BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Rasa nyaman adalah kebutuhan dasar manusia yang harus terpenuhi agar keseimbangan fisik dan psikologis tetap terjaga. Dalam keperawatan, rasa nyaman berarti bebas dari nyeri, cemas, dan ketidaknyamanan yang dapat memengaruhi kesehatan pasien. Pada pasien dispepsia, kebutuhan ini sering terganggu akibat gejala seperti nyeri epigastrium, mual, muntah, kembung, dan rasa begah setelah makan, yang berdampak pada aktivitas dan kualitas hidup pasien. Oleh karena itu, diperlukan implementasi keperawatan yang sistematis dan berbasis bukti untuk mengatasi gangguan tersebut (Salsabila, 2021).

Implementasi keperawatan merupakan tahap penting dalam proses keperawatan, yaitu pelaksanaan rencana tindakan yang telah disusun berdasarkan pengkajian dan diagnosis keperawatan (Potter *et al*., 2017). Kualitas implementasi ini berpengaruh langsung terhadap luaran klinis pasien. Perawat yang menerapkan tindakan secara sistematis dan berbasis bukti terbukti mampu menurunkan angka komplikasi, memperpendek lama rawat inap, serta meningkatkan kepuasan pasien. Pada pasien dispepsia, implementasi keperawatan yang tepat mencakup pengkajian status nyeri, pencegahan komplikasi, hingga edukasi bagi pasien dan keluarga. Semua aspek ini perlu dilaksanakan secara terpadu dan berkesinambungan agar hasil perawatan optimal (Moorhead *et al*., 2018).

Dispepsia merupakan kumpulan gejala yang berkaitan dengan gangguan pada sistem pencernaan yang ditandai dengan rasa tidak nyaman atau nyeri pada bagian perut atas, terutama di daerah epigastrium yang disebabkan oleh berbagai faktor seperti infeksi bakteri *helicobacter pylori,* penggunaan obat antiinflamasi *nonsteroid* (OAINS), pola makan yang tidak teratur, konsumsi makanan pedas dan asam, minuman berkafein*,* kebiasaan merokok, serta kondisi psikologis seperti stres dan kecemasan. Faktor-faktor tersebut dapat meningkatkan produksi asam lambung sehingga memicu timbulnya gejala dispepsia seperti lain nyeri atau rasa tidak nyaman pada daerah epigastrium (ulu hati), mual, muntah, perut terasa kembung, sendawa, cepat merasa kenyang, serta rasa penuh pada perut bagian atas setelah makan. Keluhan tersebut dapat muncul dalam tingkat ringan hingga berat dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari serta menurunkan kualitas hidup (Kementerian Kesehatan RI, 2021; Zakiyah, *et al*., 2021; Salsabila, 2021; PPNI, 2017).

Prevalensi dispepsia di dunia berkisar antara 15-30% dari populasi setiap tahunnya (WHO, 2021). Selain itu, studi epidemiologi global menunjukkan bahwa prevalensi *functional* dispepsia secara keseluruhan di dunia sekitar 8,4%, berdasarkan analisis terhadap lebih dari 256.000 responden dari 40 negara. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa kejadian dispepsia lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki dan lebih banyak terjadi di negara berkembang dibandingkan negara maju(Lee, *et al*., 2024). Disebabkan karena hormon, gaya hidup dan pola pikir sehingga jumlah dispepsia meningkat setiap tahunnya, terutama pada RSUD Karel Sadsuitubun Langgur.

Di wilayah Asia Pasifik, angka kejadian dispepsia juga cukup tinggi yakni berkisar antara 5% hingga 30% (Ghoshal, *et al*., 2025). Sementara di indonesia prevalensi dispepsia diperkirakan berkisar 40%–50% dari populasi, sehingga menjadi salah satu keluhan terbanyak pada pasien yang datang ke fasilitas pelayanan kesehatan. Selain itu, data pelayanan kesehatan menunjukkan bahwa dispepsia termasuk dalam sepuluh besar penyakit yang sering dijumpai pada pelayanan rawat jalan maupun rawat inap di rumah sakit (Nugroho *et al*., 2025).

