

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Gastritis merupakan peradangan yang mengenai mukosa lambung. Gastritis akan sangat mengganggu aktivitas sehari-hari, baik bagi remaja maupun orang dewasa. Gastritis merupakan peradangan (inflamasi) dari mukosa lambung yang disebabkan oleh faktor iritasi dan infeksi. Gastritis dapat terjadi tiba-tiba atau secara bertahap. Kebanyakan kasus gastritis tidak secara permanen merusak 2 lapisan perut tetapi seseorang yang menderita gastritis sering mengalami serangan kekambuhan yang mengakibatkan nyeri di ulu hati (Tuti, 2022). Faktor penyebab gastritis akut dan gastritis kronis adalah pola makan yang tidak teratur, konsumsi obat penghilang nyeri jangka panjang, konsumsi kopi, alkohol, merokok, stres fisik, stres psikologis, kelainan autoimun, chrone disease, penyakit bile reflux, infeksi bakteri, dan penyakit lain seperti HIV (*Human Immunodeficiency Virus*)/AIDS (*Acquired Immune Deficiency Syndrome*), infeksi parasit dan gagal hati atau ginjal (Prastiwii, 2022).

Gastritis merupakan peradangan yang mengenai mukosa lambung. Peradangan ini dapat mengakibatkan pembengkakan mukosa lambung sampai terlepasnya epitel yang menyebabkan gangguan saluran pencernaan, pelepasan epitel dapat menimbulkan proses inflamasi pada lambung. Gastritis terjadi secara bertahap yang diawali proses akut menjadi kronis, gastritis sering mengalami kekambuhan yang mengakibatkan nyeri pada ulu hati. Gastritis ini jika dibiarkan terus menerus dapat merusak fungsi lambung dan dapat meningkatkan resiko untuk terkena kanker lambung hingga mengakibatkan kematian (Thahir, 2018).

Berdasarkan *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020, angka kejadian gastritis di dunia mencapai angka 1.8-2.1 juta penduduk setiap tahunnya, di Inggris (22%), China (31%), Jepang (14,5%), Kanada (35%), Perancis (29%). Angka kejadian di Asia Tenggara ada di angka 583.635 dari total jumlah penduduknya tiap tahun. Lebih lanjut penduduk Negara Indonesia yang memiliki penyakit gastritis yaitu sekitar 23.479 dari total penduduk 238.452.952 jiwa penduduk (Eka, 2020). Hasil pengamatan yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan RI angka kejadian gastritis di beberapa kota Indonesia ada yang tinggi mencapai 91,% yaitu di kota Medan, di beberapa kota lainnya seperti Surabaya 31,2%, Denpasar 46%, Jakarta 50%, Bandung 32,5%, Palembang 35,35%, Aceh 31,7%, dan Pontianak 31,2% (Yunitasari et al, 2020). Menurut presentase angka kejadian gastritis di Jawa Tengah pada tahun 2018 yaitu sebesar 62,7% sedangkan menurut Dinas Kesehatan 2018 angka kesakitan penderita gastritis di Kabupaten Sukoharjo sendiri sebesar 19,24 per 1.000 penduduk (Dinkes Jateng, 2018).

Manifestasi klinis yang terjadi pada pasien gastritis adalah nyeri epigastrium. keluhan nyeri dapat menimbulkan rasa ketidaknyamanan yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Tanda dan gejala pada pasien nyeri dapat diidentifikasi melalui keluhan yang terjadi misalnya suara dan ekspresi wajah. Gejala lain yang timbul antara lain seperti muntah, perdarahan dan hematemesis. Pada pemeriksaan fisik biasanya tidak ditemukan kelainan, kecuali mereka yang mengalami perdarahan yang hebat sehingga menimbulkan tanda dan gejala gangguan hemodinamik yang nyata seperti hipotensi, pucat, keringat dingin, takikardia sampai gangguan kesadaran, klien juga mengeluh kembung, rasa asam di mulut, sakit ulu hati setelah makan, bersendawa rasa pahit dalam mulut, mual dan muntah (Oktariana & Krishna, 2020).

Nyeri merupakan masalah keperawatan prioritas utama pada pasien gastritis. Salah satu tindakan non-farmakologi yang dapat dilaksanakan perawat untuk membantu klien untuk menghilangkan atau mengurangi nyeri dan meningkatkan rasa nyaman yaitu salah satunya penggunaan teknik relaksasi nafas dalam (Utami & Kartika, 2018). Menurut Noviyanti, (2023). Salah satu tindakan terapi Non-farmakologi yang dapat diberikan kepada penderita yang mengalami nyeri gastritis yaitu terapi komplementer. Beberapa tindakan yang dapat dilaksanakan perawat untuk membantu klien yaitu dengan menggunakan manajemen nyeri untuk menghilangkan atau mengurangi skala nyeri dan meningkatkan rasa nyaman dan juga teknik relaksasi yang merupakan alternatif non obat-obatan dalam strategi penanggulangan nyeri

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sari, (2024). Tehnik Relaksaasi Nafas Dalam terbukti efektif untuk menurunkan rasa nyeri pada penderita gastritis, setelah dilakukan pada 78 Responden. Relaksasi nafas dalam merupakan bernafas dengan perlahan menggunakan diafragma, sehingga memungkinkan abdomen terangkat perlahan dan dada mengembang penuh. Perawat mengajarkan cara melakukan relaksasi nafas dalam kepada pasien dengan, nafas lambat (menahan inspirasi secara maksimal) dan bagaimana menghembuskan nafas secara perlahan, selain dapat menurunkan intensitas nyeri, teknik relaksasi nafas dalam juga dapat meningkatkan ventilasi paru dan meningkatkan oksigenasi darah (Aningsih, 2018).

