

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes mellitus adalah penyakit kronis yang mengganggu sistem metabolisme glukosa dalam tubuh sehingga kemampuan tubuh untuk mempergunakan sari-sari makanan secara efisien menjadi terganggu karena hormon insulin yang dihasilkan oleh pankreas gagal diproduksi atau tubuh tidak mampu untuk mempergunakan insulin yang dihasilkan pankreas oleh karena itu dibutuhkan penanganan secara holistik dan paripurna serta harus memperhatikan aspek fisiologi dan psikologi dari pasien (Hugeng, 2017).

Menurut catatan *Internasional Diabetes Fedration* (2017) pasien diabetes mellitus di seluruh dunia di tahun 2014 sejumlah 387 juta jiwa (7,9%) dan pada tahun 2017 sejumlah 425 juta jiwa (8,8%). Di kawasan Asia Pasifik pada tahun 2017 jumlah pasien diabetes sebanyak 159 juta jiwa. Indonesia juga tercatat sebagai Negara dengan pasien diabetes mellitus yang menduduki peringkat ketujuh pada tahun 2015 dan menjadi peringkat keenam dari sepuluh besar Negara di dunia yang penduduknya sudah terdiagnosis diabetes mellitus pada tahun 2017 dengan jumlah pasien diabetes mellitus 10,3 juta jiwa (IDF, 2017).

Dinas Kesehatan Provinsi Bali (2016) jumlah kunjungan pasien diabetes mellitus ke pelayanan kesehatan pada tahun 2016 sejumlah 12.553 jiwa. Data Dinas Kesehatan Kabupaten Kota Denpasar mencatat jumlah kasus baru pasien diabetes mellitus pada rentang tahun 2016 sampai 2017 tercatat sejumlah 1.172

jiwa di seluruh wilayah Kota Denpasar. Menurut hasil study pendahuluan peneliti pada tanggal 20 Februari 2018 diperoleh data di Puskesmas IV Denpasar Selatan pada tahun 2016 jumlah kunjungan pasien diabetes mellitus sejumlah 1.011 jiwa dengan temuan 363 kasus baru pasien diabetes mellitus sedangkan pada tahun 2017 jumlah kunjungan pasien diabetes mellitus sejumlah 844 jiwa namun pada tahun 2017 ditemukan 315 kasus baru pasien diabetes mellitus dan pada rentang bulan Januari hingga Februari 2018 tercatat sejumlah 98 kasus baru pasien diabetes mellitus yang berobat ke Puskesmas IV Denpasar Selatan.

Pasien diabetes mellitus selain terganggu secara fisiologis namun beresiko mengalami gangguan psikologis seperti depresi. Tingkat prevalensi depresi pada pasien diabetes mellitus tiga kali lebih tinggi daripada depresi yang dialami oleh individu yang tidak menderita diabetes. Pasien diabetes mellitus memiliki risiko depresi lebih tinggi dan tingkat depresi dua kali lipat lebih parah dari pada penyakit lain kemudian pasien diabetes mellitus dengan komplikasi ganda memiliki prevalensi depresi lebih tinggi. Sering kali depresi pada pasien diabetes mellitus terganggu akibatnya manajemen perawatan diabetes mellitus menjadi tidak efektif (Roy and Lloyd, 2012).

Menurut Andri (2013) walaupun tidak memiliki hubungan kausalitas, diabetes menjadi penyakit endokrin yang paling sering dihubungkan dengan depresi. Angka terjadi depresi pada pasien diabetes mellitus mencapai sekitar 18-31%. Penyakit diabetes mellitus dapat mempengaruhi keseimbangan sistem monoamin di otak. Ini adalah suatu sistem yang mengatur kerja neurotransmitter di otak yang bernama dopamin, serotonin dan norepinephrine.

Ketidakseimbangan serotonin dalam otak inilah yang dapat membuat pasien rentan terhadap depresi.

Pasien diabetes tidak hanya mengalami gangguan pada fisik mereka namun alam pikiran mereka juga sulit untuk menerima kenyataan bahwa mereka menderita penyakit diabetes, terkadang pasien diabetes mellitus merasa marah atau tertekan namun itu merupakan hal yang wajar karena sikap penerimaan bahwa telah menderita diabetes selalu dipandang dari sudut yang negatif oleh sebagian besar pasiennya. Oleh karena itu sikap penerimaan yang positif dan rasional sangat dibutuhkan agar dapat membantu pasien menemukan cara terbaik untuk keluar dari masalah kesehatan yang mereka alami ketika telah menderita diabetes mellitus sehingga pasien diabetes mellitus akan terbebas dari beban psikologis seperti kemarahan, atau depresi dalam waktu yang lama dan mungkin saja hal itu mengakibatkan perawatan diri pasien diabetes mellitus menjadi terhenti (*American Diabetes Association, 2017*).

