

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus merupakan salah satu masalah kesehatan yang berdampak pada produktivitas dan dapat menurunkan sumber daya manusia (Kusnaningsih, 2019). Penyakit Diabetes Melitus dapat menimbulkan dampak yang tidak baik bagi kualitas hidup manusia. Diabetes melitus merupakan penyakit tidak menular menahun yang disebabkan karena kelainan sekresi insulin, atau kerja insulin ditandai kadar gula darah di dalam tubuh melebihi normal serta gangguan metabolisme protein, karbohidrat, dan lemak. Secara umum klasifikasi Diabetes Melitus terdiri atas DM Tipe 1 atau *Insulin Dependent Diabetes Melitus* (IDDM) dan DM tipe 2 atau *Non Insulin Dependent Diabetes Melitus* (NIDDM). DM tipe 2 terjadi karena retensi insulin atau sel β pancreas menghasilkan insulin dalam jumlah sedikit. Jumlah penderita DM tipe 1 sebanyak 5-10% dan DM tipe 2 sebanyak 90-95% dari penderita DM di seluruh Dunia (ADA, 2020).

Diabetes Melitus merupakan masalah global yang terus meningkat prevalensinya baik di Indonesia maupun dunia. Berdasarkan data *International Diabetes Federation* (IDF) prevalensi DM global pada tahun 2019 diperkirakan 9,3% (463 juta orang), naik menjadi 10,2% (578 juta) pada tahun 2030 dan 10,9% (700 juta) pada tahun 2045 (IDF 2019). Diabetes melitus memiliki angka prevalensi yang cukup tinggi. Indonesia menempati peringkat ke-7 negara dengan penderita DM terbanyak di dunia pada tahun 2015 dan diperkirakan akan naik pada peringkat ke-6 di tahun 2040 (Persatuan Diabetes Indonesia & PERKENI, 2019). Prevalensi

diabetes melitus semua umur di Indonesia dalam Riskesdas 2018 sedikit lebih rendah dibandingkan dengan prevalensi DM pada usia ≥ 15 tahun, yaitu sebesar 1,5%. Akan tetapi, jika dibandingkan dengan tahun 2013, prevalensi DM berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur ≥ 15 tahun hasil Riskesdas 2018 meningkat menjadi 2% (Kemenkes, 2019). Berdasarkan kategori usia, penderita DM terbesar berada pada rentang usia 55-64 tahun dan 65-74 tahun. Selain itu, penderita DM di Indonesia lebih banyak berjenis kelamin perempuan (1,8%) daripada laki-laki (1,2%). Kemudian untuk daerah domisili lebih banyak penderita diabetes melitus yang berada di perkotaan (1,9%) dibandingkan dengan perdesaan (1,0%) (Kemenkes, 2019). Prevalensi DM di Jawa Barat berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 mencapai 1,74% (diperkirakan 570.611 penderita diabetes). Sedangkan prevalensi diabetes mellitus di kabupaten Cirebon sebesar 0,87% atau sekitar 3.281 pasien (Riskesdas, 2018).

Diabetes melitus akan menyebabkan beberapa komplikasi akut dan kronik apabila tidak segera ditangani dengan tepat. Ketoasidosis diabetik, hipoglikemia, dan hiperglikemia merupakan komplikasi akut yang terjadi pada pasien diabetes melitus. Sedangkan, hipertensi, penyakit arteri koroner, stroke, nefropati diabetik, dan retinopati diabetik merupakan komplikasi kronis yang terjadi pada penderita diabetes melitus. Ulkus diabetikum adalah komplikasi yang paling sering terjadi dari penderita Diabetes melitus.

Pencegahan komplikasi dari Diabetes mellitus dapat dilakukan dengan cara melakukan pengontrolan yang terapeutik dan teratur melalui perubahan gaya hidup yang sehat. Dalam melakukan pengontrolan kadar gula darah terdapat beberapa

cara diantaranya adalah dengan terapi relaksasi. Relaksasi merupakan suatu keadaan dimana seseorang merasakan bebas fisik dan mental dari stress dan ketegangan. Relaksasi bertujuan agar individu dapat mengontrol diri ketika terjadi stress dan ketegangan yang membuat individu merasakan kondisi tidak nyaman. Relaksasi terdiri dari bermacam-macam yaitu Relaksasi otot progresif, Benson, nafas dalam, dan relaksasi autogenik dimana semua jenis relaksasi ini sudah di uji coba melalui berbagai penelitian.

Intervensi inovatif untuk mengontrol kadar glukosa darah pada pasien DM tipe II yang dapat dilakukan di rumah sakit yaitu dengan pemberian relaksasi. Salah satu terapi relaksasi yang efektif untuk menurunkan kadar glukosa darah yaitu dengan terapi relaksasi benson. Relaksasi Benson merupakan terapi komplementer dan modalitas unggulan yang dapat menurunkan kadar glukosa darah pasien diabetes dengan menekan pengeluaran hormon-hormon yang dapat meningkatkan kadar glukosa darah.

