

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Diabetes mellitus (DM) adalah suatu kumpulan penyakit metabolisme yang timbul pada seseorang disebabkan karena kadar glukosa darah yang meningkat melebihi nilai normal akibat kekurangan insulin. Di dunia ini terdapat 463 juta jiwa orang yang memiliki diabetes mellitus. Pada tahun 2030 angka DM diperkirakan akan terjadi peningkatan mencapai 578 juta jiwa. Dan sekitar tahun 2045 DM diperkirakan dapat mencapai 700 juta jiwa. Perkiraan orang yang memiliki DM di Indonesia pada tahun 2020 yaitu sekitar 10,7 Juta jiwa (Federation, 2019). (Kristina Silalahi, Mutiara Magpirah, Lusi Octavia Br. Silaban, 2022)

Prevalensi DM di Indonesia menurut hasil riset kesehatan dasar (RISKESDAS) tahun 2018 menjelaskan bahwa terjadi kenaikan DM terhadap usia >15 tahun sebesar 2% dibandingkan dengan hasil Riskesdas tahun 2013 yaitu 1,5%. Pada tahun 2013 prevalensi DM hasil pemeriksaan gula darah mengalami peningkatan dari 6,9% menjadi 8,5% tahun 2018 yang menunjukkan bahwa baru sekitar 25% penderita DM yang mengetahui dirinya menderita DM. Prevalensi DM di Provinsi Jawa Barat juga mengalami kenaikan dari 1,3% menjadi 1,7% (Kemenkes RI, 2020).

Pada tahun 2021 Internasional Diabetes Federation (IDF) di Indonesia yaitu Kota Tasikmalaya sebagai salah satu kota yang terletak di Provinsi Jawa Barat yang banyak memiliki kasus DM, dimana pada tahun 2022 terdapat kasus

kejadian DM sebanyak 7.438 orang. Di wilayah Puskesmas Purbaratu kasus DM sebanyak 614 orang yang menjadikan Puskesmas Purbaratu menduduki urutan ke-2 di Kota Tasikmalaya. Yang artinya bahwa DM di Puskesmas Purbaratu cukup besar dan perlu ditanggulangi. (Dinkes Kota Tasikmalaya, 2022)

DM juga bisa menyebabkan komplikasi, menurut (Saswati et al., 2020) dampak dari penyakit DM diantaranya dapat terjadinya komplikasi metabolik akut seperti kadar gula darah dibawah nilai normal (Hipoglikemia) dan kadar gula darah diatas nilai normal (hiperlikemia) serta bisa terjadi komplikasi kronik seperti kerusakan syaraf, retinopati, ulkus/ gangrene, proteinuria, nefropati serta dampak psikis. Dampak psikis yang dimaksud dapat terjadinya kecemasan yang akan merangsang pelepasan ACTH (adrenocorticotropic hormone) dari kelenjar hipofisis anterior. ACTH akan memicu aktivitas kelenjar adrenal, yang pada gilirannya akan menghasilkan hormon adrenokortikoid yang dikenal sebagai kortisol (Saswati et al., 2020).

Gejala yang umum terjadi pada penderita DM termasuk sering buang air kecil (poliuri), rasa haus yang berlebihan (polidipsi), meningkatnya nafsu makan (poliphagi), penurunan berat badan, kelemahan, kelelahan, rasa mengantuk yang berlebihan, perasaan tidak enak badan (malaise), sensasi kesemutan di tangan dan kaki, infeksi kulit, gatal-gatal (pruritus), serta tanda-tanda ketoasidosis dan kehilangan kesadaran atau keletihan yang mendalam ketika penyakit sudah parah. Kondisi psikologis penderita DM juga dapat terganggu. Perubahan mendadak dari keadaan sehat menjadi sakit dapat

menghasilkan reaksi psikologis negatif pada penderita DM. Ini dapat mencakup peningkatan kemarahan, kecemasan yang meningkat, perasaan rendah diri, dan depresi. Respons emosional negatif tersebut mungkin termasuk penolakan atau kesulitan menerima kenyataan, rasa cemas, kemarahan, perasaan bersalah, dan depresi.

