

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit kronis yang ditandai oleh gangguan pengendalian kadar glukosa darah akibat kekurangan insulin atau adanya resistensi terhadap insulin, sehingga membutuhkan penatalaksanaan medis jangka panjang secara terus-menerus. Di samping dampak fisiknya, DM juga menimbulkan tekanan psikologis yang cukup besar karena pasien harus menjalani pengaturan pola hidup yang disiplin, termasuk pemantauan kadar gula darah secara rutin serta upaya pencegahan komplikasi mikrovaskular dan makrovaskular. Beban tersebut dapat berkembang menjadi ansietas yang berkepanjangan, ditandai dengan rasa khawatir terus-menerus terhadap kemungkinan hipoglikemia, perkembangan penyakit, serta keterbatasan dalam menjalankan peran sosial maupun aktivitas rumah tangga. Hal ini menunjukkan bahwa DM merupakan kondisi kompleks yang berdampak tidak hanya pada kesehatan fisik, tetapi juga pada kesejahteraan mental penderitanya (Widyarti Utami., 2025).

Diabetes mellitus tipe 2 merupakan penyakit kronis yang membutuhkan pengelolaan jangka panjang serta perubahan gaya hidup secara konsisten, sehingga tetapi juga memengaruhi aspek psikologis penderitanya. Pasien sering mengalami tekanan emosional berupa kekhawatiran terhadap risiko komplikasi seperti neuropati, retinopati, dan penyakit kardiovaskular, disertai ketergantungan terhadap terapi obat dan kewajiban pemantauan kadar glukosa darah secara rutin yang dapat memicu munculnya ansietas sejak awal diagnosis hingga selama proses pengobatan berlangsung. Ansietas tersebut dapat bersifat menetap karena berkaitan dengan ketidakpastian kondisi kesehatan di masa depan serta perubahan kualitas hidup,

yang pada akhirnya berpotensi memengaruhi kepatuhan pasien dalam menjalani terapi dan mengendalikan kadar gula darah. Berbagai penelitian di Indonesia juga menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 tergolong cukup tinggi dan berhubungan dengan kualitas hidup serta mekanisme koping, sehingga penatalaksanaan diabetes perlu dilakukan secara komprehensif dengan tidak hanya berfokus pada aspek fisiologis, tetapi juga mencakup deteksi dini dan intervensi psikososial sebagai bagian dari perawatan yang berkelanjutan (Sagala et al., 2023; Aini et al., 2023; Utami et al., 2024).

International Diabetes Federation (IDF) melaporkan bahwa pada tahun 2019 prevalensi diabetes melitus mencapai 9% atau sekitar 463 juta orang dewasa di seluruh dunia. IDF juga menyebutkan bahwa 1 dari 12 orang di dunia menderita diabetes, dan sebagian besar penderitanya tidak menyadari bahwa mereka mengidap penyakit tersebut (IDF, 2022). Pada tahun 2021, jumlah penderita diabetes meningkat menjadi sekitar 529 juta orang. Bahkan, diperkirakan pada tahun 2025 jumlah ini dapat melonjak hingga mencapai 1 miliar sampai 1,31 miliar orang. Di kawasan Asia Tenggara, diabetes melitus tercatat sebagai penyakit dengan jumlah penderita terbanyak ke-8 menurut laporan World Health Organization (2024).

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia yang terintegrasi dengan Riskesdas pada tahun 2023, tercatat sebanyak 877.531 orang atau sekitar 1,7% penduduk Indonesia menderita diabetes melitus (Kemenkes, 2023). Di Provinsi Bali, jumlah penderita diabetes pada tahun yang sama mencapai 30.856 orang. Konsentrasi penderita tertinggi terdapat di Kota Denpasar, Kabupaten Tabanan, Kabupaten Gianyar, Kabupaten Klungkung, Kabupaten Karangasem, dan Kabupaten Bangli,

yang menyumbang hingga 90% dari total kasus diabetes di provinsi tersebut (Dinkes Provinsi Bali, 2023).

Berdasarkan data dari pemegang program Penyakit Tidak Menular (PTM) di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat, tercatat adanya fluktuasi signifikan pada jumlah penyandang diabetes melitus. Pada tahun 2022, jumlah penderita mencapai 1.034 orang, yang kemudian mengalami penurunan drastis pada tahun 2023 menjadi 115 orang, sebelum kembali meningkat secara tajam hingga menyentuh angka 1.593 penderita pada tahun 2024 (Dinkes Kota Denpasar., 2024).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ekaputri dan Arya, ditemukan bahwa 13,4% penderita diabetes melitus mengalami kecemasan berat, 40% mengalami kecemasan sedang, 33,4% mengalami kecemasan ringan, dan 13,3% tidak mengalami kecemasan sama sekali (Ekaputri, Ramadia, & Meri, 2021). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Putri terhadap 96 pasien diabetes melitus di Puskesmas Tuban menunjukkan bahwa penyebab utama kecemasan adalah kekhawatiran terhadap komplikasi penyakit. Hasil penelitian tersebut mengungkapkan bahwa 84% pasien merasa cemas terkait komplikasi berat, sementara 83% mengalami kecemasan terhadap kemungkinan komplikasi ringan (Putri et al., 2023).

Penderita diabetes melitus sering kali mengalami berbagai respons psikologis negatif, termasuk kemarahan, perasaan tidak berharga, kekhawatiran, dan kesedihan. Masalah kesehatan mental seperti kecemasan, keputusan, dan stres secara signifikan dapat memperburuk kondisi fisik pasien. Faktanya, prevalensi kecemasan dan depresi pada individu dengan diabetes ditemukan dua kali lebih

tinggi dibandingkan populasi non-diabetes. Ketidakstabilan kadar glukosa darah juga berkontribusi pada munculnya rasa sakit dan kegugupan (Kodakandla et al., 2016; Lestari, 2022).

Menghadapi penyakit kronis seperti diabetes mellitus tipe 2 kerap menimbulkan beban emosional yang signifikan bagi penderitanya. Rasa cemas tidak hanya dirasakan saat pertama kali menerima diagnosis, tetapi juga dapat berlanjut selama menjalani proses pengobatan dan pengelolaan penyakit seumur hidup. Ketidakpastian terhadap perkembangan kondisi kesehatan, kekhawatiran akan terjadinya komplikasi seperti neuropati, retinopati, dan penyakit jantung, serta tuntutan untuk menjaga pola makan, melakukan aktivitas fisik, dan memantau kadar gula darah secara teratur sering kali memicu perasaan takut dan gelisah. Kecemasan tersebut dapat termanifestasi dalam bentuk gangguan tidur, pikiran yang terus dipenuhi kekhawatiran tentang kondisi kesehatan di masa mendatang, serta ketegangan emosional yang sulit dikontrol (Aini et al., 2023).

Di samping itu, perubahan gaya hidup yang harus dijalani oleh penderita diabetes mellitus tipe 2 juga dapat berdampak pada kondisi psikologis serta kualitas hidup pasien. Penderita sering kali dituntut untuk menerapkan pola makan yang lebih ketat, menjalani pemeriksaan kesehatan secara rutin, serta mengonsumsi obat dalam jangka waktu yang lama. Berbagai perubahan tersebut dapat menimbulkan tekanan emosional, mengurangi kenyamanan dalam menjalani aktivitas sehari-hari, bahkan memengaruhi rasa percaya diri. Pada beberapa kondisi, hal ini dapat menyebabkan pasien menarik diri dari lingkungan sosial, mengalami kesulitan dalam menjalankan perannya di dalam keluarga, serta kehilangan motivasi untuk menjalani pengobatan. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan

yang tinggi pada pasien diabetes mellitus tipe 2 berkaitan dengan menurunnya kualitas hidup serta memengaruhi kemampuan pasien dalam mengelola penyakit yang dideritanya (Sagala et al., 2023; Sriwiyati et al., 2024).

