

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gastritis akut merupakan suatu peradangan parah yang terjadi di permukaan mukosa lambung, gastritis akut terjadi disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat, serta penggunaan obat-obatan anti inflamasi nonsteroid, konsumsi alkohol, dan merokok (Dede & Aziz, 2021). Gastritis akut penyakit yang umum terjadi di Indonesia (Maidartati et al., 2021). Karakteristik dari peradangan ini antara lain anoreksia rasa penuh atau tidak nyaman pada epigastrium, mual, dan muntah. Peradangan lokal pada mukosa lambung ini akan berkembang bila mekanisme protektif mukosa dipenuhi dengan bakteri atau bahan iritan lainnya (Putra & Wardhani, 2023).

Kasus gastritis menunjukkan angka yang cukup tinggi diberbagai negara. Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2024 persentase penyakit gastritis di beberapa negara yaitu, 69% di Afrika, 78% di Amerika Selatan, dan 51% di Asia. Kejadian penyakit gastritis didunia mencapai 1.8 juta hingga 2.1 juta penduduk setiap tahunnya. Sedangkan kejadian gastritis di Asia Tenggara sekitar 583.635 dari jumlah penduduk setiap tahunnya (Andari et al., 2025). Menurut SKI 2023, persentase angka kejadian gastritis di Indonesia adalah 40.8% dan mencapai prevalensi 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk di beberapa daerah di Indonesia.

Data profil kesehatan Indonesia pada tahun 2023 juga mencatat bahwa terdapat 30.154 kasus gastritis dan masuk sebagai sepuluh besar penyakit terbanyak pada klien rawat inap di rumah sakit Indonesia (Desa, 2022). Kota yang memiliki catatan penyakit gastritis paling banyak di Indonesia adalah kota Medan yang mencapai angka 91.6%, kemudian di beberapa kota lainnya seperti Jakarta 50%, Palembang 35.35%, Bandung 32.5%, Surabaya 31.2%, Denpasar 46%, Aceh 31.7%, dan Pontianak 31.2% (Handayani & Thomy, 2022). Berdasarkan dari laporan dinas kesehatan Provinsi Lampung tahun 2023, gastritis berada pada posisi ke-7 dari daftar 10 penyakit terbanyak di Indonesia yaitu sekitar 86.874 kasus (10.94%) (Dinkes Provinsi Lampung, 2023).

Dampak yang terjadi pada pasien gastritis salah satunya adalah nyeri. Nyeri merupakan suatu keadaan yang mempengaruhi seseorang, dan ekstensinya diketahui bila seseorang mengalami nyeri. Nyeri yang dirasakan pada gastritis adalah nyeri ulu hati atau nyeri epigastrium. Secara umum tanda dan gejala yang sering terjadi pada pasien nyeri misalnya, suara (menangis, merintih, hembusan nafas), ekspresi wajah (meringis, mengigit bibir), pergerakan tubuh (gelisah, otot tegang) (Dede & Aziz, 2021). Masalah keperawatan yang muncul pada pasien gastritis adalah nyeri akut, mual, muntah dan risiko defisit nutrisi (SDKI, 2017).

Upaya yang dapat dilakukan perawat dalam penatalaksanaan pasien gastritis yang mengalami nyeri adalah dengan melakukan tindakan mandiri berupa manajemen nyeri (Irianty et al., 2020). Dalam hal ini perawat perlu menjelaskan penyebab, periode dan pemicu nyeri, menjelaskan strategi meredakan nyeri, mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi,

kualitas dan intensitas nyeri, mengidentifikasi skala nyeri, mengobservasi Tanda-Tanda Vital, mengidentifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri, memberikan teknik non farmakologis untuk mengurangi rasa nyeri, mempertimbangkan jenis dan sumber nyeri dalam pemilihan strategi meredakan nyeri, dan berkolaborasi dalam pemberian analgesik (Malinda & Wulandari, 2022).

Pengobatan non farmakologi yang banyak digunakan untuk meredakan nyeri akibat gastritis salah satunya adalah dengan terapi relaksasi otot progresif. Latihan relaksasi otot progresif dapat memberikan pemijatan halus pada berbagai kelenjer kelenjer pada tubuh, menurunkan produksi kortisol dalam darah, mengembalikan pengeluaran hormon yang secukupnya sehingga memberi keseimbangan emosi dan ketenangan pikiran (Jamini, 2022). Menurut Watung & Langingi (2023), teknik relaksasi progresif dalam menurunkan nyeri gastritis adalah melalui pengaktifan system saraf parasimpatis secara sadar untuk melawan efek negative yang ditimbulkan di lambung oleh kerja system saraf simpatis pada saat stress. Menurut Ayesha et al (2024), Relaksasi otot progresif dapat merasakan nyerinya berkurang, karena gerakan-gerakan yang telah diberikan secara perlahan membantu merilekskan sinap-sinap saraf baik yang simpatis maupun yang parasimpatis.

Penelitian yang dilakukan oleh Jamini (2022) teknik relaksasi progresif dalam penurunan nyeri pasien gastritis akut dengan hasil dari 25 responden tingkat nyeri pada pasien gastritis akut sebelum pemberian teknik relaksasi progresif mengalami penurunan sampai 45%. Penelitian yang dilakukan oleh Ulwani et al (2024) tentang efektifitas penggunaan

teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan tingkat nyeri pasien gastritis yang dilakukan selama 3 hari sebelum dilakukan teknik relaksasi otot progresif 12 orang (100%) mengalami nyeri, setelah diberikan teknik relaksasi otot progresif pasien yang mengalami nyeri gastritis sebanyak 3 orang (25%), hasil test statistik menunjukkan hasil uji wilcoxon diperoleh nilai sig. 0,002 ($p < 0,05$) yang artinya teknik relaksasi otot progresif sangat efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pasien gastritis. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Richard & Sari (2020) tentang pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan nyeri epigastrium pada pasien gastritis, hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap nilai skala nyeri sebelum dan sesudah perlakuan dengan p value 0,000 ($p < 0,05$).

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis didapatkan hasil bahwa penanganan pasien nyeri akibat gastritis di RS Mardi Waluyo diberikan terapi farmakologi untuk menurunkan skala nyerinya dan tidak di kombinasikan dengan terapi non farmakologi dalam proses mempercepat penurunan skala nyeri yang dialami oleh penderita gastritis. Fenomena tersebut membuat penulis tertarik untuk menerapkan intervensi terapi non farmakologi relaksasi otot progresif terhadap penurunan skala nyeri pasien gastritis di RS Mardi Waluyo Metro.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan rumusan masalah yaitu “Bagaimana gambaran implementasi terapi relaksasi otot progresif terhadap perubahan nyeri pasien gastritis di RS Mardi Waluyo Metro?”

C. Tujuan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran implementasi terapi relaksasi otot progresif terhadap perubahan nyeri pasien gastritis di RS Mardi Waluyo Metro.

STIKES BETHESDA YAKKUM