Penderita DM sering mengalami peningkatan kecemasan karena perubahan kondisi yang dapat menyebabkan biaya pengobatan tambahan, kekhawatiran akan masa depan, serta pengobatan jangka panjang. Dari 2.584 klien, sekitar 14% pasien DM dilaporkan mengalami kecemasan. Studi lain menunjukkan bahwa dari 66 penderita DM yang diobservasi, 45 responden mengalami kecemasan. Kecemasan merujuk pada kondisi emosional dan pengalaman pribadi terkait dengan situasi yang tidak jelas atau spesifik. Ini ditandai dengan rasa tidak nyaman atau kegelisahan, sering kali disertai perasaan takut dan reaksi emosional. Kecemasan juga bisa diartikan sebagai ketakutan akan kemungkinan terjadinya sesuatu, yang merupakan hasil dari antisipasi akan bahaya.

Kecemasan merupakan bagian alami dari keberadaan manusia yang memberikan peringatan penting untuk bertahan hidup. Ini dapat menimbulkan respons fisik seperti nyeri dada, detak jantung yang cepat, sesak napas, dan rasa takut, yang dapat terkait dengan gangguan mental dan fisik. Cemas, di sisi lain, adalah perasaan atau emosi individu tanpa kejadian atau objek spesifik yang diidentifikasi. Ini juga bisa dijelaskan sebagai perasaan ancaman atau khawatir. Perawat memiliki peran penting dalam menangani pasien DM yang mengalami

kecemasan dengan memberikan motivasi dan intervensi yang bertujuan untuk mengurangi kecemasan. Intervensi tersebut bisa meliputi teknik relaksasi nafas dalam, distraksi, hipnosis lima jari, spiritual (Saswati et al., 2020)

Penatalaksanaan yang dapat diberikan pada pasien DM yaitu dapat berupa medis (farmakologi) dan non medis (nonfarmakologi), pengobatan nonfarmakologi merupakan pengobatan komplementer yang tidak memerlukan obat (Perkeni, 2019). Factor yang memicu pelepasan hormone epineprin dan nonepineprin adalah kecemasan yang diderita pasien DM, Hal ini dapat mengakibatkan fluktuasi gula darah dan menghentikan produksi insulin oleh tubuh. Kadar glukosa darah dalam tubuh yang naik dan turun secara tiba-tiba dapat mengalami kecemasan dan dapat menimbulkan komplikasi tambahan karena kurangnya pengelolaan efektif atau teknik penanganan yang tepat. (Nadila & Pratiwi, 2022). Saleh, Maryunis & Murtini (2020) telah melakukan penelitian dan membuktikan terdapat 23 dari 35 subjek penelitian pada pasien DM mempunyai kecemasan. (Kristina Silalahi, Mutiara Magpirah, Lusi Octavia Br. Silaban, 2022).

Beberapa tindakan yang dapat dilakukan dengan terapi komplementer pada pasien DM yaitu teknik relaksasi nafas dalam, distraksi, hipnosis 5 jari dan relaksasi benson. Terapi hipnosis lima jari dapat diterapkan pada pasien DM yang mengalami kecemasan, karena fokus pada terapi hipnosis lima jari dapat menghasilkan perasaan ketenangan, relaksasi, dan mengurangi kecemasan pada pasien. Hal ini memungkinkan pasien untuk mengelola dirinya sendiri dan menjaga kadar gula darah tetap stabil. Penelitian oleh Sarawati et al. (2020)

mendukung efektivitas terapi hipnosis lima jari dalam mengurangi tingkat kecemasan pada pasien DM. Terapi hipnosis lima jari adalah bentuk self-hipnosis yang mampu menghasilkan efek relaksasi yang signifikan, membantu mengurangi ketegangan dan stres pikiran seseorang (Smk et al., 2010).

Metode ini melibatkan pasien untuk menciptakan suasana rileks, fokus pada pikiran atau gambaran yang menyenangkan, sambil melakukan sentuhan pada lima jari secara berurutan.(Halim et al., 2023). Adapun terapi benson yaitu terapi gabungan antara relaksasi nafas dalam dan spiritual juga dapat mengurangi kecemasan. Menurut hasil penelitian yang dikutip dari (Kristina Silalahi, Mutiara Magpirah, Lusi Octavia Br. Silaban, 2022) didapatkan 35 pasien yang diteliti dimana Dari total 12 orang dengan kecemasan ringan, 12 orang dengan kecemasan sedang, dan 11 orang dengan kecemasan berat sebelum terapi benson, setelah penerapan terapi benson, sebanyak 21 orang tidak lagi masuk dalam kategori kecemasan, 10 orang tetap dalam kategori kecemasan ringan, 4 orang tetap dalam kategori kecemasan sedang, dan tidak ada pasien DM yang masih mengalami kecemasan berat. Relaksasi Benson merupakan suatu teknik relaksasi yang melibatkan pernapasan dalam yang disatukan dengan keyakinan pribadi pasien.

Teknik relaksasi benson bertujuan untuk merilekskan otot-otot tubuh, menciptakan perasaan ketenangan dan kenyamanan. Fokus utama dari teknik ini adalah mengalihkan perhatian pada suatu objek atau kata-kata spiritual yang sesuai dengan keyakinan individu, sambil menghilangkan pikiran-pikiran yang mengganggu. Selama proses relaksasi Benson, pernapasan diarahkan untuk

memaksimalkan aliran oksigen ke paru-paru melalui saluran pernapasan, yang kemudian didistribusikan ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah guna memenuhi kebutuhan oksigen tubuh.(Nurhafiza & Saputra, 2023)

Oleh karena banyak terjadinya permasalahan tersebut terutama di Kota Tasikmalaya, maka penulis tertarik untuk menyusun mengambil judul Karya Tulis Ilmiah dengan “ Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Yang Mengalami Kecemasan Dengan Penerapan Hipnosis Lima Jari Dan Relaksasi Benson Di Wilayah Puskesmas Purbaratu KotaTasikmalaya Tahun 2024 ”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan dari penjabaran latar belakang masalah diatas, maka ditentukan rumusan masalah dalam studi ini adalah “Bagaimana gambaran asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus yang mengalami kecemasan dengan pemberian hipnosis lima jari dan relaksasi benson?”.

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum studi kasus ini adalah penulis mampu menerapkan asuhan keperawatan pada pasien DM yang mengalami kecemasan dengan penerapan hipnosis lima jari dan relaksasi benson.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus karya tulis ilmiah ini yaitu:

1.3.2.1 Menggambarkan tahapan pelaksanaan proses keperawatan pada pasien DM tipe 2 dengan gangguan kecemasan yang dilakukan tindakan hipnosis lima jari dan relaksasi benson.

1.3.2.2 Menggambarkan respon pada perubahan tanda dan gejala kecemasan pasien DM yang dilakukan tindakan hipnotis lima jari dan relaksasi benson

1.3.2.3 Menganalisis kesenjangan pada kedua pasien DM dengan gangguan kecemasan yang dilakukan tindakan hipnosis lima jari dan relaksasi benson.

### **1.4 Manfaat studi kasus**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Secara teoritis hasil karya tulis ilmiah ini dapat menambah pengetahuan dan sebagai bahan referensi tentang tindakan terapi hypnosis lima jari dan relaksasi benson pada pasien DM tipe 2 yang mengalami kecemasan.

#### **1.4.2 Manfaat Praktisi**

##### **1.4.2.1 Bagi responden**

Pasien dan keluarga dapat memperoleh ilmu dan keterampilan mengenai kecemasan pada pasien DM tipe 2.

#### **1.4.2.2 Bagi Penulis**

Diharapkan setelah penelitian ini penulis mendapatkan pengetahuan dan pengalaman yang berharga guna menambah wawasan lebih mendalam terkait keperawatan jiwa dan pasien ansietas dengan penerapan hipnosis lima jari dan relaksasi benson

#### **1.4.2.2 Bagi Puskesmas**

Diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi lahan praktik dan petugas kesehatan dalam upaya meningkatkan mutu pelayanan kesehatan dalam memberikan asuhan keperawatan.