Ansietas dapat diatasi melalui berbagai bentuk intervensi, salah satunya Terapi Relaksasi (I.09326). Terapi relaksasi merupakan pendekatan yang menggunakan teknik peregangan atau latihan tertentu untuk membantu menurunkan nyeri, mengurangi ketidaknyamanan, meredakan ketegangan otot, serta menekan perasaan cemas. Dalam penerapannya, perawat perlu melakukan observasi terhadap adanya penurunan energi, gangguan konsentrasi, tanda-tanda penurunan fungsi kognitif, riwayat terapi yang pernah dijalani pasien, serta mengevaluasi respons pasien terhadap terapi relaksasi yang akan diberikan. Intervensi yang dapat dilakukan meliputi menciptakan lingkungan yang tenang dan minim gangguan, serta menentukan jenis terapi relaksasi yang sesuai dengan kebutuhan dan preferensi pasien, seperti terapi musik maupun metode relaksasi lainnya (PPNI., 2018).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa terapi musik merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan pada pasien dengan penyakit kronis, termasuk diabetes mellitus tipe 2. Terapi musik bekerja dengan memberikan efek relaksasi yang dapat menurunkan ketegangan psikologis serta membantu pasien mengalihkan perhatian dari rasa khawatir terhadap penyakit dan komplikasi yang mungkin terjadi. Dalam praktik keperawatan, terapi musik dapat dilakukan dengan memutar musik yang menenangkan selama beberapa menit sehingga pasien dapat mencapai kondisi rileks dan lebih tenang. Penelitian menunjukkan bahwa penerapan terapi musik

pada pasien diabetes mellitus tipe 2 yang mengalami kecemasan dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan setelah dilakukan intervensi selama beberapa hari secara berturut-turut, yang ditandai dengan penurunan skor kecemasan pasien setelah terapi diberikan. Hal ini menunjukkan bahwa terapi musik dapat menjadi salah satu metode terapi relaksasi yang efektif, mudah dilakukan, serta dapat digunakan sebagai intervensi komplementer dalam asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 dengan masalah ansietas (Limbong & Simatupang, 2024; Syafyusari et al., 2025).

Berdasarkan uraian tersebut maka masalah yang perlu diangkat adalah “Asuhan Keperawatan Pada Ny. W Dengan *Ansietas* Akibat Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2026”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka dapat dirumuskan masalah yaitu ”bagaimanakah asuhan keperawatan pada pasien Ny. W dengan *ansietas* akibat diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2026”

C. Tujuan Laporan Kasus

1. Tujuan Umum

Karya tulis ini bertujuan untuk menganalisis asuhan keperawatan pada pasien Ny. W dengan *ansietas* akibat diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2026”.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien dengan *ansietas* akibat diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2026.
- b. Mengidentifikasi diagnosis keperawatan pada pasien dengan *ansietas* akibat diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2026.
- c. Mengidentifikasi intervensi keperawatan pada pasien dengan *ansietas* akibat diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2026.
- d. Melaksanakan implementasi keperawatan pada pasien dengan *ansietas* akibat diabetes mellitus tipe 2 di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2026.
- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada pasien dengan *ansietas* akibat diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2026.
- f. Melakukan analisis keperawatan pada pasien dengan *ansietas* akibat diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2026.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil karya tulis ini diharapkan untuk bisa menambah dan mengembangkan pengetahuan bagi tenaga kesehatan khususnya pada perawat mengenai asuhan keperawatan pada pasien dengan *ansietas* akibat diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2026.

- b. Hasil karya tulis ini diharapkan untuk bisa menambah dan mengembangkan pengetahuan bagi mahasiswa jurusan keperawatan mengenai asuhan keperawatan pada pasien dengan *ansietas* akibat diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2026.
- c. Hasil karya tulis ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan dan gambaran untuk penelitian lebih lanjut yang terkait dengan asuhan keperawatan pada pasien dengan *ansietas* akibat diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2026.

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil karya tulis ini diharapkan dapat memberikan pertimbangan kepada perawat dalam memberikan pelayanan asuhan keperawatan pada pasien dengan *ansietas* akibat diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat Tahun 2026.
- b. Hasil karya tulis ini dapat memberikan manfaat sebagai acuan dan pedoman bagi pihak pengelolaan pelayanan keperawatan dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien dengan *ansietas* akibat diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat Tahun 2026.