk atau terbakar di ulu hati biasanya makin berat saat perut kosong atau setelah konsumsi makanan iritatif seperti pedas, asam, dan kafein. Kondisi ini membutuhkan penanganan segera di unit gawat darurat untuk menstabilkan kondisi pasien, mengurangi nyeri, dan mencegah komplikasi seperti perforasi lambung atau perdarahan masif. (Umaroh & Sulistyanto, 2021).

Secara fisiologis, nyeri pada kondisi gastritis yang berulang dapat melemahkan sistem kekebalan tubuh, meningkatkan sekresi asam lambung, serta menyebabkan ketegangan otot di area perut (Novitayanti, 2023). Peningkatan kadar hormon stres seperti kortisol juga dapat terjadi, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap gangguan metabolisme dan keseimbangan tubuh (Fajriyah & Dermawan, 2022). Sedangkan Dari sisi psikologis, penderita gastritis sering mengalami kecemasan dan stres akibat ketidaknyamanan (Suwindri *et al.*, 2021).

Nyeri akibat gastritis umumnya dapat ditangani dengan terapi farmakologis seperti antasida, inhibitor pompa proton (PPI), atau antihistamin H2 untuk mengurangi produksi asam lambung. Namun, selain pendekatan farmakologis, terapi non-farmakologis juga dapat digunakan sebagai metode komplementer untuk mengurangi nyeri (Mohiuddin, 2019). Salah satu terapi non-farmakologis yang efektif adalah terapi relaksasi autogenik. Relaksasi autogenik merupakan metode relaksasi yang berasal dari diri sendiri, menggunakan kata, kalimat singkat, atau pikiran tertentu yang dapat menenangkan pikiran. Terapi ini bertujuan untuk membantu klien yang mengalami ketegangan atau stres baik fisik maupun psikologis dengan tingkat ringan hingga sedang, melalui latihan pengendalian pikiran, menjaga posisi tubuh tetap rileks, serta mengatur pola pernapasan (Djunaid & Sukma, 2023).

Berdasarkan penelitian Harliani (2022) penerapan terapi relaksasi autogenik dalam asuhan keperawatan pada pasien dengan gastritis terbukti efektif menurunkan tingkat nyeri melalui mekanisme pengendalian respon fisiologis tubuh terhadap stres dan ketegangan otot. Dalam penelitian ini, pasien dilatih untuk memfokuskan perhatian pada sensasi hangat dan berat pada bagian tubuh tertentu, sehingga terjadi stimulasi relaksasi yang menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis. Hasilnya, pasien mengalami penurunan intensitas nyeri epigastrik, penurunan keluhan kembung dan rasa terbakar, serta peningkatan kenyamanan secara keseluruhan. Pendekatan ini sesuai dengan prinsip

evidence-based practice, di mana intervensi nonfarmakologis seperti relaksasi autogenik dapat melengkapi terapi medis untuk mempercepat pemulihan dan meningkatkan kualitas hidup pasien dengan gastritis.

Relaksasi autogenik berfokus pada auto sugesti dan latihan pernapasan untuk menciptakan ketenangan fisik serta mental. Teknik ini membantu menurunkan stres dan ketegangan otot yang sering kali memperburuk gejala gastritis (Surasta *et al.*, 2020). Relaksasi autogenik dapat membantu pasien dengan berbagai kondisi nyeri kronis, termasuk nyeri akibat gangguan pencernaan seperti gastritis, dengan cara menurunkan aktivitas sistem saraf simpatik dan meningkatkan relaksasi tubuh (Peper & Williams, 2019).

Penelitian terbaru oleh Ayuningsih *et al.* (2024) menunjukkan bahwa intervensi relaksasi autogenik efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien gastritis yang dirawat di Puskesmas. Hasil uji non-parametrik *repeated measure* secara umum didapatkan $p\text{-value} < .001$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan signifikan antara sebelum (*pre test*), maupun sesudah setiap kali setelah diberikan intervensi (Post test ke 1-2-3).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Surasta *et al.* (2020) juga menunjukkan hal yang serupa. Dari 21 responden rata-rata nilai keluhan gastritis sebelum perlakuan adalah 1,77 sedangkan rata-rata nilai keluhan gastritis responden setelah perlakuan adalah 1,53. Uji beda berpasangan (*Paired T-test*) menunjukkan nilai sebesar 0,002 ($p>0,05$) dimana dapat dikatakan terdapat perbedaan yang bermakna keluhan gastritis sebelum dan setelah diberikan relaksasi autogenik.

