

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes adalah masalah kesehatan utama yang telah mencapai tingkat yang mengkhawatirkan. Lebih dari setengah miliar orang mengalami hidup dengan diabetes di seluruh dunia (*International Diabetes Federation, 2021*). Diabetes melitus (DM) merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin dan keduanya. Hiperglikemi adalah suatu kondisi medis berupa peningkatan kadar glukosa darah melebihi normal (Perkumpulan Endokrinologi Indonesia, 2021). DM merupakan masalah yang serius dimana kondisi serius dapat terjadi apabila tubuh tidak dapat memproduksi cukup insulin atau tidak dapat menggunakan insulin yang telah dihasilkan secara efektif (*International Diabetes Federation, 2022*).

Diabetes merupakan masalah epidemi global, bila tidak segera ditangani secara serius akan mengakibatkan peningkatan dampak kerugian ekonomi yang signifikan khususnya bagi negara berkembang di kawasan Asia Afrika dan merupakan salah satu penyebab utama kematian dari penyakit tidak menular (Trisnadewi et al., 2022). Di dunia, lebih dari setengah miliar orang hidup dengan DM, yang mempengaruhi pria, wanita dan anak-anak dari segala usia di setiap negara dan jumlah tersebut diproyeksikan meningkat lebih dari 2 kali lipat menjadi 1,3 miliar orang dalam 30 tahun ke depan, dimana setiap negara mengalami peningkatan. Perhitungan terbaru dan komprehensif menunjukkan tingkat prevalensi global saat ini adalah 6,1%, menjadikan DM sebagai salah satu dari 10 penyebab utama kematian dan kecacatan. Di tingkat super-region, angka tertinggi adalah 9,3% di Afrika Utara dan Timur Tengah dan angka tersebut diproyeksikan melonjak menjadi 16,8% pada tahun 2050. Angka di Amerika Latin dan Karibia diproyeksikan meningkat menjadi 11,3% (Ong et al., 2023).

Menurut *International Diabetes Federation* (2022), negara dengan jumlah penderita diabetes tertinggi urutan tiga teratas, yaitu Cina (140,87 juta jiwa), India (74,19 juta jiwa) dan Amerika Serikat (32,22 juta jiwa). Indonesia berada di posisi kelima dengan jumlah pengidap diabetes sebanyak 19,47 juta. Dengan jumlah penduduk sebesar 179,72 juta, ini berarti prevalensi diabetes di Indonesia sebesar 10,6%. Indonesia menjadi satu-satunya negara di Asia Tenggara yang masuk pada daftar tersebut, sehingga dapat diperkirakan besarnya kontribusi Indonesia terhadap prevalensi DM di Asia Tenggara.

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat tahun 2023, didapatkan bahwa jumlah penderita DM di Provinsi Kalimantan Barat sebanyak 63.885 jiwa dan jumlah penderita DM yang mendapatkan pelayanan sesuai standar sebanyak 49.330 jiwa (77,2%). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat 14.555 jiwa (22,8%) penderita DM yang tidak mendapatkan pelayanan sesuai standar. Ditemukan persentase penderita DM per Kabupaten/Kota tertinggi berada pada Kota Pontianak dengan jumlah 14.218 jiwa (22,2%), diikuti Kabupaten Sambas dengan jumlah 8.104 jiwa (12,6%) dan Kota Singkawang dengan jumlah 6.297 (9,8%). Sedangkan untuk Kabupaten Landak menduduki peringkat ke 9 dengan jumlah 3.318 jiwa (5,2%) (Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat, 2023).

Berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Landak, terdapat 3.318 jiwa penderita DM di Kabupaten Landak pada tahun 2023. Ditemukan persentase penderita DM per wilayah kerja Puskesmas tertinggi berada pada Puskesmas Ngabang dengan 387 jiwa (11,6%), diikuti Puskesmas Karanganyan dengan jumlah 330 jiwa (9,9%) dan Puskesmas Darit dengan 292 jiwa (8,8%). Sedangkan Puskesmas Pahauman menduduki peringkat 6 dengan 224 jiwa (6,7%) (Dinas Kesehatan dan Keluarga Berencana Kabupaten Landak, 2023). Data yang didapatkan dari Puskesmas Pahauman Kabupaten Landak pada tahun 2021 jumlah penderita DM sebanyak 184 jiwa, pada tahun 2022 meningkat menjadi 192 jiwa dan pada tahun 2023 meningkat menjadi 224 jiwa. Jumlah penderita DM tahun 2023 berdasarkan jenis kelamin adalah

laki-laki berjumlah 88 jiwa (39,3%) dan perempuan berjumlah 136 jiwa (60,7%). Berdasarkan data tersebut terjadi peningkatan jumlah penderita DM selama kurun waktu 3 tahun terakhir (Puskesmas Pahauman, 2023).

