

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gaya hidup masyarakat saat ini cenderung ke arah modern dimana ditunjukkan dari adanya perubahan sikap maupun perilaku dari manusia. Adapun perubahan gaya hidup ke modern ini bisa terlihat dari *lifestyle*, pola makan, kebiasaan merokok, mengonsumsi alkohol dan perilaku lainnya dimana meningkatkan jumlah pasien yang menderita penyakit degenerative. Hal ini apabila diteruskan bisa mengancam nyawa. Menurut Kemenkes RI (2021), gaya hidup yang cenderung tidak sehat tersebut bisa memicu meningkatkan prevalensi penyakit tidak menular atau disingkat PTM, khususnya penyakit Diabetes Melitus yang kasusnya cukup banyak di Indonesia.

Diabetes Melitus merupakan salah satu jenis penyakit tidak menular. Berdasarkan Kemenkes RI (2020), dijelaskan apabila Diabetes Melitus merupakan suatu penyakit kronis yang dapat berlangsung tahunan berupa adanya gangguan pada metabolisme yang ditunjukkan melalui meningkatnya kadar glukosa yang terdapat di dalam darah namun jumlahnya melebihi normal. Diabetes Melitus ini menjadi penyakit kronis yang terbilang kompleks sehingga memerlukan perawatan medis yang terus menerus serta adanya upaya meminimalisir risiko multifaktor yang tidak dikendalikan oleh glikemik (American Diabetes Association, 2018).

Diabetes Melitus disebut sebagai suatu penyakit yang memiliki tingkat bahaya cukup tinggi bahkan parahnya bisa menyebabkan kematian. Data terbaru dari (*International Diabetes Federation (IDF) Atlas tahun 2017*)

memperlihatkan bahwasanya Indonesia berada pada urutan ke-6 di dunia yang memiliki kasus diabetes paling banyak yaitu berjumlah 10,3 juta jiwa. Sementara itu, data yang dikumpulkan Kementerian Kesehatan berdasarkan (*Sample Registration Survey* 2014), menyebutkan apabila penyakit Diabetes ini menyumbang proporsi penyebab kematian paling besar urutan ke-3 di Indonesia dengan besaran 6,7% setelah penyakit mematikan pertama berupa stroke yang memiliki persentase 21,1% dan penyakit mematikan kedua yaitu jantung koroner dengan persentase 12,9%. Adapun prevalensi yang dimiliki penyakit diabetes menurut data Direktorat P2PTM (2018), di Indonesia ini diketahui meningkat dari yang awalnya 5,7% di tahun 2007 kemudian pada tahun 2017 meningkat hingga 6,9% dengan kosaran kisaran 9.1 juta jiwa.

Dinkes Provinsi Bali (2019), membuat laporan bahwa ditemukan 67.172 orang sebagai penderita diabetes melitus. Pada Kabupaten Badung ditemukan catatan jumlah kasus Diabetes Melitus berjumlah 3.209 pasien pada tahun 2021 (Dinkes Kabupaten Badung, 2022). Pada kasus Diabetes Melitus yang tercatat di Puskesmas Kuta Utara terdapat jumlah penderita Diabetes melitus berjumlah 485 kasus.

Diabetes Melitus dikategorikan dalam beberapa tipe yaitu Diabetes Mellitus Tipe 1, Diabetes Mellitus Tipe 2, Diabetes Gestasional yang terjadi pada masa kehamilan, serta terdapat juga Diabetes Melitus tipe lainnya (Decroli, 2019). Adapun dalam persentase 90% dari keseluruhan penyakit Diabetes ini ialah Diabetes Melitus tipe 2. Diabetes Melitus tipe ini secara umum diderita oleh orang yang berumur dewasa, namun belakangan ini kasus Diabetes Melitus² juga ditemui pada masyarakat yang masih berusia remaja bahkan anak-anak.

Penyakit ini sangat berhubungan dengan pola makan yang tidak menjaga keseimbangan sekaligus minimnya aktivitas secara fisik sehingga banyak masyarakat terutama anak memiliki kelebihan berat badan (obesitas) sehingga memperbesar kemungkinan timbulnya masalah kesehatan (Direktorat P2PTM, 2018).

