

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit metabolik yang diakibatkan karena kerusakan defisiensi sekresi insulin atau kerusakan respon terhadap hormon insulin, dimana tubuh tidak dapat menghasilkan cukup hormon insulin menyebabkan gangguan metabolisme yang ditandai dengan meningkatnya kadar gula darah yang melebihi batas normal (120 mg/dl) atau hiperglikemia (Federasi Diabetes Internasional, 2021). Diabetes melitus masih menjadi masalah global selama beberapa dekade terakhir, insiden dan prevalensi diabetes terus meningkat di seluruh dunia dan juga diabetes melitus merupakan salah satu penyakit berbahaya di Indonesia dengan gejala yang timbul pada kasus diabetes melitus seperti kulit terasa panas, sering haus, kesemutan atau mati rasa, kelelahan, mengantuk, pandangan mulai kabur, poliuri, polifagi dan polidipsi (Kemenkes 2021). Penderita diabetes melitus bisa menimbulkan ansietas karena kecemasan yang berlebihan, kekhawatiran atau takut akan penyakit diabetes melitus yang dideritanya terutama pada rasa cemas yang dialami lansia karena merasa takut menghadapi kematian, (Redjeki & Tambunan, 2019). Diabetes yang membutuhkan kontrol ketat dan perubahan gaya hidup seperti pemantauan kadar gula darah, diet, olahraga teratur yang bisa menyebabkan mereka merasa tertekan sehingga menyebabkan cemas (Yeni et al, 2022). Selain itu biaya pengobatan, perubahan gaya hidup dan komplikasi diabetes yang memerlukan biaya menyebabkan pasien merasa terbebani dalam menghadapi kondisinya (Hurai et al 2024), Penanganan diabetes melitus lebih berfokus pada luka diabetes melitus, sedangkan penanganan masalah ansietas masih

belum maksimal dilakukan sehingga dapat menyebabkan klien mengalami masalah Ansietas (Mangasa et al, 2020). jika tidak segera diatasi maka ansietas dapat memperburuk kondisi penderita diabetes melitus karena ansietas dapat merangsang hipotalamus dan hipofisis untuk melepaskan hormon ACTH dimana hormon ini dapat memicu kelenjar adrenal melepaskan hormon epinefrin dan kortisol yang dapat meningkatkan kadar gula didalam darah semakin tinggi maka dari itu ansietas pada pasien diabetes melitus perlu ditangani (Jeharut et al, 2021).

Menurut World Health Organization (2019) gangguan ansietas dengan prevalensi 14,9% atau sekitar 264 juta orang di dunia akibat penyakit kronis yang rentan mengalami ansietas salah satunya adalah pasien diabetes melitus. Komplikasi diabetes melitus ulkus kaki diabetik di indonesia berada di angka 24% dibanding komplikasi lain yang berupa komplikasi mikrovaskular dan komplikasi neuropati (Riskesdas, 2018) Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan hasil sebesar 25,97 juta (9,8 %) penduduk usia 15 tahun keatas di indonesia mengalami ansietas akibat penyakit kronis. Penderita diabetes melitus di Jawa Timur memiliki komplikasi sebanyak 2,13% dan Kota Surabaya sebesar 4,12% (Riskesdas, 2018). Prevalensi di Jawa Timur menunjukkan 13,3% dan kota surabaya tercatat 18,8 % yang mengalami gangguan ansietas akibat penyakit kronis termaksud diabetes melitus dan usia paling tinggi adalah lansia umur 60 tahun keatas (Riskesdas, 2018). Diabetes melitus di Rw 01 Kelurahan Keputih sebanyak 10 orang dan gangguan ansietas pada komplikasi gangreen/ulkus kaki diabetes melitus berjumlah 3 orang (30%). Persoalan ini menjadi perhatian dari kementerian kesehatan, mengingat diabetes melitus merupakan ibu dari segala penyakit. Seperti ibu yang melahirkan banyak anak, diabetes dapat “melahirkan” berbagai penyakit lain (Kemenkes, 2024).

Diabetes Melitus merupakan penyakit metabolik yang disebabkan karena pankreas tidak mampu lagi memproduksi insulin atau sel tidak memberi respon pada kerja insulin sehingga gula tidak dapat masuk kedalam sel akibat organ pankreas tidak mampu memproduksi insulin, dimana hormon insulin inilah yang berfungsi mengendalikan kadar gula darah sehingga menyebabkan kadar gula darah meningkat. Kadar gula yang menumpuk di dalam darah dan jaringan tidak bisa diserap oleh sel tubuh dengan baik dan dapat keluar melalui urine sehingga urine atau kencing penderita menjadi manis, karena itulah disebut penyakit kencing manis (Tandra, 2017). Faktor yang mempengaruhi diabetes seperti gaya hidup, kurang melakukan aktivitas fisik, stres, dan konsumsi makanan tinggi gula, memainkan peran penting dalam terbentuknya penyakit ini. Selain itu, faktor genetik dan obesitas yang tidak ditangani dengan baik, cukup berpengaruh dalam peningkatan kadar gula darah. Ketika terlalu banyak gula menetap dalam aliran darah untuk jangka waktu yang lama tidak segera ditangani maka dapat terjadi komplikasi serangan jantung dan stroke, infeksi kaki yang berat (menyebabkan gangren, dapat mengakibatkan amputasi), gagal ginjal stadium akhir dan disfungsi seksual hal itu karena diabetes melitus dapat mempengaruhi pembuluh darah, saraf, mata, ginjal dan sistem kardiovaskular (Kemenkes, 2023).

