

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Diabetes melitus adalah masalah kesehatan utama yang telah mencapai tingkat yang mengkhawatirkan dan membahayakan kesehatan. Hingga saat ini, diabetes melitus masih menjadi tantangan yang serius dalam dunia kesehatan serta menempatkan beban besar pada individu yang terkena dampak dan keluarganya. Diabetes melitus bukan hanya krisis kesehatan, melainkan bencana sosial global karena sifatnya yang kronis dan sulit untuk disembuhkan. Orang yang hidup dengan diabetes melitus berisiko mengalami penurunan pada kualitas hidup dan kematian dini karena penyakit ini merupakan penyakit metabolik menahun yang dapat menjadi sebab dari adanya penyakit penyerta lain seperti hipertensi, penyakit jantung, stroke dan gagal ginjal.

International Diabetes Federation (IDF) tahun 2019 mengemukakan prevalensi diabetes melitus di dunia mencapai 425 juta jiwa sedangkan tahun 2020 meningkat menjadi 463 juta jiwa (9,3%) pada usia 20-79 tahun. Tahun 2021 kasus diabetes melitus sebanyak 537 juta jiwa di dunia pada rentang usia 20-79 tahun (IDF, 2017;IDF, 2019;IDF, 2021). Tahun 2019 di Asia Tenggara sebanyak 82 juta orang menderita diabetes melitus dan meningkat menjadi 88 juta orang tahun 2020. Tahun 2021, penderita diabetes melitus di Asia Tenggara masuk peringkat ketiga di dunia sebanyak 90 juta orang (IDF, 2017;IDF, 2019; IDF, 2021). Pengidap diabetes melitus tahun 2019 di Indonesia mencapai 3,9 juta jiwa sedangkan tahun 2020 mencapai 10,7 juta orang yang berada pada peringkat ketujuh di dunia diantara 10 negara (Kemenkes RI, 2020). Tahun 2021, Indonesia masuk peringkat

kelima di dunia dengan jumlah penderita diabetes melitus sebanyak 19,5 juta orang (IDF, 2021). Tahun 2019 prevalensi diabetes melitus di Provinsi Bali sebanyak 60.423 orang sedangkan pada tahun 2020 sebanyak 52.282 orang (Dinkes Prov Bali, 2019;Dinkes Prov Bali, 2020). Tahun 2021 kasus diabetes melitus di Provinsi Bali mencapai 53.726 orang (Dinkes Prov Bali, 2021). Di kota Denpasar tahun 2019 mencatat kasus diabetes melitus sebanyak 14.487 orang dan tahun 2020 berjumlah 14.353 orang (Dinkes Kota Denpasar, 2019;Dinkes Kota Denpasar, 2020). Tahun 2021 di kota Denpasar, jumlah pengidap diabetes melitus mencapai 10.353 orang (Dinkes Kota Denpasar, 2021). Hasil studi pendahuluan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2021 mencatat 1.446 orang mengidap diabetes melitus dengan frekuensi jenis kelamin laki-laki sebanyak 716 orang (49%) dan perempuan 730 orang (51%). Di tahun 2022 penderita diabetes melitus meningkat mencapai 24.060 orang yang terdiri dari 12.260 laki – laki (51%) dan 11.800 perempuan (49%).

Pasien diabetes melitus mengalami berbagai masalah fisiologis dan psikologis yang dapat mengganggu aktivitas fisik dan psikologis. Masalah secara fisiologis dirasakan sehingga diperlukan adaptasi karena perubahan fisik saat sakit dan timbul masalah psikologis yang dialami satu diantaranya adalah stres. Penelitian Sumirta dkk (2017) di Puskesmas Kuta Utara terhadap stres diabetes melitus dengan sampel 37 orang didapatkan hasil 20 orang kelompok perlakuan didapatkan 3 orang stres rendah (15%), 12 orang stres sedang (60%) dan 5 orang stres tinggi (25%) sedangkan 17 orang kelompok kontrol didapatkan stres rendah 5 orang (29,41%), stres sedang 9 orang (52,94%) dan stres tinggi 3 orang (23,53%). Penelitian Mercelina dan Candra (2022) di Puskesmas I Denpasar Barat terhadap

stres diabetes melitus dengan sampel 27 orang ditemukan hasil 15 orang (55,6%) mengalami stres ringan dan 12 orang (44,4%) mengalami stres sedang. Penelitian Sholikhah dkk (2020) di Kelurahan Nambangan Lor Kecamatan Manguharjo Kota Madiun terhadap stres pasien diabetes melitus dengan sampel sebanyak 86 orang mendapatkan hasil mengalami stres sedang sebanyak 26 orang (52%), stres berat 16 orang (32,0%) dan stres ringan 8 orang (16,0%).

