

BAB I

PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Indonesia, sebagai negara yang sedang berkembang, mengalami dampak dari pembangunan yang salah satunya adalah perubahan pola penyakit. Pergeseran ini diduga terkait dengan perubahan gaya hidup, khususnya pola makan. Perubahan tersebut tampak pada kebiasaan mengkonsumsi makanan yang kaya karbohidrat, protein, lemak, gula, dan garam, namun rendah serat. Pola makan seperti ini dapat menyebabkan berbagai penyakit, salah satunya adalah Diabetes Mellitus (Amanda et al., 2023)

Diabetes melitus tipe 2 (DM tipe 2) adalah suatu kondisi metabolik yang ditandai dengan kadar gula darah yang tinggi akibat gangguan dalam produksi insulin, fungsi insulin atau keduanya (PERKENI, 2021). Data *World Health Organization* (WHO) menyebutkan 95% penderita Diabetes mengalami penyakit DM tipe 2, yang umumnya terjadi pada pasien dewasa (WHO, 2023). Penyakit DM tipe 2 merupakan penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah, baik secara global maupun nasional.

Berdasarkan laporan *International Diabetes Federation* tahun 2021, jumlah pasien yang menderita diabetes melitus mencapai 536,6 juta jiwa dan diperkirakan akan terjadi peningkatan kasus hingga 783,2 juta jiwa pada tahun 2045 (IDF, 2023). DM tipe 2 menduduki peringkat ke-4 dalam daftar penyakit tidak menular, dan terjadi peningkatan angka kematian sebesar 3% antara tahun 2000 sampai tahun 2019 pada negara yang mempunyai penghasilan menengah kebawah (WHO, 2023). Di Indonesia penderita DM tipe 2 sebesar 10,6 % dari

total populasi jiwa antara usia 20-79 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Data laporan hasil Riset Kesehatan Dasar menunjukkan terjadinya peningkatan jumlah penderita DM tipe 2 antara tahun 2013-2017 sebesar 1,6% (Kemenkes RI, 2018). Terjadi peningkatan kasus DM tipe 2 di provinsi Bali pada tahun 2020 dengan 37.736 kasus sedangkan tahun 2021 mencapai 52.251 kasus (Dinkes Bali, 2020). Prevalensi DM tipe 2 di kota Denpasar menempati urutan ke dua tertinggi sebesar 6,2% (Dinkes Bali, 2020).

Ketidakstabilan kadar glukosa darah bagi penderita penyakit diabetes melitus khususnya tipe 2 menyebabkan berbagai komplikasi makro dan mikro. Komplikasi makro yang dapat terjadi adalah serebrovaskuler, penyakit jantung koroner dan ulkus sedangkan untuk komplikasi mikro adalah retinopati, nefropati dan neuropati (Saputri, 2020). Komplikasi yang terjadi akibat penyakit diabetes melitus adalah berupa gangguan pada pembuluh darah baik makrovaskular maupun mikrovaskular, serta gangguan pada sistem saraf atau neuropati. Gangguan ini dapat terjadi pada pasien diabetes melitus tipe 2 yang sudah lama menderita penyakit atau yang baru terdiagnosis. Orang yang menderita diabetes melitus juga akan mengalami stres dalam dirinya, tekanan kehidupan dan gaya hidup tidak sehat sangat berpengaruh dengan kondisi seseorang sehingga memicu terjadinya stres. Stres adalah respon tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap individu yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari, setiap orang mengalaminya, stres memberi dampak terhadap individu baik itu fisik, psikologis, intelektual, sosial dan spritual (Kinanti, 2021)

