

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gastritis termasuk proses inflamasi atau gangguan kesehatan yang disebabkan oleh faktor iritasi dan infeksi pada mukosa dan submukosa lambung. Penyakit pada sistem pencernaan adalah penyebab paling umum terjadinya nyeri. Salah satunya penyakit gastritis atau yang biasanya dikenal dengan maag. Gastritis merupakan peradangan yang mengenai mukosa lambung (Pranata et al., 2024). Berbagai penelitian menyimpulkan bahwa keluhan sakit pada pasien gastritis paling banyak ditemui akibat dari gastritis fungsional, yaitu mencapai 70-80% dari seluruh kasus (Pranata et al., 2024).

Menurut data dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2020, angka kejadian gastritis di dunia mencapai angka 1,8-2,1 juta penduduk setiap tahunnya. Angka kejadian Asia Tenggara berada di angka 583.635 dari total jumlah penduduk setiap tahunnya. Indonesia sendiri memiliki orang dengan penyakit gastritis sekitar 234.798 orang dengan penyakit gastritis. Pada pasien rawat inap gastritis menempati urutan keenam dengan kasus terbanyak sekitar 33.580 dan pada pasien rawat jalan gastritis menempati urutan ketujuh dengan jumlah kasus 201,083 kasus.

Sebagian besar pasien gastritis awalnya meremehkan gejala yang baru terjadi, jika dibiarkan gastritis dapat mengakibatkan komplikasi serius ke bagian organ dan tubuh lainnya (Fabiani et al., 2024). Pasien gastritis umumnya

akan merasakan nyeri ulu hati atau nyeri epigastrium. Secara umum tanda dan gejala yang sering terjadi pada pasien tercermin dari perilaku pasien, misalnya suara yang merintik, menangis, dan menghela napas berlebihan, ekspresi wajah meringis, serta pergerakan tubuh seperti gelisah, kejang otot, serta berjalan ditempat. Peradangan dinding lambung pada gastritis dapat menyebabkan nyeri (Khomariyah et al., 2024).

Penyebab terjadinya nyeri dikarenakan jaringan yang rusak melepaskan zat-zat kimiawi yang mengakibatkan reseptor nyeri dan terbentuknya sinyal-sinyal nyeri. Sinyal nyeri kemudian dikirimkan ke sepanjang saraf, melalui saraf tulang belakang menuju otak. Nyeri merupakan pengalaman personal dan subjektif dan tidak ada dua individu yang merasakan nyeri dalam pola identik. Keluhan nyeri dapat menimbulkan rasa ketidaknyamanan yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Saputra et al., 2021).

Penanganan kasus gastritis dapat melalui pendekatan farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan gastritis yang biasa digunakan berupa pemberian obat antasida, obat penghambat pompa proton, antibiotik serta obat pelapis dinding lambung (Sriwijaya et al., 2022). Namun pengobatan secara medis cenderung memiliki efek samping yang dirasakan oleh pasien yang berupa diare. Sulit buang air besar, kembung, kram perut, dan lemas (Listina et al., 2021). Oleh karena itu, tindakan non farmakologis dapat menjadi salah satu pilihan alternatif dalam penanganan pada pasien gastritis. salah satu tindakan keperawatan yang dapat memberikan kenyamanan dan menurunkan nyeri yang

dirasakan pada pasien gastritis berupa terapi diafragmatic breathing exercise (Marufah et al., 2022).

Upaya terapi nonfarmakologis untuk manajemen nyeri atau mengurangi nyeri dan meningkatkan rasa nyaman adalah menggunakan teknik diafragma breathing exercise. Menurut Rezaei et al. (2024) menjelaskan bahwa teknik diafragma breathing exercise sangat efektif untuk mengurangi nyeri yang dirasakan pasien. Hal itu dikarenakan pemberian tehnik diafragma breathing memberikan perubahan signifikan pada penurunan rasa nyeri (Rezaei et al., 2024) .

Penelitian yang dilakukan Mustika et al. (2025) didapatkan hasil evaluasi skala nyeri dari skala nyeri 6 berubah menjadi 0 setelah diberikan implementasi diafragmatif breathing exercise selama 3 hari berturut-turut selama 15-20 menit setiap satu sesi latihan diafragmatic breathing exercise.

Penelitian yang dilakukan Abureesh et al. (2026) di Iran pada tahun 2022 didaaptkan hasil yang signifikan antara sebelum dilakukan intervensi *diafragmatic breathing exercise* dan setelah dilakukan intervensi *diafragmatic breathing exercise* dengan signifikan $p = 0,01$.

Berdasarkan observasi yang dilakukan penulis didapatkan pengamatan bahwa setiap harinya selalu ada pasien yang mengalami gastritis baik secara rawat jalan maupun rawat inap. Pada pasien rawat jalan maupun rawat inap, para pasien tidak pernah diberikan teknik nonfarmakologi untuk mengurangi sensai nyeri yang dirasakan pasien.

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik membuat karya ilmiah dengan judul “Penerapan Diafragma Breathing Exercise Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Dengan Gastritis di Klinik Mitra Sehat Mangunjaya”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di latar belakang, maka penulis mengambil rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana Penerapan Diafragma Breathing Exercise Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Dengan Gastritis di Klinik Mitra Sehat Mangunjaya ?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah mengetahui gambaran Penerapan Diafragma Breathing Exercise Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Dengan Gastritis di Klinik Mitra Sehat Mangunjaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan tahapan asuhan keperawatan pasien gastritis yang diberikan Diafragmatik Breathing Exercise
- b. Menggambarkan pelaksanaan *Diafragmatic breathing exercise* pada pasien gastritis
- c. Menggambarkan respon atau perubahan pada pasien penyakit gastritis yang dilakukan Diafragmatic Breathing Exercise
- d. Menganalisis kesenjangan perubahan pada kedua pasien gastritis yang diberikan Diafragmatic Breathing Exercise

D. Manfaat

1. Manfaat bagi pasien

Sebagai informasi dalam meningkatkan pengetahuan pasien dalam melakukan perawatan secara mandiri untuk mengurangi rasa sensasi nyeri.

2. Manfaat bagi Pelayanan Kesehatan

Sebagai terapi pengembangan dan pelengkap dalam terapi non farmakologis untuk mengurangi sensasi nyeri yang dirasakan pasien.

3. Manfaat Bagi Instansi Pendidikan

Sebagai pengembangan dalam bidang keperawatan khususnya dalam mata kuliah medikal bedah.