Permasalahan yang paling sering dijumpai pada orang obesitas ialah tidak stabilnya kadar glukosa dalam darah atau variasi terkait naik turunnya glukosa darah pada kadar normal. Hal ini bisa dipicu karena adanya peristiwa hiperglikemia maupun hipoglikemia. Ciri dari hipoglikemia ialah sering mengalami pusing, rasa kantuk, rendahnya kadar glukosa pada darah ataupun urin, gangguan koordinasi tubuh, sering merasa lapar, palpitasi, tubuh yang gemetar, penurunan kesadaran, sering bekeringat, kesulitan berbicara dan munculnya tindakan aneh. Sementara untuk ciri dari hiperglikemia ialah munculnya gejala seperti timbulnya rasa lapar, tingginya kadar glukosa pada darah ataupun urin, palpitasi, rasa haus terus menerus, dan mulut yang mengering (Tim Pokja SDKI DPP PPNI. 2018).

Pasien yang menderita diabetes tipe 2 mempunyai gejala-gejala terbilang tidak berat dimana biasanya mereka tidak sadar dengan keadaan kesehatan masing-masing dan adanya gangguan pada kurun waktu yang lama. Tak heran jika penyakit Diabetes Melitus 2 ini sering diabaikan. Alhasil, secara perlahan penyakit Diabetes Melitus tipe 2 ini bisa merusak dan menimbulkan gangguan fungsi organ tubuh serta memicu adanya komplikasi yang serius misalnya kebutaan, gagal ginjal, atau gangguan kardiovaskular, dan tindakan amputasi pada alat gerak bawah dan tubuh bawah. Menurut Direktorat P2PTM (2018),

diabetes yang tidak memperoleh penanganan secara segera bisa memicu adanya produktivitas yang menurun, disabilitas bahkan bisa merenggut nyawa secara mendadak sehingga penyakit ini harus mendapatkan penanganan segera.

Berdasarkan hasil konsensus yang dilakukan oleh para peneliti Diabetes Mellitus di Indonesia ada 5(lima) pilar yang bisa digunakan untuk menangani kasus Diabetes Melitus yang semakin meningkat ini yaitu dengan diet atau perencanaan makan yang tepat, memperbanyak latihan jasmani, kemudian memantau glukosa darah, pemberian edukasi, maupun intervensi terkait farmakologi (Rokhman & Supriati, 2018). Tingginya kadar glukosa darah yang dialami oleh pasien Diabetes ini bisa ditangani melalui peningkatan tatalaksana mencakup terapi obat dan terapi non obat.

Adapun jenis terapi nonfarmakologi (terapi komplementer) bisa dilakukan melalui terapi relaksasi yang terbilang memiliki efektivitas tinggi dalam upaya membuat kadar glukosa darah semakin menurun salah satunya Terapi Relaksasi Benson. Terapi ini adalah jenis terapi komplementer dan menggunakan modalitas secara unggul yang dapat membuat kadar glukosa darah menurun pada penderita Diabetes Melitus dengan memberikan menghambat hormon yang bisa memicu tingginya kadar glukosa darah (Benson, H., & Proctor, W., (2012).

Adapun mekanisme menurunnya kadar glukosa darah dengan Terapi Benson dilakukan melalui penekanan untuk mengeluarkan epinefrin agar bisa mencegah perubahan glikogen menjadi glukosa, kemudian menghambat keluarnya kortisol dan metabolisme glukosa. Hal ini membuat asam amino, piruvat, dan laktat akan tetap berada di dalam hati berupa glikogen yang

merupakan energi cadangan. Dapat juga memberikan tekanan dalam keluarnya glukagon agar bisa mengubah glikogen pada hati menjadi glukosa dan bisa menghambat ACTH dan glukokortikoid yang terdapat di korteks adrenal agar bisa membuat tekanan produksi glukosa baru yang dilakukan hati. Selain itu, lipolisis dan katabolisme dari karbohidrat juga bisa diberikan tekanan sehingga bisa membuat kadar glukosa darah menurun. Adapun teknik relaksasi ini menjadikan kondisi seseorang bisa merasa memiliki kebebasan baik fisik atau mental akibat adanya rasa tegang maupun stress (Brunner & Suddarth, 2015).