Pasien DM dengan kadar glukosa darah yang tidak terkontrol perlu

penatalaksanaan secara komprehensif sebagai upaya pencegahan komplikasi. Penatalaksanaan manajemen stress dengan teknik relaksasi salah satunya yaitu dengan teknik relaksasi benson (Zamasi, 2023). Relaksasi benson merupakan metode yang sederhana, dapat dilakukan kapan saja tanpa membutuhkan ruangan yang khusus, dapat menekan biaya pengobatan, dapat digunakan untuk mencegah terjadinya stress. Perasaan tenang dan bahagia yang dialami ketika melakukan teknik relaksasi benson akan mencegah terjadinya stress. Relaksasi benson dapat menghasilkan frekuensi gelombang alpha pada otak yang bisa menimbulkan rasa bahagia, senang, gembira, dan percaya diri sehingga dapat menekan pengeluaran hormon epinefrin, kortisol dan norepinefrin yang merupakan vasokonstriksi kuat pada pembuluh darah (Ratnawati et al., 2018)

Relaksasi benson dapat menghasilkan frekuensi gelombang alpha pada otak yang bisa menimbulkan rasa bahagia, senang, gembira, dan percaya diri sehingga dapat menekan pengeluaran hormon epinefrin, kortisol dan norepinefrin yang merupakan vasokonstriksi kuat pada pembuluh darah (Juwita, 2016). Mekanisme penurunan kadar glukosa darah melalui relaksasi benson yaitu dengan cara menekan pengeluaran epinefrin sehingga menghambat konversi glikogen menjadi glukosa, menekan pengeluaran kortisol dan menghambat metabolisme glukosa sehingga asam amino, laktat, dan piruvat tetap disimpan di hati dalam bentuk glikogen sebagai energi cadangan; menekan pengeluaran glukagon sehingga dapat mengkonversi glikogen dalam hati menjadi glukosa, menekan ACTH dan glukokortikoid pada korteks adrenal sehingga dapat menekan pembentukan glukosa baru oleh hati, di samping itu

lipolysis dan katabolisme karbohidrat dapat ditekan, yang dapat menurunkan kadar glukosa darah (Kinanti, 2021)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ratnawati et al (2018) dengan hasil penelitian ada pengaruh antara relaksasi benson terhadap pengontrolan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus ditunjukkan kadar gula darah setelah diberikan relaksasi benson mengalami penurunan. Hasil ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Handayani (2020) dengan hasil penelitian penerapan relaksasi benson dapat menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe II

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners yang berjudul “Asuhan Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Dengan Pemberian Terapi Relaksasi Benson Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II”

2. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam Karya Ilmiah Akhir Ners (KIA-N) ini adalah “Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Dengan Pemberian Terapi Relaksasi Benson Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II?”.

3. Tujuan Penulisan

a. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIA-N) ini adalah untuk melaksanakan “Asuhan Keperawatan Ketidakstabilan Kadar

Glukosa Darah Dengan Pemberian Terapi Relaksasi Benson Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II”.

b. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dalam penyusunan karya ilmiah ini adalah :

- a. Mengidentifikasi pengkajian yang tepat pada pasien diabetes militus tipe II dengan masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah
- b. Mengidentifikasi diagnosa keperawatan yang tepat pasien diabetes militus tipe II dengan masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah
- c. Mengidentifikasi rencana keperawatan yang tepat pasien diabetes militus tipe II dengan masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah
- d. Melaksanakan implementasi keperawatan pasien diabetes militus tipe II dengan masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah
- e. Melakukan evaluasi tindakan keperawatan pasien diabetes militus tipe II dengan masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah
- f. Mengetahi efektivitas pemberian relaksasi benson pada pasien diabetes militus tipe II

4. Manfaat Penulisan

1. Manfaat praktis

Karya ilmiah ini diharapkan memberikan informasi dan edukasi kepada pasien dan keluarga khususnya dalam merawat pasien diabetes militus dalam memberikan terapi relaksasi benson untuk kestabilan gula darah pasien

2. Manfaat teoritis

- c. Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan yang dapat digunakan untuk melaksanakan penerapan asuhan keperawatan pasien diabetes militus tipe II dengan masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah dan dapat menjadi bahan pertimbangan untuk penyusunan prosedur untuk merawat pasien diabetes militus dengan relaksasi benson
- d. Karya ilmiah ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam pemberian intervensi khususnya perawat sehingga dapat meningkatkan pemberian intervensi relaksasi benson hal ini pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien diabetes militus