

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit diabetes melitus merupakan penyakit yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah dalam urine akibat terganggunya metabolisme karena produksi dan fungsi hormon insulin tidak berjalan dengan seharusnya. Tingginya kadar gula darah dalam jangka waktu yang lama dapat merusak beberapa sistem tubuh, seperti pembuluh darah jantung, ginjal, kerusakan syaraf (stroke), hingga kematian (Ni et al., 2017). Dalam pemaparan lain dijelaskan bahwa diabetes melitus merupakan penyakit kronis dengan karakteristik hiperglikemia karena kekurangan insulin atau akibat resistensi fungsi insulin. Diabetes melitus memiliki komplikasi makroangiopati dan mikroangiopati yang bersifat kronis (Meilyani et al., 2021).

Dapat disimpulkan bahwa diabetes melitus dapat mengalami komplikasi makroangiopati dan mikroangiopati yang dapat menyebabkan gangguan metabolik tubuh seperti kerusakan pembuluh darah. Dan diabetes melitus juga suatu penyakit kronis yang tidak menular dengan karakteristik hiperglikemia yang mengakibatkan kekurangan insulin atau akibat resistensi fungsi insulin.

Diabetes melitus menjadi masalah utama di negara-negara berkembang di seluruh dunia. Sekitar 422 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes melitus, sebagian besar tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah hingga 1,5 juta kematian yang berhubungan langsung dengan diabetes setiap tahunnya. Menurut World Health Organization (WHO), pada tahun 2022. Jumlah penderita diabetes melitus mengalami peningkatan yang signifikan dalam beberapa tahun terakhir dan Indonesia termasuk salah satu negara menurut Internasional diabetes federation (IDF) tahun 2021 Indonesia menempati kasus diabetes melitus dengan urutan ke-5 dari 10 negara tertinggi dari jumlah 19,5 juta dengan penduduk menderita penyakit diabetes melitus. Berdasarkan angka kejadian diabetes melitus menurut riset kesehatan dasar (RISKESDAS, 2020) diabetes melitus di provinsi Jawa Barat mencapai 1,74% sekitar 570.611 penderita dan laporan dari dinas kesehatan kota Tasikmalaya (2023) terdapat 11.782 penderita diabetes melitus di kota Tasikmalaya pada tahun 2023. Diabetes merupakan salah satu penyakit tidak menular yang kini diawasi oleh Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya (Sri et al., 2020).

Informasi mengenai prevalensi diabetes melitus sangat penting untuk proses perencanaan dan pengambilan keputusan di Puskesmas. 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). Kasus penyakit

diabetes melitus pada tahun 2023 di Puskesmas Purbaratu dapat diketahui dari data surveilans Dinas Kesehatan yang diambil bahwa dari 320 orang yang menderita diabetes melitus terdapat kasus tertinggi sebesar 153 orang penderita diabetes melitus pada rentang usia lansia akhir dan rentang usia balita sampai remaja akhir tidak ada kasus penderita diabetes melitus, rentang usia lansia awal terdapat 88 orang penderita diabetes melitus, rentang usia manula terdapat 45 orang penderita diabetes melitus, rentang usia dewasa akhir terdapat 25 orang penderita diabetes melitus dan dewasa awal terdapat 9 orang penderita diabetes melitus (Dinkes Kota Tasikmalaya, 2023).

Kecemasan merupakan suatu perasaan yang sifatnya umum, dimana seseorang mengalami cemas, merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri dan merasa lemah sehingga tidak mampu untuk bersikap dan bertindak secara rasional. Diabetes dapat menimbulkan masalah psikologis diantaranya tingkat kecemasan bahkan stres (Artin & Ika, 2016). Tingkat kecemasan pada penderita diabetes melitus dikarenakan bahwa diabetes dianggap suatu penyakit yang menakutkan, karena mempunyai dampak negatif yang kompleks terhadap kelangsungan kecemasan individu. Kecemasan yang terjadi karena seseorang merasa terancam baik fisik maupun psikologis (Rodianah et al., 2023) .

Para penderita diabetes melitus selain berdampak pada fisik dapat juga berdampak pada psikologi seperti akan terjadi, kemarahan, kesedihan, rasa malu, penyesalan, kehilangan harapan, depresi, disorientasi dan

kekecewaan (Setiawan et al., 2018). Penderita diabetes melitus memiliki masalah psikologi dengan tingkat kecemasan 20% lebih tinggi, dibandingkan orang yang tidak mengalami diabetes melitus jadi kasus psikologis yang sering timbul ialah kecemasan, ini timbul diakibatkan oleh proses pengobatan luka yang dialami oleh penderita selama bertahun-tahun karena ketakutan akan luka yang tak kunjung sembuh, memicu pasien ulkus mengalami kecemasan akan diamputasi (Saragih et al., 2020). Sehingga kecemasan lebih cenderung berisiko tinggi pada pasien yang menderita diabetes melitus dan apabila orang dengan tingkat kecemasan yang tinggi maka dapat mengakibatkan kadar glukosa darah penderita diabetes melitus lebih tinggi (Ayu, 2020). Jika kecemasan yang tidak terkontrol dan tidak cepat ditangani maka penderita diabetes melitus akan memengaruhi keseimbangan glukosa, memperburuk perjalanan penyakit, meningkatkan risiko komplikasi serius, dan mempengaruhi perawatan luka (Meilyani et al., 2021).

