

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perilaku dalam menjaga kesehatan dimasyarakat dipengaruhi oleh beberapa hal, menurut Hendrik L. Blum ada empat faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan yaitu faktor gaya hidup (life style), faktor lingkungan (sosial, ekonomi, politik, budaya), faktor pelayanan kesehatan dan faktor genetik (keturunan). Dari ke empat faktor tersebut faktor gaya hidup merupakan faktor yang paling besar pengaruhnya dan sangat sulit untuk diatasi dimasyarakat.

Gaya hidup atau perilaku yang kurang baik dalam menjaga kesehatan dapat menimbulkan beberapa penyakit salah satunya yaitu penyakit diabetes melitus. Masyarakat lebih banyak mendapat penyakit diabetes melitus dari pola hidup yang kurang baik, daripada faktor keturunan. Adanya perilaku pola makan yang kurang dijaga yang dimana dimasyarakat dominan mengkonsumsi makanan cepat saji dan suka akan makanan manis, pola aktivitas yang kurang dimana sebagian besar masyarakat sangat jarang dalam melakukan olahraga sehingga dapat memicu penyakit diabetes melitus tipe 2.

Diabetes melitus dikatakan sebagai penyakit tidak menular bersifat progresif dikarenakan tubuh tidak mampu melakukan proses metabolisme lemak, karbohidrat, dan protein sehingga terjadinya hiperglikemia (kadar glukosa dalam darah tinggi). Penyakit ini merupakan salah satu dari empat prioritas penyakit tidak menular, dan merupakan penyebab utama untuk kebutaan, serangan jantung, stroke, gagal ginjal, dan amputasi kaki, 80% penyakit diabetes dapat dicegah (WHO, 2016). Penyakit ini bisa dikatakan sebagai penyakit kronis dikarenakan

dapat terjadi secara menahun. Berdasarkan penyebabnya diabetes melitus di golongkan menjadi tiga jenis, diantaranya diabetes melitus tipe 1, tipe 2 dan diabetes melitus gestasional (Kemenkes RI, 2020). Diabetes melitus tipe 1 merupakan tipe yang membutuhkan insulin untuk tetap hidup, dan tipe ini dapat didiagnosis dengan cepat sehingga dapat ditangani dengan segera, sedangkan diabetes melitus tipe 2 merupakan tipe yang membutuhkan asupan insulin tambahan, sebab resistensi terhadap insulin meningkat dan produksi insulin menurun, dan tipe ini sangat sulit untuk didiagnosis secara cepat dan baru disadari setelah mengidap selama 5 tahun dan menimbulkan komplikasi yang sangat membahayakan penderita diabetes melitus.

Setiap tahun, prevalensi diabetes melitus di dunia semakin meningkat. Hal ini dapat menarik perhatian di kalangan praktisi kesehatan. Menurut International Diabetes Federation (IDF), 2021 mencatat 537 juta orang dewasa (umur 20 - 79 tahun) atau 1 dari 10 orang hidup dengan diabetes di seluruh dunia. Diabetes melitus juga menyebabkan 6,7 juta kematian atau 1 setiap 5 detik. Indonesia berada di posisi kelima dengan jumlah pengidap diabetes melitus sebanyak 19,47 juta. Jumlah penduduk di Indonesia sebesar 179,72 juta, ini berarti prevalensi diabetes di Indonesia sebesar 10,6%. Pada tahun 2018, jumlah kasus diabetes melitus di provinsi Bali menduduki urutan ke 14 dari 34 provinsi di Indonesia, yang dimana mengalami peningkatan pada tahun 2013 dengan prevelensi 1,3 % menjadi 1,7 % pada tahun 2018 (Risikesdas, 2018). Berdasarkan data yang diperoleh dari jumlah kasus diabetes melitus pada tahun 2018 sebesar 67.172 kasus diabetes melitus di Bali (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2018). Menurut data dari Puskesmas Kuta Utara yang mencakup 6 desa, yang

menderita diabetes melitus pada desember 2021 yaitu sebanyak 50 penderita, dan pada bulan maret 2022 mengalami peningkatan menjadi 57 penderita diabetes melitus. Pada desa tibubeneng tercatat pada bulan desember 2021 yang menderita diabetes melitus sebanyak 10 orang, dan pada bulan maret 2022 sebanyak 11 orang.