Saat ini telah banyak dikembangkan penelitian yang berbasis *mindfulness* (pemusatan perhatian) yang mengarah pada bidang klinis dengan menggunakan beberapa jenis intervensi dari *mindfulness* (Baer, 2006). Menurut penelitian Tovote.*et.al* (2014) di Belanda dengan judul *Individual Mindfulness-Based Cognitive Therapy and Cognitive Behavior Therapy for Treating Depressive Symptoms in Patients With Diabetes* dengan subyek sebanyak 94 pasien diabetes mellitus yang dirawat jalan dengan gejala depresi kemudian 31 pasien diberikan terapi MBCT, 32 pasien diberikan terapi CBT dan 31 pasien tidak diberikan terapi MBCT ataupun CBT kemudian hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa *Mindfulness-Based Cognitive Therapy* (MBCT) ataupun *Cognitive Behavior*

Therapy (CBT) kedua jenis terapi tersebut sama-sama efektif dalam menurunkan gejala depresi pada pasien diabetes mellitus. Selanjutnya menurut penelitian Son.*et.al* (2014) di Belanda yang berjudul *Mindfulness-Based Cognitive Therapy* (MBCT) *For People With Diabetes and Emotional Problems* dengan subyek sebanyak 139 pasien diabetes mellitus yang dirawat jalan lalu sejumlah 70 pasien diberikan MBCT dan 69 pasien tidak diberikan terapi dari penelitian tersebut diperoleh hasil bahwa terapi MBCT dapat mengurangi permasalahan tekanan emosi pada pasien diabetes mellitus serta terapi tersebut memiliki efek terapeutik jangka panjang terhadap pasien diabetes mellitus yang mengalami depresi.

Pemberian intervensi yang berhubungan dengan psikologi pasien pada tahap awal diabetes mellitus akan memberikan kontribusi yang besar terhadap manajemen perawatan diri pasien (Oieru, Popa *and* Vlad, 2014). Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh *Mindfulness-Based Cognitive Therapy* (MBCT) terhadap Depresi pada Pasien Penderita Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas IV Denpasar Selatan Tahun 2018”.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh pemberian *Mindfulness-Based Cognitive Therapy* (MBCT) terhadap depresi pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas IV Denpasar Selatan pada Tahun 2018?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui pengaruh *Mindfulness-Based Cognitive Therapy* (MBCT) terhadap depresi pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas IV Denpasar Selatan pada Tahun 2018.

2. Tujuan khusus

Berikut ini ada beberapa tujuan khusus dari penelitian yang dilaksanakan:

- a. Mengidentifikasi depresi pada pasien diabetes mellitus sebelum diberikan *Mindfulness-Based Cognitive Therapy* (MBCT) di wilayah kerja Puskesmas IV Denpasar Selatan pada Tahun 2018.
- b. Mengidentifikasi depresi pada pasien diabetes mellitus sesudah diberikan *Mindfulness-Based Cognitive Therapy* (MBCT) di wilayah kerja Puskesmas IV Denpasar Selatan pada Tahun 2018.
- c. Menganalisis pengaruh *Mindfulness-Based Cognitive Therapy* (MBCT) terhadap depresi pasien diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas IV Denpasar Selatan pada Tahun 2018.

D. Manfaat Penelitian

Peneliti berharap penelitian ini bermanfaat secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat teoritis.

Secara teoritis penelitian ini bermanfaat untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi khususnya ilmu keperawatan jiwa (psikososial) terutama pada pasien diabetes mellitus pemberian intervensi yang berkaitan dengan aspek psikologinya agar lebih diperhatikan supaya kesehatan mental pasien dapat ditingkatkan.

2. Manfaat praktis.

Secara praktis penelitian ini akan memberikan informasi dan alternatif mengenai cara merubah pola pikir sehingga masalah psikologi pasien diabetes mellitus dapat atasi sehingga penelitian ini akan menjadi acuan untuk perawatan psikologi pasien diabetes mellitus yang dapat dilakukan pasien secara mandiri.