

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mendefinisikan lansia sebagai seseorang yang berusia 60 tahun atau lebih (Kementerian Kesehatan, 2019). Penyakit, khususnya penyakit degeneratif, lebih umum terjadi pada lansia dibandingkan generasi muda. Salah satu contoh penyakit degeneratif adalah gastritis, yang ditandai dengan perjalanan gejala yang berkepanjangan dan pengaruh yang besar terhadap kemampuan seseorang untuk bekerja dan menikmati hidup. Kutipan: Nisak R, Maimunah S (2018).

Masalah utama di seluruh dunia saat ini adalah meningkatnya populasi orang dewasa di atas 65 tahun. Di seluruh dunia, terdapat 901 juta lansia pada tahun 2015, menurut World Population Prospect: The 2015-2019 Regions. Angka ini diperkirakan akan meningkat hampir 56%, mencapai 1,4 miliar, antara tahun 2015 dan 2030 (Amerika Serikat, 2015). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, sekitar 142 juta orang, atau 8% dari total populasi, dianggap lanjut usia di Asia Tenggara. Populasi lanjut usia diprediksi akan meningkat tiga kali lipat pada tahun 2050. Pada tahun 2000, terdapat hampir 5.300.000 lansia, atau 7,4 persen dari populasi. Pada tahun 2010, angka tersebut mencapai 24.000.000, atau 9,77%. Proyeksi peningkatan menjadi 28.800.000 (11,34%) pada tahun 2020 didasarkan pada proyeksi saat ini. Dengan usia median 28 tahun, 22,6 juta lansia di Indonesia merupakan 8,75% dari populasi pada tahun 2016. Dengan usia median 32 tahun, angka ini diproyeksikan meningkat menjadi 41 juta pada tahun 2030, yang mencakup 13,82 persen dari populasi (Badan Pusat Statistik, 2016).

Kementerian Kesehatan Indonesia melaporkan bahwa negara ini memasuki era keemasan penuaan penduduk, yang ditandai dengan meningkatnya harapan hidup dan peningkatan proporsi penduduk berusia di atas 65 tahun. Populasi

Indonesia yang berusia 65 tahun ke atas diproyeksikan mencapai 48,2 juta (15,77%) pada tahun 2035, naik dari 18 juta (7,56%) pada tahun 2010 dan 25,9 juta (9,7%) pada tahun 2019. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019), jumlah lansia di Kota Padang, kota terpadat di Sumatera Barat, meningkat dari 68.509 pada tahun 2019 menjadi 93.055 pada tahun 2020. Peningkatan pengetahuan, perawatan kesehatan yang lebih baik, dan kemajuan sosial ekonomi semuanya berkontribusi pada peningkatan harapan hidup, yang pada gilirannya menyebabkan penuaan penduduk di Indonesia (Indonesia, 2018).

Peradangan pada lapisan lambung dikenal sebagai gastritis. Edema mukosa lambung dan pelepasan epitel, yang disebabkan oleh peradangan, dapat mengakibatkan masalah pencernaan. Peradangan di lambung terjadi akibat pemisahan epitel. Sakit perut, yang mungkin cukup tidak nyaman, adalah salah satu gejala gastritis. Pada gastritis, peradangan lapisan lambung dapat menyebabkan ketidaknyamanan. Karena persepsi nyeri setiap orang berbeda, tidak ada dua orang yang akan merasakan jenis nyeri yang sama dengan cara yang sama, dan tidak ada dua orang yang akan bereaksi dengan cara yang sama terhadap jenis nyeri yang sama. (Bare dan Smeltzer, 2020).

Penderita gastritis mengalami perasaan tidak nyaman di lambung. Selain memengaruhi tingkat kenyamanan seseorang, nyeri dapat memiliki efek fisiologis pada tubuh (Volkers, 2019). Peradangan dapat menyebabkan kerusakan fisiologis, yang pada gilirannya menyebabkan nyeri. Peningkatan asam lambung dapat memicu peradangan mukosa lambung, yang pada gilirannya dapat menyebabkan tukak lambung. Ketika lambung menghasilkan terlalu banyak asam, hal itu dapat menyebabkan peradangan mukosa lambung, suatu kondisi yang dikenal sebagai gastritis (Dadu, 2020). Lendir lambung kental dan melindungi lapisan mukosa dari kerusakan. Menurut Sinapoy dkk. (2021), lambung dapat mengalami ketidaknyamanan akibat kehilangan lendir.

