

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) merupakan suatu penyakit menahun yang ditandai dengan kadar glukosa darah (gula darah) melebihi normal yaitu kadar gula darah sewaktu sama atau lebih dari 200 mg/dl dan kadar gula darah puasa sama dengan 126 mg/dl (Misnadiarly, 2006). DM dikenal sebagai silent killer karena sering tidak disadari oleh penyandanginya dan saat diketahui sudah terjadi komplikasi (Kemenkes RI, 2014). Global status report on NCD World Health Organization (WHO) tahun 2010 melaporkan bahwa 60% penyebab kematian semua umur di dunia adalah karena PTM. DM menduduki peringkat ke-6 sebagai penyebab kematian. Sekitar 1,3 juta orang meninggal akibat diabetes dan 4 persen meninggal sebelum usia 70 tahun. Pada Tahun 2030 diperkirakan DM menempati urutan ke-7 penyebab kematian dunia. Sedangkan untuk di Indonesia diperkirakan pada tahun 2030 akan memiliki penyandang dm (diabetisi) sebanyak 21,3 juta jiwa. Saat ini pelayanan dm sudah dilaksanakan di Puskesmas dengan pemberian obat sesuai kemampuan daerah masing-masing, pada penyandang dm rujuk balik dari rumah sakit yang merupakan peserta askes dapat diberikan obat oral maupun suntikan selama 30 hari atau sesuai rekomendasi dokter RS. Data laporan WHO tahun (2003) dalam Dita (2017) menunjukkan hanya 50% pasien dm di negara maju mematuhi pengobatan yang diberikan. Pada dm yang tidak terkontrol dapat terjadi komplikasi. Timbulnya komplikasi mempengaruhi kualitas hidup dan mempengaruhi perekonomian. (Riduan, 2019)

International Diabetes Federation (IDF) tahun 2013 menempatkan Indonesia di urutan ketujuh dunia dengan jumlah penderita DM yang berumur 20-79 tahun mencapai 8,5 jutajiwa. Hasil RISKESDAS tahun 2007, prevalensi DM sebanyak 1,1% dan tahun 2013 meningkat menjadi 2,1% (Kemenkes, 2013). Di antara tipe DM yang ada, DM tipe 2 adalah jenis yang paling banyak ditemukan (lebih dari 90%) (Witasari, 2009 dalam Maghfirah, Sudiana, &Widyawati, 2015)

Prevalensi DM di Indonesia pada tahun 2013 adalah sebesar 2,1%. Angka tersebut lebih tinggi dibandingkan dengan tahun 2007 (1,1%). Sebanyak 31 provinsi (93,9%) menunjukkan kenaikan prevalensi diabetes mellitus yang cukup berarti. Pada tahun 2013 terdapat 15 kabupaten kota dengan angka kejadian DM melebihi angka kejadian DM Provinsi Jawa Barat. Sedangkan tahun 2012 sebanyak 10 kabupaten kota. Berarti pada tahun 2013 mengalami peningkatan jumlah kabupaten kota dengan kejadian DM melebihi angka kejadian provinsi (Dinkes Provinsi Jawa Barat, 2013).

Penyakit Diabetes Melitus adalah ketidakmampuan organ pankreas memproduksi hormon insulin atau sel tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang telah dihasilkan organ pancreas secara baik. Akibat dari kelainan ini, maka kadar gula darah (glukosa) akan meningkat tidak terkontrol. Kadar gula darah pada pasien DM harus dipertahankan pada nilai normal, ambang normal kadar gula darah adalah 60-120 mg/dL pada waktu puasa, dan dibawah 140 mg/dL dua jam setelah makan (Susanto, 2013).

Kadar gula darah yang tidak normal dapat dikendalikan dengan cara mengontrol diet dan manajemen stres. Manajemen stress dapat dikendalikan dengan cara dilakukan terapi relaksasi otot progresif. Relaksasi otot progresif merupakan salah satu bentuk mind-body (terapi pikiran dan otot-otot tubuh) dalam terapi komplementer (Moyad, 2009) dalam Nur dan Widiastuti (2019).

