

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Gaya hidup masyarakat saat ini cenderung ke arah modern dimana ditunjukkan dari adanya perubahan sikap maupun perilaku dari manusia. Adapun perubahan gaya hidup ke modern ini bisa terlihat dari *lifestyle*, pola makan, kebiasaan merokok, mengonsumsi alkohol dan perilaku lainnya dimana meningkatkan jumlah pasien yang menderita penyakit degenerative. Hal ini apabila diteruskan bisa mengancam nyawa. Menurut Kemenkes RI (2021), gaya hidup yang cenderung tidak sehat tersebut bisa memicu meningkatkan prevalensi penyakit tidak menular atau disingkat PTM, khususnya penyakit Diabetes Melitus yang kasusnya cukup banyak di Indonesia.

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  $\beta$  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).

*World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa tercatat 422 juta orang di dunia menderita diabetes mellitus dan terjadi peningkatan sekitar 8,5% pada populasi orang dewasa dan diperkirakan terdapat 2,2 juta kematian dengan presentase akibat diabetes melitus pada usia 70 tahun, khusus di negara-negara dengan status ekonomi rendah dan menengah. Bahkan diperkirakan penyakit diabetes mellitus ini akan terus meningkat sekitar 600 juta jiwa pada tahun 2035 (Kemenkes RI, 2021).

Pasien yang menderita diabetes tipe 2 mempunyai gejala-gejala terbilang tidak berat dimana biasanya mereka tidak sadar dengan keadaan kesehatan masing-masing dan adanya gangguan pada kurun waktu yang lama. Tak heran jika penyakit Diabetes Melitus 2 ini sering diabaikan. Alhasil, secara perlahan penyakit Diabetes Melitus tipe 2 ini bisa merusak dan menimbulkan gangguan fungsi organ tubuh serta memicu adanya komplikasi yang serius misalnya kebutaan, gagal ginjal, atau gangguan kardiovaskular, dan tindakan amputasi pada alat gerak bawah dan tubuh bawah. Menurut Direktorat P2PTM (2020), diabetes yang tidak memperoleh penanganan secara segera bisa memicu adanya produktivitas yang menurun, disabilitas bahkan bisa merenggut nyawa secara mendadak sehingga penyakit ini harus mendapatkan penanganan segera.

Berdasarkan hasil konsensus yang dilakukan oleh para peneliti Diabetes Mellitus di Indonesia ada 5 (lima) pilar yang bisa digunakan untuk

menangani kasus Diabetes Melitus yang semakin meningkat ini yaitu dengan diet atau perencanaan makan yang tepat, memperbanyak latihan jasmani, kemudian memantau glukosa darah, pemberian edukasi, maupun intervensi terkait farmakologi (Rokhman & Supriati, 2018). Tingginya kadar glukosa darah yang dialami oleh pasien Diabetes ini bisa ditangani melalui peningkatan tatalaksana mencakup terapi obat dan terapi non obat.

Adapun jenis terapi nonfarmakologi (terapi komplementer) bisa dilakukan melalui terapi relaksasi yang terbilang memiliki efektivitas tinggi dalam upaya membuat kadar glukosa darah semakin menurun salah satunya Terapi Relaksasi Benson. Terapi ini adalah jenis terapi komplementer dan menggunakan modalitas secara unggul yang dapat membuat kadar glukosa darah menurun pada penderita Diabetes Melitus dengan memberikan menghambat hormon yang bisa memicu tingginya kadar glukosa darah (Benson, H., & Proctor, W., (2013).

Adapun mekanisme menurunnya kadar glukosa darah dengan Terapi Benson dilakukan melalui penekanan untuk mengeluarkan epinefrin agar bisa mencegah perubahan glikogen menjadi glukosa, kemudian menghambat keluarnya kortisol dan metabolisme glukosa. Hal ini membuat asam amino, piruvat, dan laktat akan tetap berada di dalam hati berupa glikogen yang merupakan energi cadangan. Dapat juga memberikan tekanan dalam keluarnya glukagon agar bisa mengubah glikogen pada hati menjadi glukosa dan bisa menghambat ACTH dan glukokortikoid yang terdapat di korteks adrenal agar bisa membuat tekanan produksi glukosa baru yang dilakukan hati. Selain itu,

lipolisis dan katabolisme dari karbohidrat juga bisa diberikan tekanan sehingga bisa membuat kadar glukosa darah menurun. Adapun teknik relaksasi ini menjadikan kondisi seseorang bisa merasa memiliki kebebasan baik fisik atau mental akibat adanya rasa tegang maupun stress (Brunner & Suddarth, 2015).

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 lain dari Sri Mulia Sari (2020) dengan judul “Pengaruh Relaksasi Benson terhadap Penurunan kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2” yang menunjukkan rata-rata nilai kadar GDS sebelum dilakukan relaksasi benson tertinggi 498 mg/dL dan nilai terendah 212 mg/dL dan rata-rata kadar GDS setelah diberikan terapi relaksai benson menyatakan bahwa nilai tertinggi 377 mg/dL dengan niali terendah 110 mg/d, sehingga ada perubahan kadar gula darah setelah dan sebelum diberikan terapi relaksai benson dengan hasil p value = 0.001 (<0.05).

Ruang Melatai 3 adalah salah satu ruang perawatan penyakit dalam di UPTD Khusus RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya. Dari hasil wawancara dengan PPJA Ruang Melati 3 penyakit DM menempati urutan ke-3 dari 10 besar penyakit pada bulan Januari sampai dengan bulan Juni 2023. Penerapan

Teknik Relaksasi Benson belum pernah diberikan pada pasien DM yang mengalami ketidakstabilan kadar gula darah.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis memiliki ketertarikan untuk menulis Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “ Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien DM Tipe II Yang Mengalami Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Di Ruang Melati lantai 3 UPTD Kusus RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya.

## **1.2 Rumusan masalah**

Bagaimana Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien DM Tipe II Yang Mengalami Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Di Ruang Melati Lantai 3 UPTD Kusus RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya.

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Setelah melaksanakan studi kasus penulis mampu melakukan asuhan keperawatan pada pasien DM Tipe II dengan masalah ketidakstabilan gula darah yang dilakukan tindakan relaksasi Benson.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Menggambarkan tahapan pelaksanaan proses keperawatan pada pasien DM Tipe II dengan masalah ketidakstabilan glukosa darah yang dilakukan tindakan Relaksasi Benson.
- b. Menggambarkan pelaksanaan Relaksasi Benson pada pasien DM Tipe II dengan masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah.

- c. Menggambarkan respon atau perubahan pada pasien DM Tipe II dengan masalah ketidakstabilan glukosa darah.
- d. Menganalisis kesenjangan pada kedua pasien yang dilakukan Tindakan Relaksasi Benson.

#### **1.4 Manfaat**

##### **a. Akademis**

Diharapkan dapat dipergunakan untuk bahan referensi dalam proses belajar mengajar tentang asuhan keperawatan pada pasien DM Tipe II dengan masalah ketidakstabilan gula 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 DM Tipe II dengan masalah ketidakstabilan glukosa darah.

##### **c. Profesi Keperawatan**

Diharapkan perawat dapat mengembangkan informasinya mengenai cara melakukan tindakan Relaksasi Benson pada pasien DM Tipe II dengan masalah ketidakstabilan glukosa darah.

**d. Masyarakat**

Diharapkan dapat dipergunakan untuk menambah wawasan dalam pengelolaan serta penerapan Relaksasi Benson terhadap pasien DM Tipe II untuk mengatasi masalah ketidakstabilan glukosa darah.