

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Diabetes Mellitus (DM) menurut Black & Hawks (2014) adalah penyakit kronis progresif yang ditandai dengan ketidakmampuan tubuh untuk melakukan metabolisme karbohidrat, lemak dan protein, mengarah ke hiperglikemia (kadar glukosa darah tinggi). Kondisi hiperglikemia ini akan menyebabkan masalah yang luas pada pasien. Diabetes Mellitus menyebabkan beberapa komplikasi mikrovaskular dan makrovaskular seperti retinopati, nefropati, neuropati, dan kardiovaskular (Verhulst, Loos, Gerdes, & Teeuw, 2019). Komplikasi makrovaskular umumnya mengenai organ jantung, otak dan pembuluh darah. Komplikasi mikrovaskular umumnya mengenai organ mata dan ginjal. Keluhan neuropati juga dirasakan oleh pasien, baik neuropatisensorik, motorik maupun otonom (PERKENI, 2021).

Jumlah penderita Diabetes Mellitus mengalami peningkatan setiap tahun baik di dunia maupun nasional. Menurut WHO (2021) jumlah penderita Diabetes Mellitus meningkat dari 108 juta pada tahun 1980 menjadi 422 juta pada tahun 2014. Prevalensi meningkat lebih cepat di negara-negara miskin dan berkembang daripada negara-negara maju. Kematian dini akibat Diabetes Mellitus meningkat 5% antara tahun 2000 dan 2016. Diabetes Mellitus menempati urutan kesembilan penyebab kematian dengan perkiraan 1,5 juta kematian pada Tahun 2019. Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi Diabetes Mellitus di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter pada umur  $\geq 15$

tahun sebesar 2%. Angka ini menunjukkan peningkatan dibandingkan prevalensi Diabetes Mellitus di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter pada umur  $\geq 15$  tahun pada hasil Riskesdas 2013 yaitu sebesar 1,5%. Prevalensi Diabetes Mellitus di Provinsi Lampung juga mengalami peningkatan dari 0,8% pada Riskesdas 2013 menjadi 1,5% pada Riskesdas 2018 (Kemenkes, 2021).

Penatalaksanaan yang tepat dan teratur menjadi kunci keberhasilan pasien untuk terhindar dari komplikasi penyakit Diabetes Mellitus. Tujuan penatalaksanaan Diabetes Mellitus menurut Kemenkes (2019) secara umum adalah meningkatkan kualitas hidup penyandang diabetes. Tujuan penatalaksanaan meliputi: tujuan jangka pendek yaitu menghilangkan keluhan DM, memperbaiki kualitas hidup, dan mengurangi risiko komplikasi akut; tujuan jangka panjang yaitu mencegah dan menghambat progresivitas penyulit mikroangiopati dan makroangiopati; tujuan akhir pengelolaan adalah turunnya morbiditas dan mortalitas DM. Penatalaksanaan Diabetes Mellitus menurut Nies & McEwen (2019) meliputi: manajemen nutrisi, latihan-olahraga, pemantauan gula darah mandiri, terapi obat dan pendidikan kesehatan.

Pemantauan gula darah yang baik merupakan syarat keberhasilan pengobatan pasien diabetes mellitus sebagai penyakit kronis. Salah satu bentuk penatalaksanaan dari hal tersebut adalah dengan melakukan terapi komplementer diantaranya adalah terapi relaksasi otot progresif. Terapi relaksasi otot progresif merupakan terapi yang dapat dilakukan untuk

mengontrol gula darah. Teknik relaksasi otot progresif ini bekerja dengan cara memanipulasi hipotalamus sehingga mengaktifkan sistem parasimpatis dan menghentikan kerja sistem simpatis atau menekan sekresi kortisol, mengendalikan emosi negatif dan mengendalikan pola makan (Permata Sari, Pardosi, & Annisa, 2022).

Penderita Diabetes Mellitus yang terdaftar di Klinik Dhuha Medika satu tahun terakhir ini adalah 43 pasien. Pasien yang rutin kontrol sebanyak 36 orang di Klinik Dhuha Medika untuk memeriksakan kesehatannya keterkaitan dengan penyakit Diabetes Milietus. Pengobatan yang dijalani oleh mereka adalah minum obat oral, mengikuti program puskesmas yaitu PTM dan prolanis.