Teknik relaksasi merupakan salah satu cara pengendalian diri yang didasarkan pada saraf simpatis dan saraf parasimpatis. Dalam melakukan teknik relaksasi otot progresif individu diberikan kesempatan untuk mempelajari bagaimana cara menegangkan otot dan merilekskan (Widyastuti & Yulianti, 2004) dalam Nur dan Widiastuti (2019).

Relaksasi otot progresif mengalihkan perhatian pasien untuk membedakan perasaan yang dialami saat otot ditegangkan dan dilemaskan, dengan sensasi tegang dan rileks, seorang dapat merasakan kontraksi otot dan mengalami rileks (Soewondo, 2009) Dalam Nur dan Widiastuti (2019). Hal ini dikarenakan relaksasi otot progresif merupakan jenis relaksasi termurah dan mudah untuk dilakukan secara

mandiri. Tujuan pokok relaksasi otot progresif adalah dapat memanajemen stres yang berpengaruh terhadap kadar gula darah.

Hasil penelitian menunjukkan dengan hasil uji analisa data dengan menggunakan uji paired t-test menunjukkan bahwa nilai t hitung > t tabel ($9,283 > 2,228$) dan nilai $p < \alpha$ ($0.000 < 0.05$) dengan demikian maka hipotesis nol (H_0) ditolak, yang artinya ada pengaruh terapi relaksasi benson terhadap penurunan intensitas nyerip pasien post operasi BPH di ruang Kamboja RSUD Kabupaten Buleleng. Galvani dan Marthalena (2017).

Dikutip dari hasil penelitian Nur (2019), berdasarkan hasil *Wilcoxon t-test* menunjukkan hasil pada kelompok intervensi dengan nilai A symp. Sig (2-taile D)= .000 dan pada kelompok control dengan nilai A symp. Sig (2-taile D)= .530. Dan berdasarkan uji *Mann Whitney* menunjukkan nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($0,00 < 0,05$) maknanya ada pengaruh relaksasi otot progresif terhadap kadar gula darah pasien diabetes melitus tipe 2.

Hasil penelitian juga diperkuat oleh Tati dan Muhammad (2019), Rerata hasil kadar gula darah pertama 243.90 pada pengukuran kedua didapat hasil kadar gula darah 200.80, terlihat Mean antara kedua pengukuran pertama dan kedua adalah 222, 35 dengan standar deviasi (SD) 27.795. Hasil uji didapat nilai $p = 0,001 \leq \alpha = 0,05$ sehingga disimpulkan terdapat pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien DM tipe 2 di rumah sakit Grand Med Lubuk Pakam.

Perawat sebagai tenaga kerja profesional mempunyai kesempatan besar untuk memberikan pelayanan kesehatan khususnya asuhan keperawatan yang komprehensif meliputi bio-sosio-psiko-spiritual. Perawat harus berupaya membantu memenuhi kebutuhan spiritual pasien, Karena kebutuhan spiritual merupakan bagian dari kebutuhan menyeluruh pasien. Kesejahteraan spiritual dari individu dapat mempengaruhi tingkat kesehatan dan perilaku perawatan diri, yaitu sumber dukungan untuk dapat menerima perubahan yang dialami. (Archir, 2005)

Islam dengan al-Qur'an sebagai petunjuk bagi manusia telah berbicara tentang sebab penyakit diabetes melitus. Setres, ketakutan, dan kecemasan yang berlebihan adalah salah satu penyebabnya. Al-Qur'an mengisyaratkan hal ini pada firman Allah Swt. surat al-Baqarah ayat 155:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالتَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ.
(سورة البقرة: 155)

“Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar”. (QS. Al-Baqarah: 155)

Ayat di atas menjelaskan bahwa Allah Swt. akan memberikan ujian kepada hamba-hambanya dengan perasaan ketakutan, kecemasan yang merupakan salah satu dari penyebab diabetes melitus. Mengurangi kecemasan dan menghadirkan kegembiraan, perasaan bahagia adalah salah satu terapi yang bisa diberikan kepada penderita diabetes melitus. Salah satu terapi yang dapat dilakukan juga dengan relaksasi otot progresif dengan melakukan gerakan bergantian antara tegangan dan relaksasi pada otot-otot utama tubuh.