Hal ini memperoleh dukungan dari studi yang dilakukan oleh (Diah, dkk. 2018) dengan judul “Terapi Relaksasi Benson Termodifikasi Efektif Mengontrol Glukosa Darah pada Lansia dengan Diabetes Melitus” yang dilaksanakan di Puskesmas Limo Depok memperlihatkan ditemukannya perubahan kadar glukosa darah pada pasien DM setelah adanya pemberian terapi relaksasi Benson dari 36 responden dengan rentang usia 50-69,9 tahun. Hal temuan mengungkapkan apabila terapi relaksasi Benson ini efektif dan terbentuk pada upaya mengendalikan kadar glukosa dalam darah dengan hasil ($p < 0.05$) dengan memanfaatkan uji *Man Whitney* dan *paired t-test*.

Penelitian lain dari Sri Mulia Sari (2020) dengan judul “Pengaruh Relaksasi Benson terhadap Penurunan kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2” yang menunjukkan rata-rata nilai kadar GDS sebelum dilakukan relaksasi benson tertinggi 498 mg/dL dan nilai terendah 212 mg/dL dan rata-rata kadar GDS setelah diberikan terapi relaksai benson menyatakan bahwa nilai tertinggi 377 mg/dL dengan nilai terendah 110 mg/d, sehingga ada perubahan kadar gula darah setelah dan sebelum diberikan terapi relaksai benson dengan

hasil *p value* = 0.001 (<0.05).

Dari paparan di atas, sekaligus hasil studi pada pendahuluan yang menyebutkan bahwa di Banjar Aseman Kangin Desa Tibubeneng memiliki program puskesmas keliling yaitu posyandu lansia walaupun sebelumnya tidak pernah dilaksanakan terapi relaksasi benson yang ditunjukan untuk membuat kadar glukosa darah menurun bagi pasien diabetes mellitus. Oleh karena itu, penulis memiliki ketertarikan dalam menulis Karya Ilmiah Akhir Ners yang judulnya “Asuhan Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Dengan Pemberian Terapi Relaksasi Benson Pada Pasien Diabetes Mellitus di Banjar Aseman Kangin Desa Tibubeneng Tahun 2023”.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang di atas bisa diajukan rumusan permasalahan yakni “Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Dengan Pemberian Terapi Relaksasi Benson Pada Pasien Diabetes Melitus di Banjar Aseman Kangin Desa Tibubeneng?”.

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui Asuhan Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Dengan Pemberian Terapi Relaksasi Benson Pada Pasien Diabetes Mellitus di Banjar Aseman Kangin Desa Tibubeneng.

2. Tujuan khusus

- a. Melakukan pengkajian keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus di Banjar Aseman Kangin Desa Tibubeneng.

- b. Melakukan analisis data dan diagnosis keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus di Banjar Aseman Kangin Desa Tibubeneng.
- c. Melakukan intervensi keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus dengan pemberian relaksasi benson di Banjar Aseman Kangin Tibubeneng.
- d. Memberikan implementasi keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus di Aseman Kangin Desa Tibubeneng.
- e. Melakukan evaluasi keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus di Banjar Aseman Kangin Desa Tibubeneng.

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat teoritis

- a. Hasil karya tulis ini diharapkan bisa meningkatkan dan memperluas pengetahuan untuk tenaga kesehatan terutama perawat terkait asuhan keperawatan untuk penderita Diabetes Melitus yang memiliki kadar glukosa darah tidak stabil.
- b. Hasil karya tulis ini diharapkan bisa dimanfaatkan sebagai gambaran untuk peneliti selanjutnya agar bisa melakukan studi lebih dalam mengenai asuhan keperawatan pada penderita DM yang memiliki kadar glukosa darah tidak stabil.

2. Manfaat praktis

- a. Hasil karya tulis ini diharapkan dapat memperkaya pengetahuan pasien dan keluarga mengenai pengelolaan ketidakstabilan kadar glukosa darah pada kasus diabetes melitus

- b. Hasil karya tulis ini dapat menimbulkan manfaat menjadi referensi untuk pihak institusi kesehatan terkait upaya pemberian asuhan keperawatan yang disesuaikan dengan standar praktik asuhan keperawatan.