

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gastritis merupakan suatu keadaan peradangan atau perdarahan mukosa lambung yang dapat bersifat akut, kronis, difus, atau lokal. Dua jenis gastritis yang paling sering terjadi adalah gastritis superfisialis akut dan gastritis atrofik kronis (Sylvia,2012). Gastritis merupakan salah satu masalah saluran pencernaan yang paling sering terjadi. Asam lambung akan membuat luka-luka (ulkus) yang dikenal dengan tukak lambung. Bahkan bisa juga disertai muntah darah gastritis yang tidak ditangani dengan tepat akan menimbulkan komplikasi yang mengarah kepada keparahan yaitu kanker lambung.

Angka kejadian gastritis di dunia diantaranya Inggris 22 %, Cina 31%, Jepang 14%, Kanada 35%, Prancis 29,5%. Di dunia, insiden gastritis sekitar 1,8 sampai 2,1 juta dari jumlah penduduk setiap tahunnya. Prevalensi gastritis yang diinformasi melalui endoskopi pada populasi Shanghai sekitar 17,2 persen. Angka kejadian gastritis di Indonesia menurut *World Health Organisation* (WHO, 2017) adalah 40,8%. Prevalensi di Indonesia cukup tinggi yaitu 274,396 kasus dari 238,452,952 jiwa penduduk (Kemenkes, 2017).

Faktor yang menyebabkan gastritis yaitu jenis obat-obatan, alkohol, bakteri, virus, jamur, stress, radiasi, alergi atau intoksikasi dari bahan makanan dan minuman, garam empedu, iskemia dan trauma langsung (Muttaqin, 2012). Gastritis biasanya diawali oleh frekuensi konsumsi makan dan minum yang tidak teratur sehingga lambung menjadi sensitif bila asam lambung meningkat dan menyebabkan iritasi pada lambung. Penyebab dari gastritis adalah konsumsi obat yang mengandung kimia, konsumsi alkohol yang berlebihan, terapi radiasi, kondisi stress dan infeksi bakteri seperti *helicobacter pylori*, dan *salmonella* yang dapat menimbulkan tanda dan

gejala anoreksia, mual dan muntah, peredaran saluran cerna dan nyeri ulu hati (Ardiansyah, 2012).

Produksi asam lambung akan meningkat pada keadaan stress / cemas. Kadar asam lambung yang meningkat dapat mengiritasi mukosa lambung dan jika hal ini dibiarkan lama-kelamaan dapat menyebabkan terjadinya gastritis (Ika, 2010). Hasil penelitian yang di lakukan oleh Gustin (2011), pada pasien yang berobat jalan di Puskesmas Gulai Bancah Kota Bukit tinggi menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres terhadap gastritis dengan nilai $p=0,025$ artinya tingkat stres berpengaruh terhadap gastritis. Besarnya risiko tingkat stres yang tinggi adalah 1,758 kali lebih besar untuk mengalami gejala gastritis dari pada responden dengan tingkat stres rendah.

Penatalaksanaan untuk menurunkan kecemasan pada penderita gastritis diantaranya adalah Teknik distraksi. Teknik distraksi adalah pengalihan dari fokus perhatian terhadap nyeri ke stimulus yang lain, Stimulus yang menyenangkan dari luar juga dapat merangsang sekresi endorfin, sehingga stimulus nyeri yang dirasakan oleh klien menjadi berkurang. Perasaan nyeri secara umum berhubungan langsung dengan partisipasi aktif individu, banyaknya modalitas sensori yang digunakan dan minat individu dalam stimulasi, oleh karena itu, stimulasi penglihatan, pendengaran dan sentuhan mungkin akan lebih efektif dalam menurunkan nyeri dibanding stimulasi satu indera saja. Pengalihan dari fokus perhatian terhadap nyeri ke stimulus yang lain. Tehnik distraksi dapat mengatasi nyeri berdasarkan teori bahwa aktivasi retikuler menghambat stimulus nyeri. Jika seseorang menerima input sensori yang berlebihan dapat menyebabkan terhambatnya impuls nyeri ke otak (nyeri berkurang atau tidak dirasakan oleh klien) (Tamsuri, 2007).

Salah satu teknik distraksi dengan relaksasi lima jari . Teknik hipnotis lima jari merupakan suatu bentuk pengalihan situasi self hipnosis yang dapat mengurangi ketegangan otot, menyebabkan efek relaksasi, sehingga dapat mengurangi kecemasan, dan stres dari pikiran yang dapat berpengaruh pada pola pernafasan, denyut jantung, denyut nadi, tekanan darah, mengurangi ketegangan otot, memperkuat ingatan pengeluaran hormon yang dapat memicu timbulnya kecemasan, dan mengatur hormon yang berkaitan dengan stres (Hastuti dan Arumsari, 2015).

Berdasarkan uraian tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus yang di tuangkan dalam judul “Aplikasi relaksasi lima jari terhadap kecemasan pasien gastritis”

1.1 Tujuan Karya Tulis Ilmiah

1.1.1 Tujuan umum

Untuk memahami pengaplikasian relaksasi lima jari terhadap kecemasan.

1.1.2 Tujuan khusus

- a. Mampu melakukan observasi kecemasan pasien sebelum melakukan relaksasi lima jari.
- b. Mampu mengobservasi kecemasan pada pasien yang mengalami gastritis.

1.2 Pengumpulan Data

Penyusunan karya ilmiah ini menggunakan metode pengumpulan data sebagai berikut :

1.2.1 Wawancara

Menurut sumber pasien banyak mengalami tingkat cemas tinggi ketika dilakukan wawancara karena tingkat pengetahuan atau sumber daya manusia yang kurang memahami tentang penyakit tersebut.

1.2.2 Observasi

Penulis melakukan observasi langsung dengan pasien.

1.2.3 Studi pustaka

Penulis memperoleh sumber sumber kepustakaan melalui jurnal, buku, I internet, yang memiliki hubungan dengan konsep dan teori yang terkait dengan hubungan kecemasan dengan gastritis dan Teknik relaksasi lima jari.

1.3 Manfaat Karya Tulis Ilmiah

1.3.1 Bagi Penulis

Menambah pengetahuan tentang hasil keefektifan dalam tindakan terapi hipnotis lima jari bagi pasien gastritis yang mengalami kecemasan.

1.3.2 Bagi Perawat

Dari penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan pengajaran khususnya tentang tindakan pelaksanaan hipnotis lima jari.

1.4.3 Bagi Pasien

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat membuat pasien gastritis dengan kecemasan lebih tenang dan rileks agar penyakit yang diderita tidak kambuh.