Relaksasi Benson yaitu suatu teknik relaksasi yang merupakan penggabungan antara teknik respon relaksasi dengan sistem keyakinan individu yang difokuskan pada ungkapan tertentu berupa nama-nama tuhan atau kata-kata yang memiliki makna menenangkan bagi pasien itu sendiri, diucapkan berulang-ulang dengan ritme yang teratur disertai sikap pasrah. Relaksasi Benson dapat menurunkan kadar gula darah pasien diabetes dengan menekan pengeluaran hormon-hormon yang dapat meningkatkan kadar gula darah.

Berdasarkan jurnal dari Mutiara Dewi, et al (2022) Intervensi Relaksasi Benson pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II dengan masalah Ketidakstabilan

Gula Darah : Studi kasus, menyatakan bahwa terjadi penurunan kadar glukosa darah antara sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi benson selama 3x24 jam yaitu dengan didapatkan data objektif kadar glukosa membaik yaitu 184 mg/dL dari sebelumnya 374 mg/dL. Didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Rahman (2020) menyatakan bahwa terdapat penurunan kadar glukosa darah antara sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi Benson selama 3 hari berturut-turut yaitu dengan nilai rata-rata gula darah sebelum intervensi 279,5 gr/dL dan setelah intervensi 165,8 gr/dL. Didukung oleh penelitian lainnya yang dilakukan oleh Putu Indah Sintya Dewi, et al (2020) Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 dengan didapatkan hasil sesudah diberikan terapi relaksasi Benson rerata kadar gula darah menurun dari 218,40 mg/dL menjadi 206,72 mg/dL dengan nilai p untuk perbedaan tersebut yaitu 0,001 (ada perbedaan gula darah secara signifikan antara sebelum dan sesudah terapi). Didukung oleh penelitian yang pernah dilakukan Diah Ratnawati, et al (2018) meneliti tentang Terapi Relaksasi Benson Termodifikasi Efektif Mengontrol Gula Darah Pada Lansia Dengan Diabetes Mellitus menunjukkan bahwa terapi relaksasi Benson termodifikasi efektif dalam mengontrol kadar gula darah ($p < 0,05$). Penelitian yang juga dilakukan Linda Juwita, et al (2016) Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Kadar Gula Darah Pada Lansia Dengan Diabetes bahwasanya data nilai delta kadar gula darah pada kelompok perlakuan dan kelompok control dilakukan uji statistic melalui Independent sample t-test, dan didapatkan hasil $p = 0,005$, yang berarti ada pengaruh relaksasi Benson terhadap kadar gula darah pada lansia.

Berdasarkan latar belakang diatas melihat keberhasilan para peneliti, maka penulis mengambil topik Asuhan Keperawatan pada pasien Diabetes Mellitus type 2 dengan masalah ketidakstabilan glukosa darah dengan tindakan relaksasi Benson.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah gambaran asuhan keperawatan pada pasien Diabetes Mellitus type 2 dengan masalah ketidakstabilan glukosa darah yang dilakukan tindakan relaksasi Benson?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Setelah melaksanakan studi kasus penulis mampu melakukan asuhan keperawatan pada pasien Diabetes Mellitus type 2 dengan masalah ketidakstabilan glukosa darah yang dilakukan tindakan relaksasi Benson.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan tahapan pelaksanaan proses keperawatan pada pasien Diabetes mellitus type 2 dengan masalah ketidakstabilan glukosa darah yang dilakukan tindakan relaksasi Benson.
- b. Menggambarkan pelaksanaan relaksasi Benson pada pasien Diabetes Mellitus type 2 dengan masalah ketidakstabilan glukosa darah.
- c. Menggambarkan respon atau perubahan pada pasien Diabetes Mellitus type 2 dengan masalah ketidakstabilan glukosa darah.
- d. Menganalisis kesenjangan pada kedua pasien yang dilakukan tindakan relaksasi Benson.

1.4 Manfaat

Terkait dengan tujuan, maka tugas akhir ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi :

a. Akademis

Diharapkan dapat dipergunakan untuk bahan referensi dalam proses belajar mengajar tentang asuhan keperawatan pada pasien Diabetes Mellitus type 2 dengan masalah ketidakstabilan glukosa darah dengan tindakan relaksasi Benson, khususnya pada mahasiswa Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

b. Lahan Praktik

Penelitian ini semoga bisa dijadikan landasan dalam memberikan tindakan relaksasi Benson pada pasien Diabetes Mellitus type 2 dengan masalah ketidakstabilan glukosa darah.

c. Profesi Keperawatan

Diharapkan perawat dapat mengembangkan informasinya mengenai cara melakukan tindakan relaksasi Benson pada pasien Diabetes Mellitus type 2 dengan masalah ketidakstabilan glukosa darah.

d. Masyarakat

Diharapkan dapat dipergunakan untuk menambah wawasan dalam pengelolaan serta penerapan relaksasi Benson terhadap pasien diabetes mellitus type 2 untuk mengatasi masalah ketidakstabilan glukosa darah.