Peran perawat dalam penanganan nyeri pada pasien gastritis sangatlah penting, khususnya dalam pemberian asuhan keperawatan yang komprehensif. Nyeri pada pasien gastritis dapat menyebabkan gangguan kenyamanan yang signifikan. Oleh karena itu, intervensi keperawatan yang tidak hanya

mengandalkan terapi farmakologis menjadi sangat dibutuhkan. Salah satu intervensi efektif yang dapat diterapkan adalah terapi relaksasi autogenik (Peper & Williams, 2019).

Peran perawat sebagai *care provider* dan edukator sangat penting dalam membantu pasien mengelola nyeri gastritis melalui terapi relaksasi autogenik. Sebagai *care provider*, perawat bertanggung jawab dalam memberikan bimbingan langsung selama proses relaksasi untuk memastikan teknik dilakukan dengan benar serta memantau respons pasien terhadap terapi. Selain itu, sebagai edukator, perawat berperan dalam memberikan informasi yang jelas dan edukasi mengenai manfaat serta langkah-langkah terapi relaksasi autogenik, sehingga pasien dapat melanjutkan praktik tersebut secara mandiri. Pendekatan ini tidak hanya membantu menurunkan intensitas nyeri tetapi juga meningkatkan kemampuan pasien dalam mengontrol gejala gastritis secara mandiri (Panggabean, 2019).

RS Bhayangkara Tk.1 Pusdokkes Polri Sebagai salah satu fasilitas kesehatan strategis yang melayani anggota Polri dan masyarakat umum memiliki peran vital dalam memberikan pelayanan keperawatan holistik dan berbasis bukti ilmiah. Dengan menerapkan terapi relaksasi autogenik dalam asuhan keperawatan, diharapkan pengelolaan nyeri pada pasien gastritis dapat dilakukan secara lebih efektif.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu : “Bagaimana Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gastritis Dengan Penerapan Terapi Relaksasi Autogenik Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri di RS Bhayangkara Tk.1 Pusdokkes Polri?”.

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Penulisan Karya Ilmiah ini adalah untuk menerapkan atau mengaplikasian “Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gastritis Dengan Penerapan Terapi Relaksasi Autogenik Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri di RS Bhayangkara Tk.1 Pusdokkes Polri”.

2. Tujuan Khusus

- a. Teridentifikasinya pengkajian pada pasien Gastritis dengan masalah nyeri akut di RS Bhayangkara Tk.1 Pusdokkes Polri.
- b. Teridentifikasinya diagnosis keperawatan pada pasien Gastritis dengan masalah nyeri akut di RS Bhayangkara Tk.1 Pusdokkes Polri.
- c. Tersusunnya perencanaan keperawatan pada pasien Gastritis dengan masalah nyeri akut di RS Bhayangkara Tk.1 Pusdokkes Polri.
- d. Terlaksananya implementasi keperawatan pada pasien Gastritis dengan masalah nyeri akut di RS Bhayangkara Tk.1 Pusdokkes Polri.
- e. Teridentifikasinya evaluasi keperawatan pada pasien Gastritis dengan masalah nyeri akut di RS Bhayangkara Tk.1 Pusdokkes Polri.
- f. Teridentifikasinya faktor pendukung dan penghambat keperawatan pada pasien Gastritis dengan masalah nyeri akut di RS Bhayangkara Tk.1 Pusdokkes Polri.

C. Manfaat Penulisan

1. Untuk Penulis

Karya ini dapat menjadi sarana pengembangan pengetahuan dan keterampilan dalam penelitian serta penerapan asuhan keperawatan berbasis terapi relaksasi autogenik untuk pasien gastritis. Pengalaman penelitian ini juga memberikan nilai tambah dalam mendukung kemampuan kritis dan profesionalisme di bidang keperawatan.

2. Untuk RS Bhayangkara Tk.1 Pusdokkes Polri

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam peningkatan kualitas pelayanan keperawatan berbasis terapi non-farmakologis, khususnya dalam manajemen nyeri pasien gastritis, sehingga dapat meningkatkan mutu pelayanan kesehatan secara holistik.

3. Untuk Institusi Pendidikan

Karya ini diharapkan dapat memberikan tambahan literatur ilmiah yang dapat dijadikan rujukan dalam proses pembelajaran terkait manajemen nyeri dan pengembangan terapi keperawatan berbasis bukti.

4. Untuk Profesi Keperawatan

Karya ini diharapkan dapat memperkaya wawasan tentang penerapan terapi relaksasi autogenik sebagai salah satu intervensi yang efektif dan dapat diimplementasikan dalam berbagai praktik klinis untuk memberikan asuhan yang lebih komprehensif kepada pasien