Penanganan ansietas ada beberapa Intervensi yang dapat dilakukan untuk mengatasinya yaitu dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. terapi farmakologi obat seperti anxiolytic dapat mengurangi ansietas tetapi memiliki efek adiktif yang bisa menyebabkan ketergantungan, dari pada terapi terapi non farmakologi seperti terapi tawa, psikoterapi, terapi kongnitif, distraksi dan relaksasi (Rodianah & Aisah, 2023). Salah satu terapi non farmakologi untuk mengurangi ansietas adalah dengan teknik relaksasi sugesti positif lima jari. Sugesti positif merupakan metode

terapi relaksasi tambahan yang memiliki manfaat membuat pikiran terasa lebih lapang dan bisa menerima pemberian saran positif yang berupa kata-kata positif sehingga memberikan efek fisiologis kepada seseorang yang dimana saran tersebut mempengaruhi berfikir seseorang menjadi lebih baik (Kekech & Varga, 2019). Terapi relaksasi lima jari ini memiliki manfaat untuk meningkatkan semangat, menciptakan ketenangan pikiran, mengatasi kecemasan dan mengurangi ketegangan otot (Halim & Panma, 2023). Relaksasi lima jari efektif mengatasi tanda dan gejala ansietas pada pasien diabetes melitus dengan pengeluaran adrenocorticotrophic hormone (ACTH) yang dapat mengaktifkan sekresi kortikosteroid, kortisol dan meningkatkan hormon glukokortikoid dan katekolamin, relaksasi lima jari mampu menurunkan hormon ACTH sehingga dapat menurunkan ansietas pada pasien diabetes melitus. Metode ini sangat sederhana, tidak butuh waktu lama, tidak memerlukan alat atau bahan khusus untuk menerapkannya. Metode ini hanya membutuhkan konsentrasi dan sensitivitas. Pemberian terapi relaksasi lima jari diberikan pada keadaan rileks, berfokus pada pikiran dan ingatan yang tercipta dengan menyentuh lima jari secara berurutan dan membayangkan ingatan tersebut (Rodianah & Aisah, 2023).

Dengan adanya paparan latar belakang tersebut membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pemberian Terapi Relaksasi Sugesti Positif Lima Jari Dalam Menurunkan Derajat Ansietas Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah RW 01 Kelurahan Keputih Surabaya”.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Bagaimana pemberian terapi relaksasi sugesti positif lima jari dalam menurunkan derajat ansietas pada pasien diabetes mellitus di wilayah RW 01 Kelurahan Keputih Surabaya ?

1.3 Tujuan penelitian

3.1.1. Tujuan Umum

Dengan adanya penelitian ini diharapkan peneliti mampu melakukan pemberian terapi relaksasi sugesti positif lima jari dalam menurunkan derajat ansietas pada pasien diabetes melitus (DM) di wilayah RW 01 Kelurahan Keputih Surabaya.

3.1.2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penulisan karya tulis ini agar penulis mampu :

1. Mengidentifikasi derajat ansietas sebelum diberikan terapi relaksasi sugesti positif lima jari pada pasien diabetes melitus di wilayah RW 01 Kelurahan Keputih Surabaya
2. Menjelaskan pelaksanaan terapi relaksasi sugesti positif lima jari dalam menurunkan ansietas pada pasien diabetes melitus di wilayah RW 01 Kelurahan Keputih Surabaya
3. Mengidentifikasi derajat ansietas setelah diberikan terapi relaksasi sugesti positif lima jari pada pasien diabetes melitus di wilayah RW 01 Kelurahan Keputih Surabaya

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dilakukanya penelitian ini untuk menambah pengetahuan pemberian terapi relaksasi sugesti positif lima jari terhadap ansietas pada pasien diabetes melitus

1. Teroritis

Diharapkan hasil penerapan ini dapat memberikan wawasan sekaligus pengetahuan tentang cara menangani pasien dengan benar terutama pada klien diabetes melitus (DM) dengan masalah ansietas di wilayah RW 01 Kelurahan Keputih.

2. Praktis

a. Bagi peneliti

Dapat meningkatkan dan menambah wawasan tentang penanganan pada pasien diabetes melitus (DM) yang sesuai.

b. Bagi institusi pendidikan

Memberikan masukan di institusi dalam melakukan penerapan relaksasi sugesti positif lima jari untuk menurunkan derajat ansietas pada pasien diabetes melitus (DM).

c. Bagi klien dan keluarga

Meningkatkan pengetahuan bagi klien dan keluarga tentang DM terutama cara penanganan mandiri yang bisa dilakukan dirumah.