Diabetes melitus tipe 2 terjadi karena akibat adanya resistensi insulin yaitu sel-sel dalam tubuh tidak mampu merespon sepenuhnya insulin (International Diabetes Federation, 2019). Insulin merupakan hormon yang mengatur keseimbangan kadar gula dalam darah. Penegakan diagnosis pada penyakit diabetes melitus dilakukan dengan cara melakukan pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu dengan kadar glukosa darah ≥ 200 mg/dl. Gangguan metabolisme mengakibatkan glukosa dalam darah menjadi terganggu sehingga menimbulkan ketidakstabilan kadar glukosa darah. Ketidakstabilan kadar glukosa darah adalah variasi kadar glukosa darah naik/ turun dari rentang normal. Adapun tanda dan gejala dari hipoglikemi adalah mengantuk, pusing, gangguan koordinasi, kadar glukosa dalam darah/ urin rendah, palpitasi, mengeluh lapar, gemetar, kesadaran menurun, perilaku aneh, sulit bicara dan berkeringat. Tanda dan gejala dari hiperglikemi yaitu lelah atau lesu, kadar glukosa dalam darah/ urin tinggi, mulut kering, haus meningkat, dan jumlah urin meningkat.

Komplikasi kronik pasien diabetes melitus tipe 2 seperti retinopati diabetik, nefropati diabetik dan neuro diabetik yang mengindikasikan pasien harus menjalani perawatan di rumah sakit untuk pengelolaan kadar gula darah dan keluhan keluhan lain yang ditimbulkan oleh penyakit yang menyertai. Kondisi ini sering membuat pasien stres dan mengalami kecemasan yang hebat yang pada

akhirnya dapat meningkatkan kadar glukosa dalam darah (Limbong, 2015). Untuk mencegah terjadinya komplikasi diabetes melitus, maka diperlukan pengontrolan yang terapeutik dan teratur melalui perubahan gaya hidup pasien diabetes melitus tipe 2 yang tepat, tegas dan permanen.

Penatalaksanaan diabetes melitus diarahkan pada 4 cara untuk mengontrol kadar gula darah yaitu ; terapi menggunakan obat atau farmakologi, terapi gizi dan nutrisi, edukasi cara manajemen diabetes mandiri, dan aktivitas fisik (Rizky, Insani and Widiastuti, 2020). Dalam pencegahan komplikasi penyakit diabetes melitus yaitu dengan melaksanakan pengontrolan kadar gula darah didapat beberapa cara diantaranya yaitu dengan salah satunya terapi relaksasi, yang terdiri dari bermacam-macam terapi relaksasi diantaranya adalah PMR (Progressive Muscle Relaxation), benson, nafas dalam, dan relaksasi *autogenik* dimana semua jenis relaksasi ini sudah di uji coba melalui berbagai penelitian. Relaksasi *autogenik* dapat mengalihkan respon tubuh secara sadar berdasarkan perintah dari diri sendiri, maka dapat membantu melawan efek stres yang berbahaya (Greenberg, 2002). Relaksasi *autogenik* diduga sesuai jika diterapkan pada penyakit endokrin, mengingat fungsi tubuh yang paling berhubungan dengan stres adalah sistem endokrin. Tehnik relaksasi *autogenik* dengan gerakan dan instruksi yang lebih sederhana daripada tehnik relaksasi lainnya, dapat dilakukan dengan posisi berbaring, duduk dikursi dan duduk bersandar yang memungkinkan pasien dapat melakukannya dimana saja tanpa menyita banyak waktu adalah terapi relaksasi *autogenik*.

Terapi relaksasi *autogenik* terbukti efektif dalam mengontrol kadar glukosa darah dibuktikan dari penelitian yang dilakukan oleh Rizky, Insani and

Widiastuti (2020) yang berjudul “Pengaruh Relaksasi *Autogenik* Terhadap Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2” menunjukkan bahwa adanya pengaruh relaksasi *autogenik* terhadap penurunan kadar gula darah pada kelompok intervensi dengan p-value 0,000 ($p < 0,05$) sedangkan untuk kelompok kontrol didapatkan p-value sebesar 0,570, yang dimana penelitian ini dilakukan pada bulan april – juni 2019.

Berdasarkan hasil penelitian lainnya yaitu Ningrum, R. A Alma Murti Cipta, Uswatun Hasanah (2021) dengan judul “Penerapan Relaksasi *Autogenik* terhadap Kadar Glukosa Dara pada Pasien Diabetes Melitus tipe 2” menunjukkan bahwa hasil penerapan relaksasi *autogenik* terhadap kadar gula darah pada pasien subyek I dan subyek II dengan diagnosa medis diabetes melitus tipe 2 dapat mengontrol kadar gula darah dengan pemberian relaksasi *autogenik* selama 3 hari, dan setelah 3 hari pemberian dilakukan evaluasi.