Beberapa studi literatur terkait dengan pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap kontrol gula darah diantaranya yaitu penelitian oleh (Rufaida, Udayani, Sari, & Hidayah, 2018) melalui studi literatur terhadap 15 jurnal ilmiah yang berasal dari database: Scopus, Proquest, Science Direct, PubMed dan Sage dengan kesimpulan hasil bahwa relaksasi otot progresif dapat menurunkan kadar glukosa darah pada pasien dengan diabetes mellitus tipe 2. Penelitian oleh (Agung Akbar, Malini, & Afriyanti, 2018) menggunakan desain kuasi eksperimental pre dan post terhadap 30 orang pasien DM tipe 2 dengan hasil analisa menunjukkan bahwa terdapat penurunan rerata kadar gula darah sebesar 63,80 mg/dl di kelompok kontrol dan 80,46 mg/dl di kelompok intervensi. Penelitian (Bistara & Susanti, 2022) terhadap 36 responden di Tambaksari dengan hasil relaksasi otot progresif dapat menurunkan kadar glukosa darah pada pasien dengan diabetes mellitus tipe 2.

Penelitian (Avianti, Z., & Rumahorbo, 2016) di RS Dr. Salamun dan RS Advent Bandung terhadap 48 sampel dengan hasil teknik relaksasi otot progresif efektif untuk menurunkan kadar gula darah pasien diabetes tipe 2.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis pada bulan Maret 2023 di Klinik Dhuha Medika, banyak pasien DM yang melakukan kunjungan ulang akibat dari gula darah yang tidak terkontrol sehingga menimbulkan beberapa keluhan. Berdasarkan hasil studi pendahuluan ini penulis tertarik untuk melakukan aplikasi asuhan keperawatan terhadap pasien DM dengan melakukan inovasi terapi komplementer teknik relaksasi otot progresif guna mengontrol gula darah di Klinik Dhuha Medika tahun 2023.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas” Bagaimana hasil evaluasi atas aplikasi asuhan keperawatan terhadap pasien DM dengan melakukan inovasi terapi teknik relaksasi otot progresif guna mengontrol gula darah di Klinik Dhuha Medika tahun 2023?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hasil penerapan asuhan keperawatan terhadap pasien DM dengan melakukan inovasi terapi teknik relaksasi otot progresif guna mengontrol gula darah di Klinik Dhuha Medika tahun 2023.

## **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi data hasil pengkajian terhadap pasien DM di UPTDD Klinik Dhuha Medika I tahun 2023
- b. Merumuskan diagnosa keperawatan terhadap pasien DM di UPTDD Klinik Dhuha Medika I tahun 2023
- c. Menyusun rencana asuhan keperawatan terhadap pasien DM di UPTDD Klinik Dhuha Medika I tahun 2023
- d. Melaksanakan asuhan keperawatan terhadap pasien DM dengan melakukan inovasi terapi teknik relaksasi otot progresif guna mengontrol gula darah di UPTDD Klinik Dhuha Medika I tahun 2023
- e. Melaksanakan evaluasi keperawatan terhadap pasien DM dengan melakukan inovasi terapi teknik relaksasi otot progresif guna mengontrol gula darah di UPTDD Klinik Dhuha Medika I tahun 2023
- f. Menganalisis hasil pemberian intervensi teknik relaksasi otot progresif (sebelum dan sesudah dilakukan intervensi teknik relaksasi otot progresif di UPTDD Klinik Dhuha Medika I tahun 2023).

## **D. Manfaat penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Membantu dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan medical bedah pada pasien diabetes mellitus dalam upaya mengontrol gula darah guna menghindari komplikasi lebih lanjut dari kejadian hiperglikemi akibat gula darah yang tidak terkontrol.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi UPTD Puskesmas Gaya Baru V

Menambah alternatif pemberian terapi komplementer bagi petugas kesehatan yang ada tentang upaya untuk mengontrol gula darah dengan terapi komplementer yang mudah dan murah untuk dilakukan oleh pasien DM.

### b. Bagi peneliti

Menambah pengetahuan dan ketrampilan peneliti untuk melakukan terapi teknik relaksasi otot progresif sebagai salah satu upaya mengontrol gula darah pada pasien DM.

### c. Bagi pasien

Memberikan pengetahuan dan ketrampilan kepada pasien dan keluarga tentang pelaksanaan terapi teknik relaksasi otot progresif sebagai salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam upaya mengontrol gula darah.

### d. Bagi petugas kesehatan

Sebagai masukan dan pertimbangan dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien DM dalam upaya mengontrol gula darah dengan melakukan terapi Teknik relaksasi otot progresif.