Di Inggris Raya (22% dari populasi), Tiongkok (31% dari populasi), Jepang (14,5%), Kanada (35% dari populasi), dan Prancis (29,5% dari populasi), gastritis diperkirakan menyerang 1,8-2,1 juta orang setiap tahunnya, menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Sekitar 583.635 orang di Asia Tenggara mengalaminya setiap tahun. Meskipun sebagian besar orang tidak terlalu memikirkan gastritis, ini sebenarnya merupakan tanda pertama dari kondisi yang mungkin menyebabkan ketidaknyamanan yang signifikan di kemudian hari. Organisasi Kesehatan Dunia melaporkan bahwa gastritis terjadi pada 40,8% populasi di Indonesia. Di Provinsi Lampung, jumlah kasus gastritis mencapai 51.962 pada tahun 2013 dan meningkat menjadi 160.318 pada tahun 2018 (RISKESDAS, 2018), menjadikannya salah satu daerah dengan prevalensi gastritis tertinggi di negara ini.

Jumlah pasien gastritis yang mengunjungi Dinas Kesehatan Kabupaten Lampung Utara (DINKES) meningkat setiap tahun; pada tahun 2019 terdapat 4.314 kasus, pada tahun 2020 terdapat 15.487 kasus, dan pada tahun 2021 terdapat 10.693 kasus (Dinkes Lampung Utara, 2022). Kasus gastritis berjumlah 4.592 pada tahun 2019, 1.229 pada tahun 2020, dan 5.491 pada tahun 2021, menurut data yang diterima dari Puskesmas Kotabumi II (Puskesmas Kotabumi II, 2022). Gastritis menyerang antara 1,8 dan 2,1 juta orang setiap tahunnya di seluruh dunia. Dengan 274.396 kasus, gastritis merupakan sebagian kecil dari total kasus di Indonesia (Lentera dkk., 2021). Dari total 238.452.952 kasus gastritis di Indonesia, 274.396 di antaranya terjadi pada lansia (Maulidya, 2018).

Penderita gastritis semakin banyak yang mendatangi Puskokkes Polri, Puskokkes Bhayangkara Kelas 1, dalam beberapa tahun terakhir. Kasus gastritis meningkat dari 587 pada tahun 2022 menjadi 639 pada tahun 2023 dan 709 pada tahun 2024. Sementara itu, dilaporkan 97 kasus gastritis pada tahun 2023, 159 pada tahun 2023, dan 205 pada tahun 2024 di kalangan lansia.

Rasa tidak nyaman di area pusar merupakan ciri khas gastritis, yaitu peradangan pada lapisan lambung. Menurut Restyka (2023), gastritis dapat berlangsung bertahun-tahun tanpa pengobatan dan menyebabkan masalah besar seperti tukak lambung dan bahkan kematian. Lidah mati rasa, sakit kepala, mual, kembung, sakit perut, dan nyeri di daerah epigastrik semuanya merupakan tanda-tanda gastritis (Dadu, 2020). Salah satu alasannya adalah orang cenderung khawatir kapan mereka akan makan lagi saat perut mereka kosong, yang membuat mereka merasa lapar lebih lama dari yang sebenarnya (Santika, 2019). Jika tidak diobati, ketidaknyamanan perut yang parah dapat melemahkan dan bahkan mematikan, menyebabkan tukak lambung atau bahkan kanker jika tidak dideteksi cukup dini. Lansia membutuhkan perawatan menyeluruh untuk masalah nyeri gastritis akut. Untuk menghindari nyeri akut, perawat menggunakan teknik ini, yang meliputi penilaian, diagnosis, pengobatan, implementasi, dan evaluasi. Mengenai langkah-langkah untuk menjamin kepatuhan, seperti pemantauan nyeri menggunakan PQRST. Terapi obat, dalam bentuk pemberian analgesik, dan terapi non-farmakologis, seperti metode relaksasi, keduanya dapat membantu mengurangi nyeri dan gejala lainnya.

Pengobatan farmakologis sering digunakan dalam strategi manajemen nyeri untuk lansia. Namun demikian, kesehatan mereka mungkin terpengaruh secara negatif oleh penggunaan obat yang berlebihan. Penggunaan obat saja tidak akan meredakan gejala atau menyembuhkan masalah; perubahan nutrisi, kebersihan tidur, dan penanganan masalah psikologis yang mendasarinya sangat diperlukan. Untuk meredakan nyeri dan meningkatkan kenyamanan pada lansia, perlu ditemukan pengobatan non-farmakologis yang efektif dan aman. Teknik Relaksasi Benson adalah salah satu metode yang sesuai dengan deskripsi ini. Salah satu jenis perawatan relaksasi yang mencakup tradisi keagamaan adalah perawatan Relaksasi Benson. Lansia seringkali lebih dekat secara spiritual dengan Tuhan sekitar waktu ini. Akibatnya, mereka mengatasi masalah ini dengan menggunakan metode relaksasi yang sesuai, yang

meningkatkan spiritualitas mereka dan membawa mereka lebih dekat kepada Tuhan. Oleh karena itu, ini adalah metode relaksasi yang tepat untuk mengatasi nyeri (Rahman dkk., 2019).