Dampak yang akan terjadi apabila stres pada pasien diabetes melitus tidak ditangani akan menyebabkan respon stres berkepanjangan dan cenderung bertahan yang memperburuk kadar gula di dalam darah sehingga diperlukan management terhadap stres. Upaya yang dilakukan untuk menangani stres pada pasien diabetes melitus sangat diperlukan karena perlakuan yang sesuai dengan masalah psikologi yang dialami pasien akan memberikan peran serta terhadap perilaku perawatan terhadap diri dan kualitas hidup (Paramita dkk, 2019). Kadar gula dalam darah dapat meningkat bukan semata karena kondisi fisik namun dapat disebabkan oleh kondisi psikologis seperti stres karena menyebabkan perasaan *negative* yang berlawanan dengan keinginan atau mengancam kesejahteraan emosional (Sumirta dkk, 2017).

Terdapat beberapa terapi psikologis yang digunakan dalam mengatasi stres pasien diabetes melitus diantaranya dengan melakukan *self-hypnosis therapy with positive self-talk*. Terapi tersebut adalah terapi pembicaraan diri yang *positive* meliputi konsep dalam diri, meningkatkan efikasi diri, menjaga optimisme dalam diri, membangun suatu harapan dan membuat diri bahagia dan gembira. (Keliat et al, 2020;Kistan et al, 2020). Penelitian Candra dkk (2021) menemukan bahwa *self - hypnosis therapy with positive self-talk* efektif dalam menurunkan tingkat stres 40

responden dengan didapatkan $p = 0,002$, $p < 0,010$ yang artinya ada pengaruh antara *self-hypnosis with positive self-talk* yang dapat menurunkan tingkat stres subjek penelitian yang berbeda. Penelitian lain menurut Rahmat dkk (2021) dengan sampel 62 responden dengan $p = 0,0002$ ($\alpha < 0,05$) artinya ada pengaruh *modified self-hypnosis* pada penurunan kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe II.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti berharap dapat membuktikan Adanya Pengaruh *Self-Hypnosis Therapy With Positive Self-Talk* Terhadap Tingkat Stres Pada Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2023.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan dari uraian latar belakang tersebut, maka permasalahan yang ingin diteliti adalah “Apakah Ada Pengaruh *Self-Hypnosis Therapy With Positive Self-Talk* Terhadap Tingkat Stres Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2023“ ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self-hypnosis therapy with positive self-talk* terhadap tingkat stres pasien diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2023

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

- a. Mengidentifikasi tingkat stres pasien diabetes melitus sebelum diberikan *self-hypnosis therapy with positive self-talk* di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2023
- b. Mengidentifikasi tingkat stres pasien diabetes melitus sesudah diberikan *self-hypnosis therapy with positive self-talk* di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2023
- c. Menganalisis hubungan usia dengan tingkat stres pada pasien diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2023
- d. Menganalisis hubungan jenis kelamin dengan tingkat stres pada pasien diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2023
- e. Menganalisis hubungan tingkat pendidikan dengan tingkat stres pada pasien diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2023
- f. Menganalisis hubungan jenis pekerjaan dengan tingkat stres pada pasien diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2023
- g. Menganalisis pengaruh *self-hypnosis therapy with positive self-talk* terhadap tingkat stres pasien diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2023

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini mampu digunakan untuk memberikan informasi tentang ilmu dan teknologi kepada tenaga kesehatan khususnya di bidang keperawatan jiwa dalam pemberian terapi non farmakologi terutama tentang pengaruh pemberian *self-hypnosis therapy with positive self-talk* terhadap tingkat stres pada pasien diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2023.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk tenaga kesehatan terhadap peningkatan pelayanan kesehatan kepada masyarakat terutama tentang pengaruh *self-hypnosis therapy with positive self-talk* terhadap tingkat stres pada pasien diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2023.