Berdasarkan Departemen Kesehatan RI (2020). meskipun gastritis terkesan sebagai penyakit yang angka kasusnya sangat banyak terjadi di Indonesia. Wawasan dan kesadaran mengenai penanganan gastritis dan cara mengatasi nyeri secara mandiri dikalangan masyarakat masih kurang, dan kejadian ini akan beresiko untuk melakukan kebiasaan kebiasaan penyebab gastritis dan akhirnya menderita gastritis (Nurman, 2024). Sehingga diperlukan edukasi Pendidikan kesehatan tentang penatalaksanaan nyeri pada pasien gastritis.

Pendidikan Kesehatan dapat menggunakan berbagai media. Media dalam penyuluhan kesehatan dapat diartikan sebagai alat bantu promosi kesehatan untuk memperlancar komunikasi dan penyebarluasan informasi, Media yang digunakan salah satunya adalah dengan media booklet. Booklet adalah cetakan dengan tampilan istimewa berbentuk buku. Booklet dapat dipakai untuk menunjukkan contoh-contoh karya cipta yang berhubungan dengan produk (Listyarini & Fatmawati, 2020)

Pengembangan booklet adalah kebutuhan untuk menyediakan referensi (bahan bacaan) bagi kelompok masyarakat yang memiliki keterbatasan akses terhadap buku sumber karena keterbatasan mereka. Dengan adanya booklet masyarakat dapat memperoleh pengetahuan seperti membaca buku, dengan waktu membaca yang singkat, dan dalam keadaan apapun. (Listyarini & Fatmawati, 2020). Kelebihan media booklet yaitu Biaya produksi yang digunakan terjangkau, informasi yang dicantumkan lengkap dan mudah dipahami, desain lebih menarik sehingga dapat membuat seseorang tertarik, tidak bosan untuk membaca, mudah dibawa kemanapun dan dimanapun (Suryani et al., 2022)

Tujuan media Booklet dinilai lebih efisien meningkatkan pengetahuan karena akan membantu responden mengingat setengah dari keseluruhan materi yang akan terlupa setelah dilakukan penyampaian informasi yang disampaikan secara verbal. Responden atau pembaca hanya mampu mengingat 20% dari Informasi verbal, sehingga informasi yang didukung dengan bentuk tulisan di booklet tersebut dapat membantu menambah pemahaman pembaca sebanyak 50%. media booklet dan sangat berpengaruh dalam meningkatkan skor pengetahuan dan sikap karena akan sangat mempermudah dan mempercepat penyampaian informasi (Kurniatin, 2020). Tujuan dari pembuatan booklet ini adalah untuk menjadi alat komunikasi yang efektif dalam menyampaikan informasi tentang Relaksasi Nafas Dalam untuk menurunkan rasa nyeri kepada pasien penderita Gastritis. Selain itu, booklet ini juga bertujuan sebagai upaya memberikan edukasi kepada

masyarakat agar mereka memahami melakukan Tehnik Relaksasi Nafas Dalam untuk menurunkan rasa nyeri terutama pada penderita Gastritis. Selain tujuan tersebut manfaat dari luaran ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berarti bagi pasien Gastritis tentang cara menurunkan nyeri. Dengan Edukasi mengenai Tehnik Relaksasi Nafas Dalam, pasien dapat meningkatkan pengetahuannya tentang cara menurunkan nyeri dengan menggunakan Tehnik Relaksasi Nafas Dalam.. Selain itu, luaran ini juga berpotensi memberikan manfaat kepada masyarakat secara umum dengan memberikan informasi bahwa tehnik Relaksasi Nafas Dalam dapat memberikan manfaat dalam menurunkan nyeri dengan cara yang mudah dan terjangkau. Bagi tenaga kesehatan, luaran ini dapat digunakan sebagai sumber informasi serta panduan dalam memberikan edukasi dan praktik langsung Tehnik Relaksasi Nafas Dalam kepada pasien yang belum mengenal atau memahami tehnik tersebut, sehingga dapat diterapkan saat pasien tersebut merasakan nyeri. Semua manfaat ini disajikan melalui media booklet sehingga dapat dijadikan sebagai pilihan terapi latihan yang efektif bagi pasien, khususnya bagi mereka yang mengalami nyeri pada pasien Gastritis.