

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah penyakit yang tidak disebabkan oleh mikroorganisme patogen atau penyakit yang tidak menular antar individu, seperti penderita jantung, diabetes, paru-paru obstruktif kronis, dan kanker. Faktor risiko utama penyakit tidak menular meliputi gaya hidup tidak sehat seperti pola makan yang buruk, kurangnya aktivitas fisik, merokok, dan konsumsi alkohol berlebihan. Salah satu PTM yang dapat menyebabkan kematian terbanyak adalah diabetes mellitus (Wahidin et al., 2023).

Diabetes melitus merupakan penyakit yang terjadi akibat tubuh tidak dapat mengatur gula darah dengan baik karena gangguan dalam produksi insulin atau dalam penggunaan insulin. Penyakit ini seringkali terkait dengan gaya hidup tidak sehat, seperti pola makan yang kaya akan gula dan lemak, serta kurangnya aktivitas fisik. Diabetes dapat menyebabkan komplikasi serius seperti kerusakan organ, gangguan sirkulasi, dan risiko tinggi terhadap penyakit jantung (Sartika et al., 2020).

Meningkatnya prevalensi diabetes melitus di seluruh dunia merupakan masalah kesehatan global yang serius dengan implikasi besar terhadap masyarakat dan sistem perawatan kesehatan.

Hasil data dari *International Diabetes Federation* (IDF) setiap tahunnya penderita DM di Indonesia mengalami peningkatan dimulai tahun 2020 dengan jumlah 18 juta dan 2021 mengalami peningkatan sekitar 19,5 juta. Dengan mengalami peningkatan setiap tahunnya dapat mengakibatkan urutan Indonesia dengan jumlah pengidap diabetes terbanyak di dunia yaitu dari peringkat ke-7 menjadi ke-5 dalam daftar Negara. *International Diabetes Federation* (IDF) memperkirakan tahun 2045 jumlah DM di Indonesia dapat meningkat lebih tinggi sekitar 28,57 juta. Sehingga *trend issue* tersebut menjadi pembahasan kesehatan yang serius. Terjadinya peningkatan jumlah DM setiap tahun maka perlu diperhatikan, pola makan, diet yang sehat dan obesitas (Kusnaningsih, 2019).

Diabetes melitus menjadi masalah kesehatan yang signifikan di Indonesia. Menurut data Risesdas 2018 (Riset Kesehatan Dasar), prevalensi diabetes di Indonesia sekitar 6,9 persen dari populasi penduduk dewasa. Sedangkan di Jawa Barat penderita diabetes tahun 2013 yaitu 1,3%, dan 2018 mengalami peningkatan menjadi 1,7%. Rentan penyakit DM paling banyak berada di pemukiman perkotaan dengan persentase 1.9% sedangkan pemukiman pedesaan 1.0% (Bangun & Ningsih, 2021). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, bulan Januari 2021 terdapat 4.928 penduduk yang menderita diabetes melitus (Falah et al., 2023). Hasil data yang direkap oleh Rekam Medik RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya penderita diabetes pada tahun 2023 bulan Januari-November yaitu 305 jiwa rawat inap, diketahui bahwa setiap tahunnya mengalami

peningkatan dan penyakit diabetes menempati posisi ke-5 dari 10 besar penyakit rawat inap.

Salah satu tanda penyakit diabetes melitus adalah meningkatnya kadar gula darah (KGD). Gula darah merupakan sumber energi untuk sel dalam tubuh. Pemantauan atau pengendalian gula darah dapat dilakukan dengan diet, olahraga teratur, dan pengobatan. KGD yang tinggi dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan berbagai masalah. Beberapa dampak yang terjadi saat gula darah meningkat yaitu kerusakan pada pembuluh darah, kerusakan pada saraf (neuropati), masalah pada ginjal dan bahkan dapat mengalami gangguan penglihatan, oleh karena itu perlu penanganan yang baik untuk menurunkan kadar gula darah (Sulastri, 2022).

Keluhan yang dialami oleh pasien DM termasuk meningkatnya kadar gula darah dapat menyebabkan penderita diabetes mengalami stress atau kecemasan. Stress dapat memicu respon biologis yaitu meningkatnya hormon adrenokortikotropik (ACTH) dan kortisol, hal ini akan berdampak pada daya kerja insulin sehingga memperburuk pengelolaan gula darah. Upaya yang bisa dilakukan yaitu farmakologis dengan meminum obat, dan secara *Non farmakologis*. Salah satu contoh *Non-farmakologis* adalah terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT), terapi Murotal Al-Quran, terapi relaksasi otot progresif, aromaterapi, relaksasi Benson dan asmaul husna. Terapi relaksasi Benson dapat menurunkan kecemasan, menimbulkan efek relaksasi, sehingga dengan relaksasi Benson cemas berkurang maka gula darah bisa turun (Ratnawati et al., 2018).