Fenomena peningkatan prevalensi penderita DM dari tahun ke tahun, tentunya akan menimbulkan faktor risiko. Perlu dilakukannya pencegahan dan juga pengendalian DM, agar orang yang telah memiliki faktor risiko dapat mengendalikannya sehingga tidak terkena diabetes dan orang yang telah menderita DM dapat mengendalikan penyakitnya supaya tidak terjadi komplikasi (Perkumpulan Endokrinologi Indonesia, 2021).

Diabetes melitus terjadi ketika pankreas tidak lagi mampu membuat insulin atau ketika tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang dihasilkannya dengan baik. Insulin adalah hormon yang dibuat oleh pankreas, yang berfungsi sebagai kunci untuk membiarkan glukosa dari makanan yang kita makan mengalir dari aliran darah ke sel-sel tubuh untuk menghasilkan energi, semua makanan karbohidrat dipecah menjadi glukosa dalam darah, insulin membantu glukosa masuk ke dalam sel. Tidak dapat memproduksi insulin atau menggunakannya secara efektif menyebabkan peningkatan kadar glukosa dalam darah (hiperglikemia). Dalam jangka panjang kadar glukosa yang tinggi berhubungan dengan kerusakan tubuh dan kegagalan berbagai organ/jaringan (*International Diabetes Federation*, 2023).

Diabetes merupakan penyakit yang muncul disertai dengan gejala. Meski terkadang baru diketahui setelah melakukan pemeriksaan kadar gula darah. Seseorang bisa dikatakan memiliki penyakit diabetes, jika kadar gula darah mencapai lebih dari 200 mg/dL, disertai dengan munculnya beberapa gejala seperti sering haus, sering buang air kecil, sering merasa lapar, luka sulit atau lama sembuh, dan lainnya (Wijayaningrum, 2024). Glukosa yang menumpuk di dalam darah akibat tidak diserap sel tubuh dengan baik dapat menimbulkan berbagai gangguan organ tubuh. Jika diabetes tidak dikontrol dengan baik, dapat timbul berbagai komplikasi yang membahayakan nyawa penderita. DM merupakan penyakit kronis yang membutuhkan intervensi terapi seumur hidup (Dinas Kesehatan Dan Keluarga Berencana Kabupaten Landak, 2023).

Pada penderita DM biasanya mengalami banyak perubahan seperti diet yang mengharuskan mereka tidak boleh mengonsumsi beberapa makanan yang mereka sukai, keseringan merasa haus yang membuat penderita terus menerus minum air dan sering mengalami buang air kecil yang tak kenal waktu, kondisi fisik yang semakin menurun seperti sering merasa lelah, harus melakukan konsultasi rutin ke dokter dan berbagai perubahan lainnya yang terjadi sepanjang hidupnya. Perubahan dalam hidupnya yang mendadak membuat penderita DM memunculkan beberapa reaksi psikologis yang negatif, diantaranya adalah marah, merasa tidak berguna, putus asa, kecemasan yang meningkat dan depresi. Selain perubahan tersebut, risiko penderita DM mengalami komplikasi akan menambah kecemasan pada penderita DM (Kaju & Mariyanti, 2020).

Kecemasan adalah kondisi emosi dan pengalaman subyektif individu terhadap objek yang tidak jelas dan spesifik akibat antisipasi bahaya yang memungkinkan individu melakukan tindakan untuk menghadapi ancaman (Tim Pokja PPNI, 2017). Kecemasan merupakan perasaan khawatir yang tidak jelas dan biasanya berkaitan dengan kekhawatiran tentang bahaya tidak terduga yang terjadi di masa depan. Individu yang mengalami gangguan kecemasan biasanya merasa dirinya tidak bebas, gugup, takut, gelisah, tegang dan resah (Direja, 2017). Menurut Stuart & Sundeen (2017), ada empat tingkat kecemasan yang dialami oleh individu, yaitu ringan, sedang, berat dan panik.

Timbulnya kecemasan diawali dari adanya reaksi stres yang terjadi secara terus menerus. Reaksi pertama respon stres, yaitu sekresi sistem saraf simpatis untuk mengeluarkan norepinefrin yang menyebabkan peningkatan frekuensi jantung. Kondisi ini menyebabkan glukosa darah meningkat sebagai sumber energi untuk perfusi. Peningkatan hormon stres yang diproduksi dapat menyebabkan kadar gula darah meningkat. Hal ini berkaitan dengan adanya sistem neuroendokrin melalui jalur *Hipotalamus Pituitary Adrenal* (Derek et al., 2017).

