

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes Melitus merupakan golongan penyakit tidak menular (PTM) dengan ditandai adanya kenaikan kadar gula dalam darah. Berdasarkan laporan terbaru dari *International Diabetes Federation (IDF)* menunjukkan bahwa prevalensi orang yang menderita DM di seluruh dunia pada usia 20 – 79 tahun diperkirakan meningkat menjadi 10,5% (536,6 juta orang) pada tahun 2021 dan meningkat menjadi 12,2% (783,2 juta orang) pada tahun 2045. Indonesia merupakan negara yang memiliki jumlah penderita DM terbesar di dunia menduduki peringkat 5 di tahun 2022 (Wang et al., 2022).

Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya melaporkan jumlah penderita mencapai 9.729 penderita dari 10 kecamatan yang tersebar di Kota Tasikmalaya. Dari 22 Puskesmas yang tersebar di Kota Tasikmalaya Puskesmas Mangkubumi memiliki jumlah pasien terbanyak sekitar 748 penderita penyakit diabetes melitus (Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, 2021). Penyakit ini terus meningkat seiring dengan gaya hidup masyarakat yang tak teratur. Dengan tidak standarisasi kesehatan seperti merokok, minuman keras, pola makan yang kurang sehat, obesitas. Selain daripada kebiasaan, faktor resiko lain yaitu genetik yang diturunkan dari salah satu pihak keluarga penderita.

Adanya berbagai keluhan dari penderita mengenai penyakit tersebut terutama sulitnya mengendalikan gula darah merupakan masalah utama yang harus diatasi oleh para pengidap Diabetes Melitus tipe II. Penatalaksanaan yang bisa dilakukan oleh pasien dengan gula darah tinggi yaitu dengan 2 terapi yaitu farmakologi dan non-farmakologi. Terapi farmakologis yang diberikan pada penderita diabetes melitus yaitu diberikan *OHO (Obat Hipoglikemik Oral)* dan Suntik Insulin namun terapi ini harus dengan pengawasan dan yang diresepkan oleh dokter. Adapun terapi non farmakologi dilakukan untuk membantu mengoptimalkan hasil dari terapi farmakologi dalam pengendalian nilai gula darah. Salah satunya adalah Latihan Relaksasi Otot Progresif yang dapat membantu menurunkan kadar HbA1C (Tahereh Najafi Ghezalje, 2017). Berbagai ragam manfaat yang diberikan oleh latihan ini yaitu mengurangi kecemasan, meningkatkan kualitas tidur (insomnia) dan meningkatkan tekanan darah (Putri & Bayhakki, 2016). Selain itu ada juga aktifitas yang dapat memberikan efek menenangkan yaitu mendengar suara *Murottal Qur'an*.

Berdasarkan studi yang dilakukan Al – Qadhi di Amerika Serikat tepatnya di klinik besar Florida bahwa mendengarkan ayat suci Al-Qur'an memberikan perubahan fisik yang signifikan. Dengan apa yang dirasakan oleh subjek penelitian adalah penurunan depresi, kesedihan dan ketenangan jiwa. Hasil studi yang dilakukan menunjukkan bahwa bacaan ayat suci Al-Qur'an dapat menghasilkan ketenangan dan penyembuhan penyakit sebesar 97%. (AL qadhi et al., 2018).

Murottal Al-Qur'an adalah lantunan ayat suci Al – Qur'an yang memberikan pengaruh terhadap sistem tubuh manusia sehingga saat

mendengarkannya tubuh kita akan merasakan perubahan yang sangat besar. Lantunan ayat suci Al-Qur'an mempunyai berbagai manfaat yang sangat baik terutama terhadap kesehatan manusia (Susilawati, 2020). Hal itu terjadi karena lantunan yang diberikan oleh Al-Qur'an dapat membuat hormon endofrin memberikan rangsangan rasa nyaman pada tubuh manusia sehingga yang merasakannya pun merasa tenang. Itulah mengapa *Murottal Al-Qur'an* disebut sebagai bagian dari teknik non farmakologi karena dapat memberikan solusi dalam upaya membantu proses penyembuhan berbagai penyakit khususnya penyakit Diabetes Melitus. Berdasarkan studi pendahuluan kepada pengidap diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Mangkubumi bahwa belum adanya penerapan Latihan otot progresif yang diiringi Murottal Al – Qur'an, pasien yang sering melakukan kontrol hanya diberikan obat serta diberikan pengarahan mengenai diabetes melitus serta aktifitas fisik yang bisa dilakukan di dalam rumah. Dari fenomena diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif diiringi Murottal Al-Qur'an terhadap perubahan nilai gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Mangkubumi.”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian maka rumusan masalah adalah “Bagaimana pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif diiringi Murottal Al-Qur'an terhadap Perubahan Nilai Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Puskesmas Mangkubumi”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian untuk mengetahui Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif diiringi Murottal Al-Qur'an terhadap Perubahan Nilai Gula Darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe II.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik Penderita Diabetes Melitus Tipe II, yaitu :
Usia, Jenis Kelamin dan Lama menderita DM.
- b. Untuk mengetahui pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif diiringi Murottal Al-Qur'an terhadap Perubahan Nilai Gula Darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe II.
- c. Mengetahui adanya perubahan nilai rata – rata gula darah sebelum dan sesudah dilakukan intervensi Latihan Relaksasi Otot Progresif diiringi Murottal Al-Qur'an terhadap Perubahan Nilai Gula Darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe II.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi semua pihak yang terlibat di dalamnya sebagai upaya pengembangan intervensi keperawatan bagi penderita DM. Manfaat tersebut antara lain :

a. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mengenai intervensi keperawatan, khususnya Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif diiringi Murottal Al-Qur'an terhadap Perubahan Nilai Gula Darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe II.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Pasien Diabetes Melitus

Penelitian ini dapat digunakan sebagai intervensi yang dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien Diabetes Melitus untuk menurunkan gula darah, membantu mereka menjaga gula darah mereka stabil dan mencegah komplikasi yang terkait dengan diabetes.

2. Bagi Puskesmas Mangkubumi

Penelitian dapat menjadi masukan bagi Puskesmas Mangkubumi dalam upaya peningkatan peranan dalam pengembangan intervensi serta pelayanan kesehatan terhadap penderita Diabetes Melitus sebagai upaya meningkatkan kesejahteraan hidup para penderita.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil dari penelitian ini dapat ditambahkan ke dalam kepustakaan atau digunakan sebagai referensi dalam proses pembelajaran mengenai intervensi diabetes melitus tipe II.

1.5 Orisinalitas Penelitian

Dalam penelusuran referensi atau kepustakaan terdapat beberapa perbedaan dengan peneliti sebelumnya :

Tabel 1. 1 Orisinalitas Penelitian

No	Peneliti & Judul Penelitian	Metode dan Hasil	Perbedaan dengan Peneliti Sebelumnya
1	Pengaruh relaksasi otot progresif terhadap kadar gula darah dan Ankle Branchial Index Diabetes Melitus Tipe 2 (Hermanto, 2020)	<p>Metode : Quasi eksperimen pretest-& post-test</p> <p>Hasil penelitian : menunjukkan gula darah sebelum PMR adalah 245,34 mg/dl dan 170,83 mg/dl setelah PMR</p>	<p>Perbedaan : Populasi penelitian, sampel penelitian, waktu, lokasi dan intervensi penelitian</p>
2	Efektivitas Relaksasi Otot Progresif terhadap gula darah (Meilani et al., 2020).	<p>Metode : Quasi eksperimen dilakukan dengan pretest & post-test dengan kelompok kontrol</p> <p>Hasil : menunjukkan bahwa nilai gula darah sebelum dan sesudah PMR pada kelompok intervensi berbeda secara signifikan.</p>	<p>Perbedaan : Populasi sample, waktu, tempat, intervensi penelitian</p>
3	Progressive Muscle Relaxation (PMR) Is Effective to Lower Blood Glucose Levels of Patients With Type 2 Diabetes Melitus (Agung Akbar et al., 2018)	<p>Metode: Quasi eksperimen pre-test dan post-test dengan kelompok kontrol</p> <p>Hasil : PMR menurunkan gula darah dengan baik.</p>	<p>Perbedaan : Desain penelitian, Populasi penelitian, Sample Penelitian, waktu penelitian dan tempat penelitian</p>
4	Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kadar Gula Darah Paisein Diabetes Melitus Tipe II di RSUD Ibnu Sutowo (Juniarti et al., 2021)	<p>Metode : Quasi eksperimen dengan satu kelompok pre-test & post-test design.</p> <p>Hasil : Penelitian ini menunjukkan bahwa PMR mempengaruhi kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe II</p>	<p>Perbedaan : Jumlah populasi penelitian, sample penelitian, waktu penelitian dan tempat penelitian.</p>
5	Efektifitas Progressive Muscle Relaxation terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu pasien Diabetes Melitus Tipe 2 (Ibrahim & Aisyah, 2023)	<p>Metode : Quasi eksperimen dengan satu kelompok pre-test dan post-test.</p> <p>Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa PMR dapat mempengaruhi nilai gula darah pengidap diabetes melitus.</p>	<p>Perbedaan : Jumlah populasi sample, waktu dan tempat penelitian.</p>

6	Efektifitas Terapi Murottal Al-Qur'an terhadap kadar gula darah pasien diabetes melitus Tipe 2 di RSUD DR. Rasidin Padang (Sartika et al., 2020)	Metode : Quasi eksperimen dengan desain dua kelompok kontrol pre-test & post-test Hasil : Murottal Al-Qur'an menurunkan nilai gula darah pasien DM tipe II	Perbedaan : Desain penelitian, jumlah populasi, sample penelitian, waktu penelitian dan tempat penelitian
---	--	---	--
