

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Mellitus merupakan penyakit global yang prevalensinya terus mengalami peningkatan di dunia, baik di negara maju maupun di negara berkembang (Haskas et al., 2018). Indonesia saat ini menghadapi beban ganda penyakit, yaitu penyakit menular dan penyakit tidak menular. Penyakit tidak menular meningkat disebabkan karena faktor risiko yang meliputi meningkatnya tekanan darah, glukosa darah, obesitas, pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan merokok serta alkohol (Dinata et al., 2022). Perubahan gaya hidup seperti kebiasaan mengonsumsi makanan tidak sehat dan aktivitas fisik yang kurang, memiliki risiko tinggi mengalami Diabetes Mellitus Type 2 (Murtiningsih et al., 2021).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) pada tahun 2021 memprediksi adanya peningkatan jumlah prevalensi DM tipe 2 di Indonesia dari 8,4 juta pada tahun 2000 meningkat menjadi 21,3 juta pada tahun 2030. Sedangkan prediksi International Diabetes Federation (IDF) menunjukkan pada tahun 2019-2030 terdapat kenaikan jumlah DM dari 10,7 juta menjadi 13,7 juta pada tahun 2030 (International Diabetes Federation, 2021). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 angka kejadian DM mengalami peningkatan prevalensi pada penduduk ≥ 15 tahun sebesar 2.0%, dimana sebelumnya data Riskesdas tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi DM

pada penduduk ≥ 15 tahun sebesar 1.5% dari penduduk Indonesia.

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan 2018 Sumatera Barat menduduki peringkat 21 dari 34 provinsi di Indonesia dengan prevalensi 1,6% dengan jumlah kasus Diabetes Mellitus pada tahun 2018 yaitu 44.280 kasus. Menurut data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat tahun 2023 jumlah kasus DM di Sumatera Barat paling banyak dimiliki oleh Kota Padang yaitu sebanyak 13.433 kasus (Infodatin, 2024).

Data dari dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2022 didapatkan bahwa jumlah penderita Diabetes Mellitus tipe 2 yaitu sebanyak 13.733 orang. Wilayah kerja Puskesmas Pauh menduduki urutan ke-3 dari 23 wilayah kerja puskesmas yang ada di Kota Padang dengan jumlah penderita Diabetes Mellitus tipe 2 sebanyak 982 orang. Wilayah kerja Puskesmas Andalas dan Lubuk Buaya menempati urutan pertama dan kedua terbanyak di Kota Padang yaitu dengan jumlah 1.237 orang dan 1.051 orang .

DM tipe 2 merupakan penyakit gangguan metabolisme yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa dalam darah akibat dari penurunan sekresi insulin oleh sel-sel beta pankreas atau gangguan fungsi insulin (resistensi insulin) sehingga menimbulkan gejala khas seperti poliuria, polifagia dan polidipsia (Bhuvaneshwari & Tamilselvi, 2018). Penderita sering tidak menyadari bahwa mereka telah mengidap penyakit diabetes karena gejalanya muncul perlahan sehingga tidak dirasakan (Widyawati, 2010; dikutip Prastyo, et al, 2021). Diabetes Mellitus merupakan penyakit kronis yang dapat menimbulkan komplikasi pada berbagai macam organ tubuh (Dinata et

al., 2022).

Komplikasi yang sering dialami pada pasien Diabetes Mellitus antara lain katarak, penyakit ginjal, penyakit jantung, hipertensi, gangguan penglihatan, gangguan pembuluh darah, gatal seluruh badan, infeksi bakteri kulit, stroke, rasa kesemutan pada tungkai serta kelemahan otot (neuropati perifer) dan luka pada tungkai yang sukar sembuh (Astuti et al., 2017).

Dampak Diabetes Mellitus akan memperburuk kualitas hidup bahkan kematian, sehingga upaya penanggulangan dan pencegahan perlu segera dilakukan. Bentuk penanggulangan dan pencegahan difokuskan untuk mencegah terjadinya peningkatan kadar gula didalam plasma darah (hiperglikemia) yang menjadi penyebab utama terjadinya komplikasi (Kurnia & Elka, 2023). Sesuai arahan dari kementerian kesehatan bahwa kadar glukosa darah dapat dikendalikan dengan 5 pilar DM, yaitu: edukasi, terapi gizi medis, latihan fisik, terapi farmakologi dan pemeriksaan gula darah (Hati & Muchsin, 2022).

Upaya untuk menurunkan kadar glukosa darah dapat dilakukan melalui dua cara yaitu terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Secara farmakologi meliputi obat anti hiperglikemia secara oral ataupun suntikan dan secara non farmakologi yaitu dengan cara pengaturan asupan makanan, aktivitas fisik atau olahraga, manajemen stress serta mengontrol kadar gula darah dengan cara teknik relaksasi. Salah satu terapi relaksasi yang efektif untuk menurunkan kadar glukosa darah yaitu terapi relaksasi Benson (Emah, et al, 2021).