Metode farmakologis dan non-farmakologis digunakan untuk mengatasi kecemasan, salah satu cara untuk menekan efek samping dari tindakan medis biasanya dilakukan dengan distraksi. Menurut Wardana (2018) distraksi atau pengalihan adalah jenis intervensi yang menggunakan aktivitas yang menyenangkan dan bertujuan untuk mengalihkan fokus seseorang dari pikiran negatif ke kegiatan konstruktif yang meningkatkan harga diri dan kepercayaan diri. Untuk membantu pasien membangun

persepsi diri yang lebih positif, terapi ini bertujuan untuk memberikan mereka pengaman yang bermakna dan menyenangkan.

Salah satu tujuan utama dari upaya penurunan kecemasan adalah untuk meningkatkan kualitas hidup individu. Ketika kecemasan dapat dikelola dengan baik, pasien cenderung merasa lebih nyaman dan siap menghadapi prosedur medis pengobatannya. Hal ini tidak hanya meningkatkan pengalaman pasien, tetapi juga dapat berkontribusi pada harapannya dan hasil medis yang lebih baik (Setiawan H. et al., 2018). Teknik yang dapat menurunkan tingkat kecemasan diantaranya, teknik relaksasi napas dalam, hipnosis lima jari, dan terapi diversional. Menurut penelitian dalam menurunkan tingkat kecemasan terdapat teknik non-farmakologis distraksi yaitu dengan terapi diversional penyaluran hobi. Terapi Diversional melibatkan pengorganisasian, perancangan, koordinasi, dan implementasi program kegiatan berbasis waktu luang yang berpusat pada klien. Tujuannya adalah untuk menurunkan kecemasan, meningkatkan kepercayaan diri dan meningkatkan kualitas hidup melalui dukungan dan pengembangan berkelanjutan terhadap kebutuhan psikologis, emosional, spiritual, sosial, dan fisik serta kesejahteraan klien (Wibowo, 2023).

Dalam studi kasus yang dilakukan oleh Matongka Y, et.al (2020) yang membandingkan efektifitas terapi relaksasi nafas dalam dan terapi diversional untuk menurunkan skor kecemasan, terungkap bahwa pasien yang mengikuti terapi relaksasi nafas dalam menunjukkan penurunan skor kecemasan dari rata-rata skor HARS 26 menurun menjadi 18. Sementara

itu, pada pasien terapi diversional skor kecemasan dari rata-rata skor HARS 29 menurun menjadi 14. Hal ini menunjukkan bahwa terapi diversional menurunkan kecemasan lebih banyak dibandingkan dengan terapi relaksasi nafas dalam, sehingga terapi diversional cenderung lebih efektif dalam menurunkan kecemasan.

Terapi diversional menekankan pengalaman langsung melalui aktivitas seperti merajut, melukis, menggambar, bermain musik, olah raga ringan, dan permainan kelompok, berbeda dengan pendekatan lain seperti terapi kognitif atau terapi realitas, yang lebih menekankan investigasi verbal dan restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan keterlibatan dan menghasilkan hasil yang memuaskan secara psikologis, aktivitas-aktivitas ini dipilih sesuai minat dan keterampilan pasien (Keliat, 2020). Terapi diversional penyaluran hobi memiliki keunggulan dibandingkan pendekatan lain karena realistis, mudah beradaptasi, dan diterima secara luas. Dalam terapi diversional, proses berpikir positif berkembang secara bertahap. Mengenali bakat diri sendiri merupakan langkah awal, diikuti dengan mencoba hal-hal baru dengan bantuan orang terdekat hingga pasien akhirnya tidak berlarut dalam kesedihan dan kecemasan terhadap penyakit yang sedang menyimpannya. Oleh karena itu terapi diversional penyaluran hobi merupakan intervensi terapeutik holistik dalam menurunkan tingkat kecemasan (Keliat, 2020).