Di Provinsi Maluku dispepsia juga menjadi salah satu masalah kesehatan yang cukup sering ditemukan di masyarakat. Berdasarkan beberapa penelitian yang dilakukan di wilayah maluku, kejadian dispepsia masih cukup tinggi dan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pola makan yang tidak teratur, tingkat stres, serta gaya hidup masyarakat. Salah satu penelitian melaporkan bahwa kejadian sindrom dispepsia pada remaja usia 12–18 tahun di kota dobo cukup meningkat, provinsi maluku mencapai sekitar 27% dari populasi yang diteliti, yang menunjukkan bahwa dispepsia merupakan gangguan pencernaan yang cukup sering terjadi pada masyarakat di wilayah tersebut (Kholil, 2019). Dan berdasarkan data rekam medis yang peneliti dapat di RSUD Karel Sadsuitubun Kabupaten Maluku Tenggara, jumlah pasien yang mengalami dispepsia masih cukup tinggi setiap tahunnya. Data menunjukkan bahwa pada tahun 2023 terdapat 260 pasien dispepsia, kemudian pada tahun 2024 tercatat sebanyak 144 pasien, dan pada tahun 2025 meningkat kembali menjadi 280 pasien RSUD Karel Sadsuitubun, (2026). Faktor pemicu yaitu karena kurangnya pengetahuan masyarakat terkait penyakit yang di alami, gaya hidup yang

kurang sehat dan pengaturan pola makan yang kurang baik, yang memyebabkan setiap tahunnya angka penyakit dispepsia semakin meningkat terutama di RSUD Karel Sadsuitubun Langgur.

Pemenuhan kebutuhan rasa nyaman merupakan salah satu aspek keperawatan yang sangat penting dalam penanganan pasien dispepsia. Oleh karena itu, intervensi keperawatan yang bertujuan meningkatkan rasa nyaman pasien sangat penting dilakukan, baik melalui terapi farmakologis maupun nonfarmakologis seperti teknik relaksasi atau distraksi untuk membantu mengurangi nyeri dan memberikan rasa tenang pada pasien. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu memenuhi kebutuhan rasa nyaman pasien dispepsia adalah teknik relaksasi *guided imagery*. Teknik ini membantu pasien membayangkan suasana yang menenangkan sehingga dapat mengalihkan perhatian pasien dari rasa nyeri yang dirasakan (Zakiyah *et al.,* 2021).

Imajinasi terbimbing (*guided imagery*) merupakan teknik relaksasi non-farmakologis yang menggunakan kekuatan imajinasi atau gambaran mental yang dipandu untuk membantu individu mencapai kondisi rileks secara fisik maupun psikologis. Teknik ini dilakukan dengan membimbing seseorang untuk membayangkan situasi yang menyenangkan dan menenangkan sehingga dapat membantu menurunkan rasa nyeri, kecemasan, dan stres serta meningkatkan kenyamanan pasien. Melalui proses tersebut, tubuh akan merespons dengan menurunkan ketegangan otot dan aktivitas sistem saraf simpatis sehingga memberikan efek relaksasi pada tubuh (Muflih &

Nurhayati, 2024). Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Sari, *et al.,* (2024) yang membuktikan bahwa *guided imagery* efektif menurunkan intensitas nyeri serta meningkatkan rasa nyaman pada pasien dengan gangguan lambung seperti gastritis dan gangguan pencernaan lainnya. Hal yang sama juga di sampakan oleh Wati, Kesumadewi, dan Inayati (2022) bahwa *guided imagery* efektif dalam menurunkan nyeri serta meningkatkan kenyamanan pada pasien dispepsia. Penelitian lain yang dilakukan oleh Sari, Nafasha, dan Oktaria (2023) menunjukkan hal yang sama bahwa *guided imagery* dapat membantu mengurangi nyeri epigastrium, meningkatkan relaksasi, serta memperbaiki kenyamanan pasien. (Sari, Nafasha, & Oktaria, 2023; Setyowati & Widiati, 2024).