Pernyataan di atas didukung oleh jurnal yang disusun Ratnawati, dkk (2018), dari hasil penelitian menunjukkan nilai ($p < 0.05$) dimana terapi relaksasi Benson termodifikasi efektif dalam mengontrol kadar gula darah pasien dengan Diabetes Mellitus. Hal tersebut juga sejalan dengan hasil penelitian oleh (Sumiati et al., 2021) dimana penelitian yang dilakukan pada pasien DM tipe II di RSAL dr Mintohardjo dengan jumlah responden 15 orang dan sebesar 93,3% responden mengalami penurunan kadar gula darah setelah dilakukan terapi relaksasi Benson berdasarkan keyakinan dan agama responden, hal ini dapat disimpulkan bahwa terapi relaksasi Benson dapat menurunkan kadar glukosa darah pada pasien DM tipe II. Selain menurunkan kadar glukosa darah pasien, pemberian terapi relaksasi Benson pada penderita DM tipe II, juga mempunyai manfaat lainnya antara lain menurunkan skala nyeri, menurunkan tingkat kecemasan, depresi, hipertensi, meningkatkan kualitas hidup dan lainnya (Hanifah, 2022).

Hal tersebut juga dibuktikan pada penelitian di Malaysia dimana terapi Benson dan aromaterapi dapat menurunkan kadar glukosa darah pada pasien diabetes tipe II (Elengoe et al., 2020). Penelitian juga dilakukan oleh Yu, Lee and Kim, (2022); Marsella, 2024 dimana pasien diabetes tipe II menjadi subjek penelitian tersugesti dengan menggunakan teknik terapi relaksasi Benson dalam menstabilkan kadar glukosa dalam darah. Dan hal tersebut menjadi inovasi atau terapi yang digunakan sebelum mengecek kadar gula darah pasien. Hasil penelitian dari Ubaidillah, et al. 2023 bahwa terapi relaksasi Benson juga dapat memperbaiki jam tidur penderita diabetes tipe II,

dimana hal tersebut membuat pasien rileks dan membuat jam tidur pasien semakin membaik dan kadar glukosa dalam darah penderita akan semakin stabil.

Relaksasi Benson merupakan terapi komplementer dan modalitas unggulan yang dapat menurunkan kadar glukosa darah pasien Diabetes Mellitus dengan menekan pengeluaran hormon-hormon yang dapat meningkatkan kadar glukosa darah. Mekanisme penurunan kadar glukosa darah melalui relaksasi Benson yaitu dengan cara menekan pengeluaran epinefrin sehingga 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 hormon adrenokortikotropik (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 (Ni Kadek, et al, 2022).

Berdasarkan uraian latar belakang dan fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk menyusun laporan akhir karya ilmiah mengenai “Asuhan keperawatan Keluarga Pada Tn. I Dengan Kasus Diabetes Mellitus Tipe II Menggunakan Penerapan Teknik Relaksasi Benson terhadap penurunan kadar Glukosa Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang”.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Memberikan Asuhan Keperawatan Keluarga pada Tn. I dengan Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif sehingga mampu menerapkan aplikasi Evidence Based Nursing dengan penerapan teknik relaksasi Benson untuk menurunkan kadar glukosa darah di wilayah kerja Puskesmas Pauh Kota Padang

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan hasil pengkajian dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif di wilayah kerja Puskesmas Pauh Kota Padang.
- b. Menjelaskan diagnosa keperawatan pada keluarga Tn. I di wilayah kerja Puskesmas Pauh Kota Padang.
- c. Menjelaskan intervensi keperawatan keluarga Tn. I dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif di wilayah kerja Puskesmas Pauh Kota Padang.
- d. Menjelaskan implementasi tindakan keperawatan keluarga Tn. I dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif di wilayah kerja Puskesmas Pauh Kota Padang.
- e. Menjelaskan evaluasi terhadap implementasi masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif di wilayah kerja Puskesmas Pauh Kota Padang.

C. Manfaat

1. Bagi Institusi Pendidikan

- a. Sebagai masukan bagi perkembangan pengetahuan dalam hal perawatan komprehensif dan menambah pengalaman mahasiswa dalam merawat klien dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif dengan cara menerapkan teknik relaksasi Benson pada kasus diabetes.
- b. Hasil Laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi sumber literatur dan bahan referensi bagi mahasiswa yang ingin meneliti penerapan asuhan keperawatan pada klien dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif dengan cara menerapkan teknik relaksasi Benson pada kasus diabetes dengan pengembangan variabel lain.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil laporan ilmiah ini dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi Puskesmas untuk meningkatkan standar asuhan keperawatan terhadap klien dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif dengan cara menerapkan teknik relaksasi Benson pada kasus diabetes. Dan bahan pertimbangan dalam pembuatan program di puskesmas untuk meningkatkan pelayanan keperawatan yang bersifat promotif dan preventif tentang penyuluhan terhadap penerapan teknik relaksasi Benson pada kasus diabetes.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pandangan untuk

penelitian lebih lanjut dengan metode yang lebih baik dan dapat menambah informasi, pemahaman, pengetahuan, dan wawasan bagi peneliti mengenai cara menurunkan kadar glukosa darah pada klien yang mengalami Diabetes Mellitus dengan cara menerapkan teknik relaksasi Benson.

