

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus (DM) merupakan kelainan metabolisme yang disebabkan oleh gangguan sekresi insulin, gangguan kerja insulin, atau kombinasi keduanya. Penyakit ini membuat gula darah tidak dapat digunakan oleh sel-sel tubuh untuk energi sehingga mengakibatkan gula darah tinggi atau hiperglikemia (Sari, 2020).

Penyebab pasti diabetes belum diketahui, namun diperkirakan disebabkan oleh banyak faktor, antara lain riwayat keluarga, lingkungan, usia, obesitas, ras, tekanan darah tinggi, kebiasaan makan dan masalah psikologis seperti stres terkait dengan penyebab diabetes. Salah satu hal yang bisa menaikkan gula darah adalah masalah mental, termasuk stres. Penelitian Pratiwi (2014) menunjukkan bahwa pengaruh stres terhadap kadar gula darah pada pasien DM sangat kuat, konsisten dan signifikan. Secara fisiologis, stress menyebabkan perubahan fisiologis pada tubuh penderita diabetes dan stress dapat menyebabkan kadar gula darah menjadi tidak terkendali (Apriyanti, 2018).

Penderita DM dapat menggunakan terapi nonfarmakologi untuk mengontrol kadar gula darah. Salah satunya adalah terapi relaksasi autogenik. Terapi relaksasi autogenik merupakan pengobatan mandiri yang memberikan ungkapan-ungkapan singkat, seperti ungkapan motivasi atau ungkapan menenangkan, kepada pasien DM untuk menenangkan pikiran dan tubuhnya, dilakukan dalam waktu 15-20 menit, dapat dilakukan dimana saja dengan instruksi gerakan yang mudah dan lokasi yang sebaik mungkin, inilah keunggulan terapi relaksasi yang dapat dilakukan oleh penderita DM (Silvia, 2021). Terapi relaksasi autogenic sangat

penting karena bertujuan untuk mengontrol gula darah melalui mekanisme kerjanya yang secara otomatis menurunkan kadar gula darah dengan meningkatkan hormon kortisol dan mengurangi stres (Angraini et al., 2020).

Angka kasus DM saat ini masih terbilang sangat tinggi. Menurut International Diabetes Federation (IDF), pada tahun 2021 jumlah orang yang terdiagnosis DM di Indonesia berada di urutan ke-5 yaitu sebesar 15,5 juta orang dari total 536,6 juta orang di dunia setelah *United States of America* berada di urutan ke-4 yaitu sebesar 32,2 juta orang. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi diabetes berdasarkan diagnosis dokter di Jawa Barat pada penduduk usia 55-74 tahun yaitu 11,06%. Hasil tersebut masih lebih besar jika dibandingkan dengan prevalensi diabetes berdasarkan diagnosis dokter di Jawa Barat pada penduduk usia 35-54 tahun hanya 4,12%. Sedangkan kasus DM di wilayah Kabupaten Cirebon menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, berdasarkan data tahun 2022 menduduki urutan ke-9 dari total 108 Kabupaten/Kota di Jawa Barat dengan total Jumlah Penderita DM adalah 21.981 orang (Dinkes Jabar, 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan Limbong dkk (2015), yang dilakukan intervensi berupa Terapi Relaksasi *Autogenic* yang dilakukan pada 31 orang sampel, didapatkan penurunan gula darah dari rata-rata 350,19 mg/dl menjadi rata-rata 170,13 mg/dl. Penelitian selanjutnya oleh Wahyuni dkk (2018), dilakukan pada 15 orang sampel yang tidak memiliki komplikasi penyakit lanjutan, mengungkapkan bahwa terbukti mengalami penurunan gula darah dimana rata-rata sebelum relaksasi *autogenic* 214,4 mg/dl, setelah dilakukan menjadi rata-rata 205 mg/dl. Hasil penelitian Ningrum dkk (2021) dengan subyek yang digunakan dalam

penerapan relaksasi autogenik selama 3 hari yaitu 2 pasien yang mengalami DM tipe 2, mengungkapkan bahwa mengalami penurunan gula darah dari 271 mg/dl menjadi 164 mg/dl. Penelitian Insani dkk (2020) yang dilakukan pada 26 orang sampel, mengungkapkan bahwa setelah dilakukan intervensi Terapi Relaksasi *Autogenic* pada kelompok intervensi mengalami penurunan gula darah yang semula rata-rata 228,85mg/dl menjadi 203,69mg/dl. Sedangkan penelitian oleh Aprilani dkk (2023) yang dilakukan pada 2 oang subyek juga mengungkapkan selama pemberian terapi relaksasi *autogenic*, subyek mengalami penurunan glukosa darah dimana nilai GDS awal dari 503 mg/dl menjadi 386 mg/dl. Kelima penelitian ini menunjukkan bahwa terapi relaksasi *autogenic* dapat menurunkan kadar gula darah pada penderita diabetes.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus tentang “Asuhan keperawatan keluarga dengan diabetes mellitus tipe II yang dilakukan terapi relaksasi *autogenic* di Wilayah Kerja Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah asuhan keperawatan dengan diabetes mellitus tipe II yang dilakukan terapi relaksasi *autogenic* di Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Setelah melakukan studi kasus, penulis mampu memberikan asuhan keperawatan kepada pasien diabetes tipe 2 dengan tindakan terapi relaksasi *autogenic*.

1.3.2 Tujuan Khusus

Setelah melakukan studi kasus pada pasien dengan diabetes mellitus tipe II dengan fokus intervensi terapi relaksasi *autogenic* penulis dapat :

- a. Menggambarkan tahapan proses keperawatan pada pasien dengan diabetes mellitus tipe II yang dilakukan tindakan relaksasi *autogenic*.
- b. Menggambarkan pelaksanaan tindakan relaksasi *autogenic* pada pasien dengan diabetes mellitus tipe II.
- c. Menggambarkan respon atau perubahan pada pasien dengan diabetes mellitus tipe II yang dilakukan tindakan relaksasi *autogenic*.
- d. Menganalisis kesenjangan pada kedua keluarga pasien dengan diabetes mellitus tipe II yang dilakukan tindakan relaksasi *autogenic*.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat membantu menambah pengetahuan dan referensi dalam penerapan intervensi terapeutik pada pasien diabetes tipe 2.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Klien dan Keluarga

Dapat meningkatkan kesadaran keluarga dan klien agar dapat mengatasi masalah diabetes tipe 2, serta membantu klien dan keluarga mempraktikkan metode non farmakologi yang diajarkan untuk mengontrol kadar gula darah.

1.4.2.2 Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi kepada puskesmas untuk mengembangkan intervensi terapeutik bagi pasien diabetes tipe 2 dan meningkatkan status kesehatan dan kualitas layanan.

1.4.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada mahasiswa mengenai tindakan relaksasi autogenik pada pasien diabetes tipe 2.

1.4.2.4 Bagi Penulis

Penulis akan mendapatkan pengalaman dalam melakukan studi kasus yang sistematis untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam menerapkan relaksasi pada pasien diabetes tipe 2.