

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) merupakan salah satu jenis penyakit degeneratif yang mengalami peningkatan setiap tahun di negara-negara seluruh dunia (Kemenkes RI, 2020). Meningkatnya jumlah penderita DM dapat disebabkan oleh banyak faktor, diantaranya adalah faktor keturunan/genetik, obesitas, perubahan gaya hidup pola makan yang salah, obat-obatan yang mempengaruhi kadar glukosa darah, kurangnya aktifitas fisik, proses menua, kehamilan, perokok dan stress. Menurut Perhimpunan Endokrinologi Indonesia (PERKENI), (2021), penatalaksanaan DM terdiri dari 5 pilar penting dalam mengontrol perjalanan penyakit dan komplikasi yaitu edukasi, gizi, pengobatan, aktifitas fisik, dan pengendalian glukosa darah. Pengendalian glukosa darah salah satunya dengan cara mengendalikan emosi seperti ansietas (Romli dan Baderi, 2020). Terapi non farmakologi yang bisa diberikan pada pasien DM yang mengalami ansietas adalah terapi relaksasi otot progresif (Setyoadi&Kushariyadi, 2016)

Ansietas pada penyandang DM melibatkan perasaan, perilaku dan respon fisiologis. Respon fisiologis terhadap cemas dapat mempengaruhi hipotalamus dan hipofisis, sehingga dapat mempengaruhi fungsi endokrin

seperti meningkatnya kadar gula kortisol yang ternyata memberikan dampak buruk terhadap fungsi insulin, serta dapat merangsang glukoneogenesis dan menghambat penyerapan glukosa sehingga dapat menyebabkan peningkatan kadar glukosa dalam darah. Bila ansietas pada penderita DM Tipe II tidak segera di tangani dan terus meningkat maka dapat meningkatkan kadar glukosa dalam darah.

Ansietas bisa diatasi dengan terapi relaksasi. Latihan relaksasi otot progresif efektif menurunkan kecemasan dan meningkatkan kualitas tidur. Relaksasi otot progresif adalah terapi relaksasi dengan gerakan mengencangkan dan melemaskan otot-otot pada satu bagian tubuh pada satu waktu untuk memberikan perasaan relaksasi secara fisik. Gerakan mengencangkan dan melemaskan secara progresif kelompok otot ini dilakukan secara berturut-turut. Pada latihan relaksasi ini perhatian individu diarahkan untuk membedakan perasaan yang dialami saat kelompok otot dilemaskan dan dibandingkan ketika otot-otot dalam kondisi tegang. Dengan mengetahui lokasi dan merasakan otot yang tegang, maka kita dapat merasakan hilangnya ketegangan sebagai salah satu respon kecemasan dengan lebih jelas (Ibrahim,et al, 2020).

Organisasi Internasional Diabetes Federation (IDF) memperkirakan sedikitnya terdapat 483 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia menderita diabetes pada tahun 2019 atau setara dengan angka prevalensi sebesar 9,3% dari total penduduk pada usia yang sama. Wilayah Asia Tenggara dimana Indonesia berada, menempati peringkat ketiga dengan prevalensi sebesar 11,3%. Indonesia berada di peringkat ke tujuh di antara 10 negara dengan

jumlah penderita terbanyak, yaitu sebesar 10,7 juta. (Kemenkes RI, 2020).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan bahwa prevalensi DM berdasarkan pemeriksaan darah pada umur ≥ 15 tahun pada tahun 2013 terdapat 6,9% kemudian meningkat pada tahun 2018 menjadi 8,5%. Dengan prevalensi tertinggi yaitu 3,4% di DKI, dan terendah di NTT 0,9%, sedangkan di DIY menempati urutan ketiga dengan prevalensi 3,1% (Kemenkes RI, 2018).

Menurut World Health Organization (2017) gangguan kecemasan merupakan masalah yang serius, dengan prevalensi 14,9% atau sekitar 264 juta orang mengalami kecemasan di dunia. Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan hasil sebesar 9,8 % usia 15 tahun keatas di Indonesia mengalami ansietas, dengan kata lain 25,97 juta penduduk di Indonesia mengalami gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala ansietas. Sedangkan di DIY didapatkan prevalensi lebih tinggi dari pada prevalensi nasional yaitu sebesar 10 %.

RSUD Nyi Ageng Serang merupakan salah satu rumah sakit yang berada di Kabupaten Kulon Progo Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta yang merupakan Rumah Sakit Tipe C. Bangsal Nakula merupakan bangsal penyakit dalam yang berada di Instalasi Rawat Inap. Berdasarkan data Rekam Medis RSUD Nyi Ageng Serang kasus diabetes mellitus menempati urutan ke 3 pada 10 besar penyakit rawat inap di rawat inap pada tahun 2021. Berdasarkan data yang didapatkan dari buku register masuk pasien di Bangsal Nakula terdapat 68 kasus diabetes mellitus dari bulan Januari hingga November 2022, dan terdapat 11 kasus diabetes

mellitus yang mengalami ansietas saat menjalani perawatan.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk menulis laporan tugas akhir ners (TAN) tentang “Penerapan relaksasi otot progresif dalam mengatasi masalah ansietas pada pasien Diabetes Mellitus Tipe II di RSUD Nyi Ageng Serang ”.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mampu melakukan asuhan keperawatan pada pasien dengan menerapkan relaksasi otot progresif untuk mengatasi masalah ansietas pada pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Ruang Nakula RSUD Nyi Ageng Serang.

2. Tujuan Khusus

Mampu :

- a. Melakukan asuhan keperawatan pada pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Ruang Nakula RSUD Nyi Ageng Serang meliputi pengkajian, diagnosa, perencanaan, implementasi, dan evaluasi sekaligus pendokumentasian keperawatan.
- b. Menganalisa penerapan relaksasi otot progresif dalam mengatasi masalah ansietas pada pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Ruang Nakula RSUD Nyi Ageng Serang
- c. Mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan relaksasi otot progresif.

C. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Laporan TAN ini dapat dijadikan sebagai salah satu referensi dan bahan

evaluasi dari penerapan asuhan keperawatan pada pasien DM dan diharapkan mampu memberikan tambahan informasi serta dapat membantu dalam pengembangan terapi non farmakologis untuk mengatasi ansietas pada pasien DM.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pasien dan Keluarga Kelolaan

Dapat dijadikan sebagai referensi dalam mengatasi ansietas pada pasien DM tipe II.

b. Bagi Perawat di Ruang Nakula RSUD Nyi Ageng Serang

Dapat dijadikan sebagai masukan intervensi keperawatan yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah ansietas pada pasien DM tipe II.

c. Bagi Prodi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Sebagai literatur studi pendidikan khususnya bidang keperawatan medikal bedah dan sebagai bahan bacaan di perpustakaan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta mengenai Penerapan Relaksasi Otot Progresif dalam Mengatasi Masalah Ansietas pada pasien Diabetes Mellitus tipe II.

D. Ruang lingkup

Tugas Akhir Ners (TAN) ini berada pada ruang lingkup Keperawatan Medikal Bedah mengenai asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus meliputi pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi, dan evaluasi keperawatan terutama pada penerapan relaksasi otot progresif dalam mengatasi masalah ansietas pada pasien DM Tipe II berdasarkan *Evidence Based Nursing (EBN)*.