Selain terapi diversional penyaluran hobi yang bisa menurunkan tingkat kecemasan adapun terapi lain seperti musik klasik juga menjadi

salah satu tindakan untuk mengurangi tingkat kecemasan karena dalam terapi musik dapat meningkatkan kesehatan seperti kesehatan pada mental dengan rangsangan suara yang terdiri dari melodi ritme, harmoni, timbre, bentuk dan gaya yang diorganisir dengan sedemikian rupa sehingga terciptanya musik yang bermanfaat bagi kesehatan fisik maupun mental. Karena terapi musik juga dapat menurunkan penyakit yang dapat meningkatkan, memulihkan dan memelihara dalam kesehatan fisik mental, emosional. Karena sifat musik dapat memberikan rasa nyaman, menenangkan, dan memberikan rasa rileks jadi terapi musik yang dikomposisikan tepat antara beat, ritme dan harmoni yang sesuai tujuan dilakukannya terapi musik (Nanda et al., 2020).

Dari hasil penelitian sebelumnya, yang dilakukan oleh Inayati et.al (2018) hasil evaluasi untuk mengatasi masalah ansietas yang membandingkan antara terapi hipnosis lima jari dengan terapi musik klasik dalam menurunkan kecemasan. Hasil dari terapi hipnosis lima jari menunjukkan pasien dengan skor kecemasan awal HARS 28 setelah dilakukan terapi hipnosis lima jari skor HARS menurun menjadi 20. Sementara pasien ansietas yang dilakukan terapi musik klasik dengan skor kecemasan awal 29 menurun menjadi 17. Keduanya membuktikan dapat menurunkan skor kecemasan. Namun, dalam penelitian ini terapi musik klasik lebih efektif terhadap pasien ansietas.

Menurut Edward (2017) musik klasik bermanfaat untuk membuat seseorang menjadi rileks, menimbulkan rasa aman dan sejahtera,

melepaskan rasa gembira dan sedih, menurunkan tingkat kecemasan akibat operasi, melepaskan rasa sakit, dan menurunkan tingkat stress. Terapi musik klasik yaitu jenis terapi yang mempunyai fungsi menenangkan pikiran dan kataris emosi, serta dapat mengoptimalkan tempo, ritme, melodi, dan harmoni yang teratur dan dapat menghasilkan gelombang alfa serta gelombang beta dalam gendang telinga sehingga memberikan ketenangan yang membuat otak siap menerima masukan baru, efek rileks, dan menidurkan. Selain itu musik klasik berfungsi mengatur hormone-hormon yang berhubungan dengan stres antara lain ACTH, prolaktin, dan hormon pertumbuhan serta dapat meningkatkan kadar endorfin sehingga dapat mengurangi nyeri (Djawa et al., 2017)

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam karya tulis ilmiah adalah “Bagaimana penerapan terapi diversional penyaluran hobi diiringi musik klasik dalam menurunkan skor kecemasan terhadap pasien penderita diabetes melitus? “

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Setelah melakukan studi kasus penulis memperoleh gambaran tentang penerapan terapi diversional penyaluran hobi diiringi musik klasik dalam menurunkan tingkat kecemasan terhadap pasien diabetes melitus di wilayah Puskesmas Purbaratu.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan tahapan pelaksanaan proses keperawatan pada pasien diabetes melitus dengan kecemasan yang diberikan tindakan terapi diversional penyaluran hobi diiringi musik klasik.
- b. Menggambarkan pelaksanaan penerapan terapi diversional penyaluran hobi diiringi musik klasik dalam menurunkan skor kecemasan terhadap pasien diabetes melitus.
- c. Menggambarkan respon atau perubahan perilaku pasien setelah diberikan penerapan terapi diversional penyaluran hobi diiringi musik klasik dalam menurunkan skor kecemasan terhadap pasien diabetes melitus di wilayah Puskesmas Purbaratu.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil studi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu keperawatan jiwa, khususnya terkait penerapan terapi diversional penyaluran hobi diiringi musik klasik dalam menurunkan skor kecemasan terhadap pasien penderita diabetes melitus.

2. Manfaat Praktik

a. Bagi Peneliti

Dengan adanya penelitian ini diharapkan peneliti memiliki pengalaman untuk mempelajari lebih lanjut tentang penerapan

terapi diversional penyaluran hobi diiringi musik klasik dalam menurunkan tingkat kecemasan terhadap pasien diabetes melitus.

b. Bagi Klien

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi pasien diabetes melitus, terutama untuk mengurangi tingkat kecemasan mereka dengan terapi diversional penyaluran hobi diiringi musik klasik

c. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi sumber referensi bagi mahasiswa dan menjadi bahan literasi dalam meningkatkan pengetahuan dan memperluas wawasan mengenai terapi diversional diiringi musik klasik.

d. Bagi puskesmas

Menjadi salah satu alternatif dalam menangani masalah kesehatan jiwa pada penderita diabetes melitus dengan kecemasan.