Hal tersebut didukung juga dari hasil penelitian Pratiwi (2018) dengan judul “Relaksasi *Autogenik* Menurunkan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2” menunjukkan bahwa hasil dari pemberian terapi relaksasi *autogenik* selama 7 hari yang dimana dilakukan 2 kali sehari pada 15 orang pasien diabetes melitus tipe 2 didapatkan evaluasi hasil rata-rata kadar gula darah sebelum terapi relaksasi *autogenik* adalah 214,4 gr/dl dengan standar deviasi 24,1 gr/dl. Rata-rata kadar gula darah sesudah terapi relaksasi *autogenik* adalah 205 gr/dl dengan standar deviasi 22,58 gr/dl. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value 0.001 ($p < 0,05$) artinya ada pengaruh yang signifikan antara kadar gula darah sebelum dan sesudah terapi relaksasi *autogenik* pada pasien diabetes melitus tipe 2.

Terapi relaksasi *autogenik* belum pernah diterapkan di pelayanan kesehatan salah satunya di Puskesmas ataupun dikalangan masyarakat. Selama ini, pengelolaan kadar glukosa darah dengan memberikan pengobatan farmakologi dan pengobatan nonfarmakologi seperti senam diabetes dan edukasi terkait pengelolaan penyakit diabetes melitus.

Berdasarkan latar belakang diatas terdapat keuntungan dan manfaat dari terapi relaksasi autogenik, sehingga penulis tertarik untuk mengaplikasikan terapi relaksasi *autogenik* dalam pengelolaan kasus yang dituangkan dalam Karya Tulis Ilmiah Ners (KIAN) dengan judul “Asuhan Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah pada Tn.MA yang menderita Diabetes Melitus Tipe 2 dengan Terapi Relaksasi *Autogenik* di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Tahun 2022”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas maka penulis dapat merumuskan masalah yang akan diangkat adalah Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dengan Terapi Relaksasi *Autogenik* di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Tahun 2022 ?

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan umum

Penulisan ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana asuhan keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah pada Tn. MA yang menderita

diabetes melitus tipe 2 dengan terapi relaksasi *autogenik* di wilayah kerja Puskesmas Kuta Utara tahun 2022.

2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan data pengkajian keperawatan pada pasien yang menderita diabetes melitus tipe 2 dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah di wilayah kerja Puskesmas Kuta Utara.
- b. Menganalisis diagnosis keperawatan pada pasien yang menderita diabetes melitus tipe 2 dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah di wilayah kerja Puskesmas Kuta Utara
- c. Mengidentifikasi intervensi keperawatan pada pasien yang menderita diabetes melitus tipe 2 dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah di wilayah kerja Puskesmas Kuta Utara.
- d. Memberikan implementasi keperawatan dan pemberian terapi nonfarmakologi yaitu terapi relaksasi *autogenik* pada pasien yang menderita diabetes melitus tipe 2 dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah di wilayah kerja Puskesmas Kuta Utara.
- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada pasien yang menderita diabetes melitus tipe 2 dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah di wilayah kerja Puskesmas Kuta Utara.
- f. Menganalisis intervensi terapi inovasi relaksasi *autogenik* pada pasien yang menderita diabetes melitus tipe 2 dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah di wilayah kerja Puskesmas Kuta Utara.

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat teoritis

- a. Hasil penulisan ini diharapkan dapat menambah dan mengembangkan ilmu keperawatan keluarga khususnya asuhan keperawatan pada pasien yang menderita diabetes melitus dengan masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah.
- b. Hasil penulisan ini diharapkan dapat dipergunakan sebagai gambaran penelitian lebih lanjut yang terkait dengan asuhan keperawatan pada pasien yang menderita diabetes melitus dengan masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah dengan intervensi pemberian terapi non farmakologi yaitu terapi relaksasi *autogenik*.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi perawat, hasil penulisan ini diharapkan dapat dipergunakan sebagai tindakan keperawatan non farmakologis untuk menjaga kestabilan kadar glukosa darah pada pasien yang menderita diabetes melitus.
- b. Bagi institusi, hasil penulisan ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi bagi management dalam tindakan keperawatan yaitu terapi relaksasi *autogenik* sebagai salah satu standar intervensi di Puskesmas dalam menangani ketidakstabilan kadar glukosa darah dengan teknik non farmakologi.
- c. Bagi masyarakat, hasil penulisan ini diharapkan dapat menambah informasi serta dapat diaplikasikan secara mandiri oleh masyarakat dalam penatalaksanaan menjaga kestabilan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus.