

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap tahun, prevalensi diabetes melitus meningkat sebagai masalah kesehatan. Ini merupakan penyakit kronis yang menjadi ancaman global bagi kesehatan. Diabetes melitus sebagai penyakit kronis merupakan faktor stres jangka panjang yang sering kali dikaitkan dengan masalah psikologis (Kemenkes RI, 2020). Individu yang didiagnosis menderita diabetes seringkali mengalami beban psikologis jangka panjang, baik bagi diri mereka sendiri maupun keluarga mereka. Gangguan psikologis yang parah dapat mengakibatkan penderitaan yang signifikan, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi manajemen diabetes sehari-hari, menyebabkan hasil kesehatan yang negatif dan biaya perawatan kesehatan yang lebih tinggi. Pasien dengan diabetes mellitus, terutama mereka yang menderita diabetes tipe 2, dapat mengalami kecemasan yang membuat manajemen menjadi lebih sulit (Nurhayati, 2020).

Berdasarkan data *International Diabetes Federation* (2019) Di dunia, terdapat 463 juta penderita diabetes melitus, dan angka tersebut meningkat menjadi 537 juta pada tahun 2021, dengan rentang usia 20 hingga 79 tahun. Seiring bertambahnya usia populasi, prevalensi diperkirakan akan meningkat, mencapai 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045 (*International Diabetes Federatio*, 2021). Di Asia Tenggara jumlah penderita diabetes melitus tahun 2019 yaitu sejumlah 88 juta jiwa, dan mengalami peningkatan pada tahun 2021 yaitu menjadi 90 juta jiwa (*International Diabetes Federatio*, 2021). Pada

tahun 2019, terdapat 10,7 juta orang di Indonesia yang mengidap diabetes melitus. Pada tahun 2021, jumlah tersebut meningkat menjadi 19,5 juta, menempatkan Indonesia di peringkat kelima dari sepuluh negara (International Diabetes Federation, 2019). Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Bali kasus diabetes melitus pada tahun 2019 sejumlah 60.423 jiwa (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2019). Pada tahun 2020 yaitu sejumlah 52.282 jiwa (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2020). Kemudian mengalami peningkatan pada tahun 2021 sejumlah 53.726 jiwa (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2021). Pada tahun 2021 Denpasar menjadi kota dengan presentase penderita diabetes melitus tertinggi yaitu sebesar 148,4% (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2021). Di kota Denpasar kasus penderita diabetes melitus pada tahun 2020 yaitu sejumlah 14.353 jiwa (Dinas Kesehatan Kota Denpasar, 2020). Pada tahun 2021 mengalami penurunan sehingga jumlahnya menjadi sebanyak 10.534 jiwa (Dinas Kesehatan Kota Denpasar, 2021). Sedangkan pada tahun 2022 penderita diabetes melitus di Denpasar mengalami peningkatan yaitu sejumlah 14.444 jiwa (Dinas Kesehatan Kota Denpasar, 2022). Pada tahun 2020, terdapat 2.173 orang dengan diabetes melitus di UPTD Puskesmas II Denpasar Barat (Dinas Kesehatan Kota Denpasar, 2020), pada tahun 2021 mengalami penurunan sehingga jumlah penderita diabetes menjadi 1.451 orang (Dinas Kesehatan Kota Denpasar, 2021). Pada tahun 2022 UPTD Puskesmas II Denpasar Barat menduduki peringkat tertinggi dalam khusus diabetes melitus yaitu sejumlah 2.177 orang. (Dinas Kesehatan Kota Denpasar, 2022)