Penelitian (Sumiati, Jumari, & Purnama, 2021) menyimpulkan bahwa terdapat penurunan kadar GDS yang signifikan setelah perlakuan relaksasi benson pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2. Adapun penelitian yang dilakukan oleh (Dewi et al., 2020) menyimpulkan bahwa Relaksasi Benson dapat menurunkan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2.

Hal ini sejalan dengan penelitiannya (Sahwan & Hirdayanti, 2023) bahwa asmaul husna merupakan terapi komplementer dalam keperawatan, yang dapat menurunkan KGD. Dampak dari melafadzkan asmaul husna dapat merasakan ketenangan hati, meningkatkan koneksi dengan Allah, mengingat dan merenungkan sifat-sifat Allah yang indah dan mulia, dapat memurnikan hati dan jiwa dari sifat-sifat negatif. Perlakuan tersebut dapat menurunkan kadar glukosa dalam darah dimana stress dan kecemasan dapat memicu respon fisiologis dengan cara mengaktifkan sistem syaraf parasimpatis yang membantu tubuh kembali ke keadaan rileks.

Penggabungan kedua teknik tersebut secara konseptual memiliki dampak lebih baik dalam mengendalikan KGD. Dibuktikan dari penelitian yang dilakukan oleh (Cahyati et al., 2020) menyimpulkan bahwa terdapat perbedaan gula darah rata-rata sebelum dan sesudah dilakukan Relaksasi Benson dan Aromaterapi pada pasien dengan diabetes melitus tipe 2. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh (Sari & Sajili, 2020) juga menyimpulkan bahwa Relaksasi Benson Dan Terapi Muratal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman dapat menurunkan KGD pada Penderita Diabetes.

Selama ini sepengetahuan peneliti belum ada yang menggabungkan antara relaksasi benson dengan lantunan asmaul husna oleh karena itu peneliti tertarik untuk menggabungkan relaksasi benson dengan lantunan asmaul husna, dan berdasarkan studi pendahuluan didapatkan data bahwa di RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya terapi komplementer tersebut selain belum pernah ada yang melakukannya juga belum tersosialisasikan dengan baik dikarenakan Rumah Sakit tersebut lebih fokus ke pengobatan atau insulin sehingga peneliti tertarik untuk mengkombinasikan terapi relaksasi benson dengan lantunan asmaul husna terhadap penurunan KGD pasien dengan diabetes mellitus.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang menyatakan bahwa Terapi relaksasi Benson dan terapi lantunan Asmaul Husna mudah dilakukan, maka rumusan masalah yang diambil adalah “Apakah Pemberian Terapi relaksasi benson dan terapi lantunan asmaul husna berpengaruh dalam mengendalikan Kadar Gula Darah pada penderita Diabetes Mellitus di RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya?”.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui Pengaruh Relaksasi Benson dan Lantunan Asmaul Husna terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada penderita Diabetes Mellitus.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1) Mengidentifikasi karakteristik responden (usia, jenis kelamin, pendidikan, lama menderita penyakit DM) di RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya.
- 2) Mengidentifikasi rata-rata kadar gula darah pada responden sebelum dan setelah mendapatkan intervensi terapi Relaksasi Benson dan Lantunan Asmaul Husna.
- 3) Menganalisis perbedaan rata-rata kadar gula darah sebelum dan setelah mendapatkan intervensi terapi Relaksasi Benson dan Lantunan Asmaul Husna.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Secara Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat pengembangan ilmu keperawatan sebagai penelitian penanganan Diabetes Melitus secara Non Farmakologis yaitu pengaruh relaksasi Benson dan Lantunan Asmaul Husna dalam mengendalikan Kadar Gula Darah.

### **1.4.2 Secara Praktis**

#### **1. Institusi pendidikan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya**

Memberi sumber tambahan untuk membaca dan menambah referensi kepustakaan, serta memberikan pengetahuan tambahan kepada mahasiswa tentang pengaruh relaksasi benson yang di kombinasikan dengan lantunan Asmaul Husna terhadap penurunan kadar gula darah penderita diabetes.

#### **2. Tenaga Kesehatan**

Menjadikan penelitian sebagai referensi asuhan keperawatan sehingga dapat meningkatkan pelayanan kesehatan dalam mengendalikan kadar gula darah.

#### **3. Pelayanan Kesehatan**

Hasil penelitian dapat dijadikan bahan pertimbangan memberikan Standar Operasional Pemeriksaan (SOP) dalam penanganan Diabetes melitus secara Non Farmakologis yaitu terapi relaksasi Benson dan lantunan Asmaul Husna.