Rasulullah Saw. adalah teladan dalam menghadirkan kebahagiaan, mengurangi kecemasan dengan berbagai kegiatan olahraga. Salah satunya adalah menguatkan otot-otot dan konsentrasi dengan berlatih memanah dan juga olahraga lainnya. Sebagaimana disampaikan dalam hadits:

عَنْ حَاتِمِ بْنِ اللَّيْثِ الْجَوْهَرِيِّ، قَالَ: نَا يَحْيَىٰ بِنُ حَمَّادٍ، قَالَ: نَا أَبُو عَوَانَةَ، عَنْ عَبْدِ الْمَلِكِ بْنِ عُمَيْرٍ، عَنْ مُصْعَبِ بْنِ سَعْدٍ، عَنْ أَبِيهِ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: ” عَلَيْكُمْ بِالرَّمِيِّ، فَإِنَّهُ خَيْرٌ لَّعِبِكُمْ.

“Dari Hatim bin Laits Al Jauhari, ia berkata: Yahya bin Hammad menuturkan kepada kami, ia berkata: Abu ‘Awwanah menuturkan kepada kami, dari Abdul Malik bin

‘Umair, dari Mush’ab bin Sa’ad, dari ayahnya (Sa’ad bin Abi Waqqash *radhiallahu’anhu*) ia berkata, Rasulullah Saw. bersabda: *‘hendaknya kalian latihan menembak karena itu permainan yang paling bagus bagi kalian’*”

Harapan setelah dilakukan teknik relaksasi otot progresif diharapkan dapat menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus. Hal ini dikarenakan relaksasi otot progresif merupakan jenis relaksasi termurah dan mudah untuk dilakukan secara mandiri. Peran perawat dalam hal ini adalah memberikan asuhan keperawatan untuk memenuhi Kebutuhan nutrisi ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus dengan penerapan relaksasi otot progresif.

Berdasarkan data di atas peneliti tertarik untuk melakukan literatur review tentang asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus dengan penerapan relaksasi otot progresif terhadap penurunan kadar glukosa darah.

I.2 Rumusan Masalah

Penyakit Diabetes Melitus adalah ketidakmampuan organ pancreas memproduksi hormon insulin atau sel tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang telah dihasilkan organ pancreas secara baik. Akibat dari kelainan ini, maka kadar gula darah (glukosa) akan meningkat tidak terkendali. Kadar gula darah pada pasien DM harus dipertahankan pada nilai normal, ambang normal kadar gula darah adalah 60-120 mg/dL pada waktu puasa, dan dibawah 140 mg/dL dua jam setelah makan. Kadar gula darah yang tidak normal dapat dikendalikan dengan cara mengontrol diet dan manajemen stres. Manajemen stress dapat dikendalikan dengan cara dilakukan terapi relaksasi otot progresif. Relaksasi otot progresif merupakan salah satu bentuk mind-body (terapi pikiran dan otot-otot tubuh) dalam terapi komplementer. Teknik ini mudah digunakan oleh siapapun, Maka rumusan masalah dalam Literature Review ini : Bagaimana asuhan keperawatan pemenuhan kebutuhan nutrisi : Ketidakstabilan kadar glukosa darah dengan penerapan relaksasi otot progresif pada pasien diabetes mellitus?

I.3 Tujuan

Untuk mengetahui bagaimana asuhan keperawatan pemenuhan kebutuhan nutrisi: ketidakstabilan kadar glukosa darah dengan penerapan relaksasi otot progresif pada pasien diabetes mellitus.

I.4 Manfaat

Manfaat dari literature review:

1.4.1. Bagi Penulis

Literatur review dapat dijadikan tambahan pengetahuan dan pengalaman bagi penulis dalam menerapkan teori berdasarkan hasil riset pemberian tehnik terapi relaksasi otot progresif untuk mengatasi ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe II.

1.4.2. Bagi Masyarakat

Meningkatkan pengetahuan masyarakat dan mengaplikasikannya dalam mengatasi kadar glukosa darah tinggi khususnya pada penyakit diabetes melitus tipe II.

1.4.3. Bagi Profesi Kesehatan

Memberikan pertimbangan bagi tenaga kesehatan untuk menerapkan terapi relaksasi otot progresif untuk mengatasi ketidakstabilan kadar glukosa pada penyakit diabetes melitus tipe II.