Diperkirakan sekitar 264 juta orang di dunia mengalami gangguan kecemasan yaitu 3,6 % dari populasi di dunia. Pasien Diabetes Melitus sangat

rentan mengalami gangguan kecemasan dan kecemasan itu sendiri dapat memperburuk keadaan Diabetes Melitus (Jeharut, 2021). Penderita diabetes mellitus yang mengalami kecemasan akan mengalami efek pada emosi, perilaku, dan proses tubuh mereka. Reaksi fisiologis yang berhubungan dengan kecemasan dapat memengaruhi hipofisis dan hipotalamus, sehingga mengganggu proses endokrin, termasuk peningkatan kadar gula kortisol yang berdampak pada fungsi insulin. Selain itu, kecemasan dapat meningkatkan kadar glukosa darah dengan meningkatkan glukoneogenesis dan mencegah penyerapan glukosa. Pasien dengan diabetes mellitus tipe 2 mungkin mengalami kesulitan mempertahankan kadar glukosa darah mereka jika kegelisahan mereka tidak segera ditangani dan terus memburuk. Penurunan kualitas hidup adalah efek lain dari kekhawatiran pada penderita diabetes mellitus, yang akan membuat perawatan kondisi mereka menjadi lebih sulit bagi mereka (Rokhman & Supriati, 2018).

Berbagai teknik, seperti terapi farmakologis dan non-farmakologis, dapat digunakan untuk mengatasi kecemasan. Terapi farmakologis melibatkan penggunaan serotonin selektif reuptake inhibitor (SSRI), yang lebih umum dikenal sebagai obat antidepresan (Gerliandi et al., 2021). Sementara itu, sejumlah terapi non-farmakologis telah terbukti berhasil menurunkan kecemasan, seperti terapi relaksasi otot progresif, hipnosis lima jari, latihan pernapasan dalam, afirmasi positif, dan pengalihan perhatian (Ibrahim et al., 2021). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Manggasa pada tahun (2021) di RSUD Poso, Kemanjuran teknik relaksasi otot progresif dalam mengobati kecemasan pada individu dengan diabetes mellitus ditunjukkan dengan

penerapannya (Manggasa et al., 2021). Penelitian lain yang dilakukan oleh Rokhman pada tahun (2018) di Rumah Sakit Muhammadiyah Lamongan menunjukkan bahwa terapi relaksasi otot progresif juga berhasil mengurangi kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 (Rokhman & Supriati, 2018).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti berharap dapat mengimplementasikan terapi relaksasi otot progresif dan dapat mengatasi masalah ansietas pada pasien diabetes melitus di Puskesmas II Denpasar Barat.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka rumusan masalah pada studi kasus penelitian ilmiah adalah “Bagaimana implementasi terapi relaksasi otot progresif pada pasien diabetes melitus dengan ansietas di wilayah UPTD Puskesmas II Denpasar Barat ?”.

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Adapun tujuan umum dari studi kasus ini adalah untuk mengimplementasikan terapi relaksasi otot progresif pada pasien diabetes melitus dengan ansietas di wilayah UPTD Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien diabetes melitus dengan ansietas di wilayah UPTD Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2024.

- b. Merumuskan diagnosis keperawatan pada pasien diabetes melitus dengan ansietas di wilayah UPTD Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2024.
- c. Menyusun perencanaan keperawatan pada pasien diabetes melitus dengan ansietas di wilayah UPTD Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2024.
- d. Melaksanakan implementasi terapi relaksasi otot progresif pada pasien diabetes melitus dengan ansietas di wilayah UPTD Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2024.
- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada pasien diabetes melitus dengan ansietas di wilayah UPTD Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2024..

D. Manfaat Studi Kasus

1. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi mengatasi ansietas pada pasien diabetes melitus dalam melakukan tindakan keperawatan di puskesmas atau lembaga kesehatan lainnya.

2. Manfaat Teoritis

a. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi responden dan dapat menerapkan implementasi terapi relaksasi otot progresif pada pasien ansietas dengan diabetes melitus.

b. Bagi Perawat

Penelitian studi kasus ini diharapkan bermanfaat sebagai sumber informasi dan tindakan keperawatan alternatif bagi tenaga keperawatan sebagai upaya untuk mengatasi masalah ansietas pada pasien diabetes melitus.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan pada penelitian studi kasus selanjutnya, khususnya dalam penatalaksanaan implementasi terapi relaksasi otot progresif pada pasien ansietas dengan diabetes melitus.