

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit tidak menular atau PTM merupakan penyakit yang sering terjadi di Dunia, selain dikenal sebagai penyakit kronis, penyakit tidak menular juga menjadi penyebab kematian tertinggi. Penyakit tidak menular menyebabkan 41 juta kematian setiap tahun, yang merupakan 74% dari seluruh dunia, 2 juta kematian akibat diabetes mellitus termasuk penyakit ginjal (WHO, 2023).

Diabetes Melitus (DM) merupakan masalah serius dengan angka kejadian yang meningkat tajam. Berdasarkan data *International Diabetes Federation (IDF)* tahun 2024, Indonesia menempati peringkat kelima dunia dengan jumlah penderita diabetes terbanyak. Jumlah penderita diabetes pada kelompok usia 20–79 tahun mencapai 20,4 juta orang dengan prevalensi sebesar 11,3%. Angka ini menunjukkan peningkatan yang signifikan dibandingkan tahun 2011 yang hanya mencapai 7,3 juta penderita. Provinsi Jawa Barat merupakan salah satu wilayah dengan beban penyakit diabetes yang tinggi. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan tahun 2024, Jawa Barat menempati posisi kedua tertinggi prevalensi diabetes di Indonesia. Di Kota Bandung, diabetes melitus merupakan salah satu penyakit tidak menular yang terus mengalami peningkatan dan menjadi fokus pelayanan kesehatan primer. Data Dinas Kesehatan Kota Bandung (2024) menunjukkan bahwa ada sekitar 62,344 Pasien diabetes melitus yang tercatat per tahun 2024-2025 Kondisi ini menunjukkan bahwa diabetes melitus masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang

memerlukan perhatian serius dalam upaya pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular. RSUD Welas Asih memiliki fasilitas memadai serta tenaga medis berpengalaman dalam menangani komplikasi diabetes. Selain itu, jumlah pasien dengan ulkus kaki diabetik cukup tinggi, di mana hasil wawancara menunjukkan sekitar 80 pasien dirawat dalam enam bulan terakhir.

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu penyakit kronis yang menjadi masalah kesehatan global dengan prevalensi yang terus meningkat setiap tahunnya. Penyakit ini ditandai dengan gangguan metabolisme yang menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah akibat gangguan sekresi insulin, kerja insulin, maupun keduanya (Anita, Purwati, 2023). Kondisi hiperglikemia di Indonesia masih menjadi masalah yang belum teratasi dan masih berlangsung kronis dapat menyebabkan berbagai komplikasi, baik mikrovaskular maupun makrovaskular, yang berdampak pada penurunan kualitas hidup pasien. Selain gangguan fisik, pasien diabetes melitus juga sering mengalami masalah psikologis dan gangguan pola istirahat tidur akibat perubahan fisiologis maupun psikososial yang dialami selama menjalani pengobatan jangka panjang (Mulyadin, 2022).

Gangguan tidur merupakan salah satu masalah yang sering ditemukan pada pasien diabetes melitus tipe 2. Pasien diabetes sering mengalami keluhan seperti sering terbangun pada malam hari, kesulitan memulai tidur, tidur tidak nyenyak, serta penurunan durasi tidur akibat poliuria nokturnal, neuropati diabetik, nyeri, kecemasan, dan stres terkait penyakit kronis. Kualitas tidur yang buruk dapat menyebabkan gangguan regulasi hormon, peningkatan resistensi

insulin, penurunan imunitas, serta memperburuk kontrol glikemik pasien. Selain itu, kualitas tidur yang buruk juga berdampak terhadap penurunan aktivitas sehari-hari, kelelahan, gangguan konsentrasi, hingga penurunan kualitas hidup pasien diabetes melitus (Daud et al., 2020).

Penelitian oleh Febriani (2024) menunjukkan bahwa kualitas tidur pada pasien diabetes melitus tipe 2 dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kondisi fisik, psikologis, stres, dan lingkungan perawatan. Gangguan tidur pada pasien diabetes melitus tidak boleh dianggap sebagai masalah ringan karena dapat memperburuk kondisi penyakit dan meningkatkan risiko komplikasi. Oleh sebab itu, diperlukan intervensi yang efektif dan aman untuk membantu meningkatkan kualitas tidur pasien diabetes melitus, baik melalui pendekatan farmakologis maupun nonfarmakologis. Kualitas tidur yang buruk seperti OSA (*Obstruktive Sleep Apnea*) juga merupakan salah satu faktor resiko dari DM. Sebuah penelitian yang dilakukan di *University of Toronto* mengumpulkan koresponden sejumlah 8.600 orang dewasa yang diduga menderita OSA. Pada penelitian ini tingkat keparahan OSA setiap orang dievaluasi menggunakan pengukuran yang dikenal sebagai *Apnea Hypoapnea Index (AHI)*, yang menunjukkan berapa kali seseorang berhenti bernapas setiap jam. Selama periode penelitian 1994 hingga 2010, sekitar 11,7% dari peserta OSA bertendensi mengidap DM tipe 2.

Pendekatan nonfarmakologis saat ini semakin banyak digunakan dalam praktik keperawatan karena relatif aman, minim efek samping, mudah diterapkan, dan dapat meningkatkan kenyamanan pasien. Salah satu intervensi

nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas tidur adalah *Guided Imagery Music (GIM)* (Wahyuni et al., 2023). *Guided Imagery Music* merupakan teknik relaksasi yang mengombinasikan musik dengan imajinasi terpandu untuk membantu individu mencapai keadaan rileks secara fisik maupun psikologis. Teknik ini bekerja melalui stimulasi relaksasi pada sistem saraf pusat sehingga dapat menurunkan stres, kecemasan, ketegangan otot, dan meningkatkan kenyamanan emosional pasien (Mampuk & Mokoagow, 2017).

Guided imagery diketahui mampu memberikan efek positif terhadap kondisi psikologis pasien diabetes melitus (Putri et al., 2023). Penelitian oleh Safitri dan Mariyati (2024) menunjukkan bahwa terapi *guided imagery* memiliki pengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat stres pada pasien diabetes melitus. Penurunan stres tersebut secara tidak langsung dapat memperbaiki kualitas istirahat dan tidur pasien karena stres merupakan salah satu faktor utama penyebab gangguan tidur. Selain itu, *guided imagery* juga membantu meningkatkan relaksasi, mengurangi ketegangan emosional, dan menciptakan kondisi tubuh yang lebih nyaman untuk tidur.

Selain *guided imagery*, penggunaan musik sebagai terapi relaksasi juga terbukti memiliki pengaruh positif terhadap kualitas tidur. Musik relaksasi mampu menurunkan aktivitas sistem saraf simpatik, memperlambat denyut jantung, menurunkan tekanan darah, serta membantu menciptakan kondisi relaksasi yang mendukung tidur lebih berkualitas. Meta-narrative review yang dilakukan oleh Azzari et.al. pada tahun 2024 menyebutkan bahwa terapi musik

memberikan dampak positif terhadap kualitas tidur melalui mekanisme regulasi emosi dan penurunan kecemasan. Kombinasi musik dan *guided imagery* dalam bentuk *Guided Imagery Music* menjadi intervensi yang potensial untuk diterapkan pada pasien diabetes melitus yang mengalami gangguan tidur.

Beberapa penelitian sebelumnya lebih banyak membahas efektivitas *guided imagery* terhadap stres, depresi, dan *subjective well-being* pada pasien diabetes melitus. Penelitian Patrayana et al. (2024) menunjukkan bahwa *guided imagery* efektif menurunkan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus. Namun, penelitian mengenai penerapan *Guided Imagery Music (GIM)* terhadap kualitas tidur pasien diabetes melitus tipe 2 masih terbatas, khususnya pada pasien rawat inap. Kondisi tersebut menunjukkan masih adanya kesenjangan penelitian terkait efektivitas GIM terhadap kualitas tidur pasien diabetes melitus tipe 2 di ruang perawatan rumah sakit.

Berdasarkan hasil observasi awal di Ruang Ummar Bin Khatab 2 RSUD Welas Asih, ditemukan beberapa pasien diabetes melitus tipe 2 mengeluhkan sulit tidur, sering terbangun pada malam hari, rasa tidak nyaman, dan kelelahan saat bangun tidur. Kondisi tersebut dapat memengaruhi proses penyembuhan dan kualitas hidup pasien selama menjalani perawatan. Intervensi nonfarmakologis seperti *Guided Imagery Music* dipandang dapat menjadi alternatif terapi keperawatan yang mudah diterapkan, aman, dan ekonomis untuk membantu meningkatkan kualitas tidur pasien.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan judul “Penerapan *Guided Imagery Music*

(GIM) terhadap Kualitas Tidur Pasien dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Ruang Umur Bin Khatab 2 RSUD Welas Asih.”?

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan judul yang telah diambil oleh peneliti didapatkan rumusan masalah adalah :

“Bagaimanakah penerapan *Guided Imagery Music (GIM)* terhadap kualitas tidur pasien dengan diabetes melitus tipe 2 di Ruang Umur Bin Khatab 2 RSUD Welas Asih?”

1.3 Tujuan Penelitian

A. Tujuan Umum

Memberikan gambaran penerapan *Guided Imagery Music (GIM)* terhadap kualitas tidur pasien dengan diabetes melitus tipe 2 di Ruang Umur Bin Khatab 2 RSUD Welas Asih.

B. Tujuan Khusus

1. Menggambarkan tahapan proses asuhan keperawatan pada pasien diabetes melitus tipe 2 dengan gangguan kualitas tidur yang diberikan intervensi *Guided Imagery Music (GIM)*.
2. Menggambarkan pelaksanaan intervensi *Guided Imagery Music (GIM)* pada pasien diabetes melitus tipe 2 dengan gangguan kualitas tidur.
3. Menggambarkan respons atau perubahan kualitas tidur pada pasien diabetes melitus tipe 2 setelah diberikan intervensi *Guided Imagery Music (GIM)*.

4. Menganalisis kesenjangan pada kedua pasien diabetes melitus tipe 2 yang diberikan intervensi *Guided Imagery Music (GIM)*.

1.4 Manfaat Penelitian

A. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menambah pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam pemberian intervensi nonfarmakologis berupa *Guided Imagery Music (GIM)* untuk meningkatkan kualitas tidur pasien diabetes melitus tipe 2.

B. Manfaat Praktis

1. Bagi Rumah Sakit

Penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam penerapan intervensi keperawatan nonfarmakologis untuk meningkatkan kualitas tidur pasien diabetes melitus tipe 2.

2. Bagi Perawat

Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi perawat dalam memberikan terapi relaksasi *Guided Imagery Music* sebagai intervensi mandiri keperawatan.

3. Bagi Pasien

Penelitian ini dapat membantu pasien diabetes melitus tipe 2 meningkatkan kualitas tidur, mengurangi ketidaknyamanan, dan meningkatkan kenyamanan selama perawatan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi sumber referensi dan dasar pengembangan penelitian selanjutnya terkait terapi *Guided Imagery Music* pada pasien dengan penyakit kronis.