

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dispepsia adalah kondisi yang ditandai rasa nyeri atau rasa tidak nyaman yang berpusat pada perut bagian atas. Kondisi ini sering disertai dengan gejala lain, seperti perut yang terasa cepat penuh meskipun makan dalam jumlah sedikit, kembung, cepat kenyang atau mual, yang dapat menyebabkan ketidaknyamanan secara menyeluruh. Gangguan ini, umumnya berkaitan dengan masalah masalah pada saluran cerna bagian atas, seperti lambung dan duodenum (Satria, Ludiana, dan Immawati, 2025).

Pasien dengan dispepsia umumnya mengalami ketidaknyamanan yang signifikan, baik secara fisik maupun emosional, akibat gejala seperti nyeri epigastrium, kembung, dan mual. Ketidaknyamanan ini memengaruhi kualitas hidup pasien secara keseluruhan. Penelitian oleh Olivia, Dewi, dan Khairani (2023) menunjukkan bahwa penerapan intervensi keperawatan seperti relaksasi dapat membantu meningkatkan kenyamanan pasien dispepsia secara signifikan. Oleh karena itu, kenyamanan menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan dalam proses asuhan keperawatan.

Penyakit tidak menular dapat menyerang semua kelompok usia, namun sebagian besar penderitanya adalah orang-orang dalam usia produktif (Herman & Lau, 2020). Menurut data *World Health Organization* (WHO), setiap tahun kasus dispepsia di dunia 13-40% dari total populasi. Di Indonesia, dispepsia menempati peringkat ke-10 dalam daftar penyakit terbanyak, dengan proporsi 1,5% pada kategori 10 jenis penyakit terbanyak pada pasien rawat jalan di seluruh rumah sakit di Indonesia (Suryati, 2020 dalam Puspita, 2024). Data dari Badan Pusat Statistik Provinsi Lampung, mencatat bahwa dispepsia termasuk dalam sepuluh besar penyakit terbanyak di Provinsi Lampung pada tahun 2020, dengan

jumlah kasus sebesar 222.037 kasus (BPS Provinsi Lampung, 2020). Berdasarkan laporan tahunan Rumah Sakit Hndayan di Kabupaten Lampung Utara dan kunjungan penderita dispepsia pada periode Januari – Desember 2024 mencapai 43 kasus.

Kenyamanan dalam keperawatan merupakan salah satu kebutuhan dasar yang harus diperhatikan dalam pemberian asuhan keperawatan secara menyeluruh. Penelitian Satria, Ludiana, dan Immawati (2025:495) menyebutkan bahwa penggunaan pendekatan non-farmakologi seperti relaksasi dapat memberikan dampak positif terhadap kondisi pasien dispepsia, termasuk dalam meningkatkan kenyamanan secara keseluruhan.

Salah satu intervensi non-farmakologi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kenyamanan pasien adalah teknik relaksasi *Benson*. Teknik ini menggabungkan pengaturan pernapasan, pemusatan pikiran, dan pengulangan dalam kata-kata positif secara perlahan dan terus-menerus, sehingga dapat menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis dan meningkatkan kenyamanan pasien (Naili & Prasetyorini, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Naili & Prasetyorini, (2023) menunjukkan bahwa teknik relaksasi *Benson* dapat menurunkan skala nyeri secara signifikan. Begitu juga dalam penelitian oleh Kurdaningsih, Nuritasari, dan Fathia (2023) yang mengaplikasikan teknik ini, menunjukkan adanya peningkatan kenyamanan setelah dilakukan intervensi relaksasi *Benson*. Berdasarkan hasil-hasil tersebut, maka teknik relaksasi *Benson* berpotensi besar diterapkan sebagai upaya keperawatan untuk meningkatkan kenyamanan pasien, termasuk pada pasien dispepsia dengan masalah nyeri akut.

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk menerapkan teknik relaksasi *Benson* sebagai salah satu terapi non-farmakologi untuk membantu meningkatkan kenyamanan pasien dispepsia. Pendekatan ini diharapkan dapat menjadi salah satu intervensi keperawatan yang mendukung proses penyembuhan.

Berdasarkan pertimbangan di atas maka laporan kasus ini diberi judul “Penerapan Teknik Relaksasi *Benson* Terhadap Tingkat Kenyamanan Pasien Dispepsia Dengan Masalah Nyeri Akut di Ruang Fresia Lantai 4 Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi, Lampung Utara”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana penerapan teknik relaksasi *Benson* Terhadap Tingkat Kenyamanan Pasien Dispepsia Dengan Masalah Nyeri Akut di Ruang Fresia Lantai 4 Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi, Lampung Utara?

C. Tujuan Karya Tulis Ilmiah

1. Tujuan Umum

Memperoleh gambaran dalam melakukan penerapan teknik relaksasi *Benson* terhadap tingkat kenyamanan pasien dispepsia dengan masalah nyeri akut di ruang fresia lantai 4 Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi, Lampung Utara.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan tingkat ketidaknyamanan yang dialami pasien dispepsia di Ruang Fresia Lantai 4 Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi, Lampung Utara.
- b. Melakukan penerapan teknik relaksasi *Benson* sebagai intervensi non-farmakologi untuk meningkatkan kenyamanan pasien dispepsia di Ruang Fresia Lantai 4 Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi, Lampung Utara.
- c. Melakukan evaluasi penerapan teknik relaksasi *Benson* terhadap y tingkat kenyamanan pasien dispepsia di Ruang Fresia Lantai 4 Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi, Lampung Utara.
- d. Menganalisis penerapan penerapan teknik relaksasi *Benson* terhadap tingkat kenyamanan pasien dispepsia di Ruang Fresia Lantai 4 Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi, Lampung Utara.

D. Manfaat Karya Tulis Ilmiah

1. Manfaat Teoritis

Sebagai bahan referensi dan pengembangan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan, khususnya dalam penerapan intervensi non-farmakologi teknik relaksasi *Benson* untuk meningkatkan kenyamanan pada pasien dispepsia.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi Peneliti/Mahasiswa

Menambah wawasan dan pengalaman dalam penerapan teknik relaksasi *Benson* sebagai intervensi non-farmakologi untuk meningkatkan kenyamanan pasien, serta menjadi bekal dalam praktik keperawatan di masa mendatang.

b. Manfaat bagi Instansi Terkait (RSU Handayani)

Sebagai bahan pertimbangan dalam pengembangan asuhan keperawatan non-farmakologi, khususnya penerapan teknik relaksasi *Benson* untuk meningkatkan kenyamanan pasien, sehingga dapat menunjang mutu pelayanan keperawatan di rumah sakit.

c. Manfaat Bagi Klien dan Keluarga

Memberikan alternatif intervensi non-farmakologi yang dapat membantu meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup pasien. Bagi keluarga, informasi ini dapat memperluas pemahaman dalam mendampingi proses perawatan pasien di rumah.