## 1.5 Orsinalitas Penelitian

Tabel 1.1 Orsinalitas Penelitian

| No | Judul dan Penulis                                                                                                                  | Metodologi Penelitian                                                                                                                                                                                              | Subjek dan Variabel Penelitian                                                                                                                      | Hasil                                                                                                                                                                                                                                                    | Perbedaan Peneliti                                                                                                                                                                                                                                              |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | <i>Benson Relaxation Therapy May Lower Blood Sugar Levels Patients With DM Tipe II</i> (Sumiati, Jumari, & Purnawa, 2021).         | Penelitian ini menggunakan <i>Quasi-experiment one group pre-test post-test</i> .<br>Jumlah sampel penelitian yaitu 15 responden                                                                                   | Subjek Penelitian: Penderita DM Tipe 2<br><br>Variabel Dependen : Kadar Gula Darah<br><br>Variabel Independen : Relaksasi Benson                    | Relaksasi Benson terbukti dapat menurunkan kadar gula darah dengan hasil analisis pre dan post dilakukan intervensi yaitu: <i>P-Value adalah</i> $0,001 < 0,05$ .                                                                                        | Perbedaan dengan penelitian sebelumnya yaitu pada:<br><br>Subjek Pelitian: Penderita Diabetes Melitus.<br><br>Variabel Independen: Terdapat perbedaan dalam melakukan Intervensi penelitian ini melakukan kombinasi Relaksasi benson dan lantunan asmaul husna. |
| 2. | Terapi Relaksasi Benson Termodifikasi Efektif Mengontrol Gula Darah pada Lansia dengan Diabetes Mellitus (Ratnawati et al., 2018). | Metode yang dilakukan pada Penelitian ini yaitu <i>Quasi-experiment pre-test post-test with control group</i> .<br>Jumlah sampel penelitian yang digunakan 36 responden kelompok perlakuan dan 36 kelompok kontrol | Subjek Penelitian: Penderita Diabetes Melitus pada Lansia<br><br>Variabel Dependen : Kadar Gula Darah<br><br>Variabel Independen : Relaksasi Benson | Berdasarkan hasil penelitan terdapat perbedaan rata-rata sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan. hasil analisis pada kelompok perlakuan yang diberikan relaksasi benson termodifikasi dengan kelompok kontrol yang hanya diberikan pendidikan kesehatan | Pembeda dari penelitian sebelumnya yaitu pada:<br><br>Jumlah sampel.<br><br>Subjek Pelitian: Penderita Diabetes Mellitus.                                                                                                                                       |



| No | Judul dan Penulis                                                                                                                                                                                    | Metodologi Penelitian                                                                                                                         | Subjek dan Variabel Penelitian                                                                                                                                                                 | Hasil                                                                                                                                                                                                                                                                          | Perbedaan Peneliti                                                                                                                                                                                                                       |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                                                                                                                                                      | dengan teknik <i>purposive sampling</i>                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                | dengan hasil ( $p < 0,05$ ).                                                                                                                                                                                                                                                   | Variabel Independen: kombinasi Relaksasi benson dan lantunan asmaul husna.                                                                                                                                                               |
| 3. | Pengaruh Terapi Lantunan Asmaul Husna Terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Desa Sigerongan pada Wilayah Kerja Puskesmas Sigerongan (Sahwan & Hirdayanti, 2023). | Metode Penelitian ini yaitu <i>quasi-experiment pre-test post-test tanpa kontrol</i> Jumlah sampel penelitian yang digunakan 16 responden.    | Subjek Penelitian: Penderita Diabetes Melitus Tipe II<br>Variabel Dependen : Kadar Gula Darah Sewaktu<br>Variabel Independen : Terapi Lantunan Asmaul Husna                                    | Dari hasil penelitian terdapat pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan. dengan hasil <i>paired t-test</i> menunjukkan bahwa nilai P value sebesar $0,000 < 0,05$ .                                                                                                    | Penelitian yang menjadi pembeda dari sebelumnya yaitu:<br><br>Jumlah sampel 21.<br><br>Subjek Penelitian: Penderita Diabetes Mellitus.<br><br>Variabel Independen: kombinasi dari Relaksasi benson dan lantunan asmaul husna.            |
| 4. | Penurunan Tingkat Kecemasan dan Gula Darah pada Penderita DM Tipe 2 melalui <i>Spiritual Mindfulness Based On Benson Relaxation</i> (Rohmawati & Helmi, 2020).                                       | Metode Penelitian ini yaitu <i>Quasy experiment pre-test post-test dengan kontrol</i> . Jumlah sampel penelitian yang digunakan 30 responden. | Subjek Penelitian: Penderita Diabetes Melitus Tipe II<br>Variabel Dependen : Tingkat Kecemasan dan Gula Darah<br>Variabel Independen : <i>Spiritual Mindfulness Based On Benson Relaxation</i> | Relaksasi Benson mempengaruhi penurunan kecemasan pada setiap kelompok ( $p = 0,000$ kelompok perlakuan, dan $p = 1,00$ untuk kelompok kontrol), sedangkan perubahan kadar gula darah rata-rata ( $p = 0,000$ untuk perawatan kelompok dan $p = 0,48$ untuk kelompok kontrol). | Perbedaan dengan penelitian sebelumnya yaitu:<br><br>Jumlah sampel.<br><br>Subjek Penelitian: Penderita Diabetes Mellitus.<br><br>Variabel dependen<br><br>Variabel Independen: Kombinasi relaksasi benson dengan lantunan asmaul husna. |

| No | Judul dan Penulis                                                                                                                                                                                                | Metodologi Penelitian                                                                                                                               | Subjek dan Variabel Penelitian                                                                                                                                                                | Hasil                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Perbedaan Peneliti                                                                                                                                                                                                                                       |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5. | Pengaruh Relaksasi Benson Dan Terapi Muratal Al-Qur'an Surat Ar-Rahman Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Plaju Palembang (Sari & Sajili, 2020). | Metode Penelitian ini yaitu <i>Pre experiment pre-test post-test tanpa kelompok control</i> . Jumlah sampel penelitian yang digunakan 16 responden. | Subjek Penelitian: Penderita Diabetes Melitus Tipe II<br>Variabel Dependen : Kadar Gula Darah Sewaktu<br>Variabel Independen : Relaksasi Benson dan Terapi Murottal Al-qur'an Surat Ar-Rahman | Berdasarkan dari penelitian tersebut mendapatkan hasil dengan uji wilcoxon pada relaksasi benson p value = 0,001 (<0.05). Sedangkan uji wilcoxon pada terapi murottal p value = 0,000 (<0.05). Dan uji Mann Whitney p value = 0,651(>0.05). Maka terdapat pengaruh sebelum dan setelah diberikan terapi relaksasi benson dan terapi murottal surat Ar-Rahman. | Perbedaan dengan penelitian sebelumnya yaitu: Metodologi penelitian: Jumlah sampel 21. Subjek Penelitian: Penderita Diabetes Mellitus. Variabel Independen: Terdapat pembaruan yaitu dengan mengkombinasi relaksasi benson dengan lantunan asmaul husna. |

| No | Judul dan Penulis                                                                                                                       | Metodologi Penelitian                                                                                                                                                                                     | Subjek dan Variabel Penelitian                                                                                                                                                        | Hasil                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Perbedaan Peneliti                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6. | Effect of Benson Relaxation and Aromatherapy on Blood Glucose Levels in Patients With Type II Diabetes Mellitus (Cahyati et al., 2020). | Metode Penelitian ini yaitu <i>Quasy experiment pre-test post-test dengan kelompok control</i> . Jumlah sampel penelitian yang digunakan 66 responden yaitu 34 kelompok kontrol dan 32 kelompok perlakuan | <b>Subjek Penelitian:</b><br>Penderita Diabetes Melitus Tipe II<br><b>Variabel Dependen :</b><br>Kadar Gula Darah<br><b>Variabel Independen :</b><br>Relaksasi Benson dan Aromaterapi | Relaksasi Benson dan Aromaterapi terbukti efektif untuk menurunkan kadar gula darah namun Hasil analisis statistik pada kelompok kontrol p-value 0,063. Maka, tidak ada perbedaan yang signifikan. Sedangkan pada kelompok intervensi didapatkan analisis statistik, p-value adalah 0,001. Terdapat perbedaan Gula darah sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan. | Perbedaan dengan penelitian sebelumnya yaitu: <b>Metedologi penelitian:</b><br><i>Quasy experiment pre-test post-test tanpa kelompok control</i> Jumlah sampel 21.<br><b>Subjek Pelitian:</b><br>Penderita Diabetes Mellitus.<br><b>Variabel Independen:</b><br>Terdapat pembaruan yaitu dengan mengkombinasi relaksasi benson dengan lantunan asmaul husna |

Berdasarkan analisis penelitian bahwa perbedaan dengan penelitian sebelumnya yaitu pada variabel, metodologi penelitian, sampel, populasi, lokasi penelitian. Persamaannya terdapat pada variable independent yaitu Relaksasi Benson. Pembaruan dari penelitian tersebut yaitu Lantunan Asmaul Husna dengan menggunakan audio. Hal tersebut peneliti mengambil judul “Pengaruh Relaksasi Benson Dan Lantunan Asmaul Husna Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Dengan Diabetes Melittus RSUD Dr Soekardjo Tasikmalaya”.