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan perawat RSUD Karel Sadsuitubun Langgur, tindakan yang biasanya dilakukan perawat untuk mengatasi keluhan pada pasien dispepsia adalah lebih dominan kepada pemberian terapi farmakologis, pengaturan pola makan, serta edukasi mengenai gaya hidup sehat. Namun, untuk tindakan non-farmakologis seperti teknik relaksasi imajinasi terbimbing (*guided imagery*) untuk membantu memenuhi kebutuhan rasa nyaman pada pasien dispepsia belum diterapkan sesuai strandar operasional prosedur, Secara non-farmakologi teknik ini efektif membantu pasien menjadi lebih rileks, mengurangi rasa nyeri atau ketidaknyamanan pada daerah epigastrium, serta meningkatkan rasa nyaman. Keunggulan dari teknik Non-farmakologi yang lain seperti terapi relaksasi napas dalam, kompres hangat dan distraksi adalah

meningkatkan ventilasi paruparu, dan meningkatkan oksigenasi darah membantu otot menjadi lebih santai, dan mengurangi nyeri yang disebabkan oleh kekakuan.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Implementasi Teknik Imajinasi Terbimbing untuk Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman pada Pasien Dispepsia di RSUD Karel Sadsuitubun Langgur."

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah diuraikan, maka peneliti dapat merumusan masalah dalam penelitian yaitu: Bagaimana implementasi teknik imajinasi terbimbing untuk pemenuhan kebutuhan rasa nyaman pada pasien dispesia Di RSUD Karel Sadsuitubun Langgur?

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

   Tujuan umum penelitian ini adalah untuk menggambarkan implementasi teknik imajinasi terbimbing untuk pemenuhan kebutuhan rasa nyaman pada pasien dispepsia di RSUD Karel Sadsutitubun Langgur.

2. Tujuan Khusus

   a. Melakukan pengkajian kondisi pasien dispepsia secara faktual yang berkaitan dengan kebutuhan rasa nyaman pada subyek studi kasus.

   b. Merumuskan diagnosis keperawatan pada pasien dispepsia yang berhubungan dengan gangguan rasa nyaman.

   c. Menyusun rencana asuhan keperawatan dengan penerapan teknik imajinasi terbimbing (*guided imagery*) untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman pada pasien dispepsia.

d. Melaksanakan tindakan keperawatan berupa implementasi teknik imajinasi terbimbing pada pasien dispepsia.
e. Melakukan evaluasi dan pendokumentasian terhadap hasil tindakan imajinasi terbimbing dalam pemenuhan kebutuhan rasa nyaman pada pasien dispepsia.

D. Manfaat Studi Kasus

1. Manfaat ilmu pengetahuan (akademik)

   Penelitian ini diharapkan berkontribusi pada pengembangan ilmu keperawatan, khususnya intervensi nonfarmakologis teknik imajinasi terbimbing untuk mengatasi gangguan rasa nyaman pada pasien dispepsia, serta menjadi referensi bagi mahasiswa dan peneliti selanjutnya dengan topik serupa.

2. Manfaat praktis (profesi keperawatan)

   Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam menerapkan teknik imajinasi terbimbing sebagai salah satu intervensi mandiri keperawatan untuk meningkatkan kenyamanan pasien.

3. Manfaat ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni (IPTEKS)

   Penelitian ini diharapkan dapat mendukung pengembangan IPTEKS dalam bidang keperawatan, khususnya dalam pemanfaatan teknik relaksasi berbasis pendekatan psikologis seperti imajinasi terbimbing. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar dalam pengembangan inovasi intervensi keperawatan yang lebih efektif, efisien, dan berbasis bukti (*evidence-based practice*).