Menurut Whitney dan Whitney (2018), metode Relaksasi Benson dengan latihan pernapasan mengurangi konsumsi oksigen dan ketegangan otot, yang mengarah pada keadaan tenang dan damai. Kecemasan dan ketegangan dapat dikelola dengan lebih baik dengan bantuan teknik relaksasi Benson, yang juga dapat membantu pencegahan dan peredaan nyeri. Karena relaksasi Benson dapat mengurangi aktivitas saraf simpatik, diyakini bahwa teknik ini dapat mengurangi nyeri epigastrik dan dapat membantu penderita gastritis mengelola ketidaknyamanan mereka dalam jangka pendek (Thahir, 2018).

Dalam hal memberikan perawatan keperawatan, baik melalui intervensi individu maupun kelompok, perawat memainkan peran kunci. Teknik-teknik seperti panduan antisipatif, imajinasi terbimbing, relaksasi, akupunktur, biofeedback, stimulasi kulit, akupresur, dan psikoterapi semuanya merupakan alternatif yang layak untuk obat pereda nyeri farmasi (Smeltzer & Bare, 2020).

Sejumlah besar pasien lanjut usia, terutama mereka yang menderita kondisi degeneratif termasuk nyeri kronis, mengunjungi Rumah Sakit Bhayangkara Kelas I Puskokes Polri karena statusnya sebagai pusat layanan kesehatan rujukan nasional. Upaya untuk meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup pasien geriatri sangat bergantung pada perawat yang memberikan perawatan keperawatan komprehensif, yang mencakup terapi Benson sebagai intervensi.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk mengangkat judul: **“Asuhan Keperawatan Lansia Dengan Gangguan Rasa Nyaman Nyeri Pada Gastritis Melalui Intervensi Penerapan Terapi Benson Di RS Bhayangkara TK I Puskokes Polri”**.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini bertujuan untuk menerapkan asuhan keperawatan lansia dengan nyeri gastritis melalui intervensi penerapan terapi relaksasi bernson di RS Bhayangkara TK 1 Puskokkes Polri.

2. Tujuan Khusus

- a. Identifikasi temuan evaluasi keperawatan untuk pasien lanjut usia dengan ketidaknyamanan gastritis di Rumah Sakit Bhayangkara, Kelas I, Puskokkes Polri.
- b. Menentukan diagnosis keperawatan yang tepat untuk nyeri gastritis pada pasien lanjut usia di Rumah Sakit Bhayangkara, Kelas I, Puskokkes Polri.
- c. Membuat strategi intervensi perawatan keperawatan untuk mengurangi nyeri gastritis pada pasien lanjut usia di Rumah Sakit Bhayangkara, Kelas I, Puskokkes Polri dengan menggunakan Terapi Relaksasi Benson.
- d. Di Rumah Sakit Bhayangkara, Kelas I, Puskokkes Polri, Terapi Relaksasi Benson digunakan untuk mengurangi ketidaknyamanan gastritis pada lansia.
- e. Identifikasi temuan penilaian untuk penggunaan Terapi Relaksasi Benson untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan kenyamanan pada pasien lanjut usia yang mengalami nyeri gastritis di Rumah Sakit Bhayangkara, Kelas I, Puskokkes Polri.
- f. Mengenali elemen yang membantu, variabel yang menghambat, dan alternatif potensial untuk pendekatan pemecahan masalah saat ini.

C. Manfaat Penelitian

1. Bagi Mahasiswa

Tujuan dari studi ilmiah ini adalah untuk meningkatkan pemahaman, menginspirasi penulis masa depan, dan menumbuhkan keterampilan analitis yang lebih baik.

2. Bagi RS Bhayangkara TK 1 Pusdokes Polri

Tujuan dokumen ini adalah untuk memberikan kerangka kerja kepada perawat di Rumah Sakit Bhayangkara, Lantai 1, Pusat Medis Kepolisian Nasional untuk menawarkan pereda nyeri non-farmakologis kepada pasien lansia menggunakan terapi relaksasi Benson.

3. Bagi Universitas MH Thamrin

Untuk melengkapi literatur yang ada tentang topik pereda nyeri non-farmakologis untuk lansia, yaitu terapi relaksasi Benson, artikel ini menyertakan referensi yang relevan. Sumber daya pendidikan yang ditawarkan oleh Universitas MH Thamrin akan berkualitas lebih tinggi sebagai hasil dari peningkatan pemahaman ini.

4. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan informasi baru tentang penggunaan terapi non-farmakologis dalam keperawatan, khususnya di bidang keperawatan gerontologi, untuk mengurangi rasa sakit dan penderitaan di ruang perawatan pasien lansia.