Penderita DM yang mengalami kecemasan pada dasarnya akan mengalami gangguan fisiologis seperti perasaan was-was, jantung berdebar lebih kencang, keluar keringat dingin, kadang diikuti oleh sesak nafas, merasa lemah dan tidak bergairah, serta mengalami gangguan makan dan gangguan tidur ketika memikirkan tentang sesuatu hal yang menurutnya sangat mengancam kehidupannya (Kaju & Mariyanti, 2020).

Kecemasan pada penderita DM apabila tidak ditangani secara baik dapat menimbulkan masalah tersendiri yang akan semakin menyulitkan pengelolaan penyakit DM tersebut. Jika seseorang terdiagnosa DM, maka dapat menimbulkan beban psikologis jangka panjang atas dirinya dan keluarganya. Fungsi psikologis yang buruk dapat menyebabkan penderitaan, dapat secara serius mempengaruhi manajemen diabetes harian sehingga menyulitkan proses penatalaksanaan penderita DM (Maulasari, 2020).

Kecemasan yang dihasilkan oleh penderita DM dikaitkan dengan terjadinya kecacatan fungsional, rasa sakit dan ketidakpastian hidup sehingga kecemasan akan semakin meningkat dengan adanya komplikasi yang melemahkan seperti kehilangan penglihatan, neuropati perifer dan nefropati (Kodakandla et al., 2016). Oleh karena itu, diagnosis dan pengelolaan kecemasan pada pasien DM sangat penting dilakukan untuk memastikan kualitas hidup dan harapan hidup yang lebih tinggi (Khan et al., 2019).

Kecemasan dapat diatasi dengan terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi farmakologis seperti pemberian obat anti kecemasan dapat mengurangi kecemasan namun memiliki efek ketergantungan. Sedangkan terapi non-farmakologi kecemasan meliputi teknik distraksi, dukungan spiritual, berpikir positif dan teknik relaksasi napas dalam serta hipnosis lima jari. Terapi hipnosis lima jari adalah teknik yang mengalihkan pemikiran individu dengan cara ibu jari menyentuh setiap jari tangan yang lain sambil membayangkan atau memikirkan hal yang disukai dan menyenangkan juga indah, selain itu hipnosis lima jari adalah terapi yang mampu memberikan efek relaksasi dan perasaan tenang (Bachrani & Susilowati, 2024).

Terapi hipnotis lima jari merupakan suatu terapi dengan menggunakan lima jari tangan, klien dibantu untuk mengubah persepsi ansietas, stres, tegang dan takut dengan menerima saran-saran diambang bawah sadar atau dalam keadaan rileks dengan menggerakkan jari-jarinya sesuai perintah (Mawarti & Yuliana, 2021). Metode ini sangat mudah dilakukan, tidak membutuhkan waktu yang lama dan murah karena tidak membutuhkan alat maupun bahan khusus untuk pelaksanaan terapi. Metode ini hanya membutuhkan konsentrasi dan kesadaran dari individu untuk melakukannya (Keliat, 2014)

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti terhadap 10 penderita DM di wilayah kerja Puskesmas Pahauman Kabupaten Landak pada tanggal 10 Oktober 2024, didapatkan bahwa 80% penderita DM mengatakan kepikiran akan penyakit yang dideritanya, mereka mengeluhkan merasa lelah harus pantang dalam makan dan minum, lelah harus rutin kontrol dan minum obat, serta merasa takut akan komplikasi dari penyakit DM. Kemudian 20% penderita DM mengatakan sudah pasrah dengan penyakitnya, mereka jarang kontrol dan minum obat dan tidak menjalankan diit diabetes, alasan penderita DM tersebut tidak minum obat dan tidak menjalankan diit diabetes adalah karena merasa lelah sudah lama menjalani hal tersebut. Kemudian 100% penderita DM mengatakan tidak mengetahui tentang terapi hipnosis lima jari dan belum pernah melakukan terapi tersebut.

Berdasarkan wawancara dengan Penanggung Jawab Program Penyakit Tidak Menular (PTM) Puskesmas Pahauman Kabupaten Landak, mengatakan bahwa tidak pernah melakukan pendataan terkait kecemasan pada penderita DM dan tidak pernah melakukan edukasi tentang terapi hipnosis lima jari, selama ini hanya memberikan kegiatan berupa pemantauan kadar gula darah, pengobatan serta senam saja pada kegiatan Prolanis (Program Pengelolaan Penyakit Kronis) dengan sasaran penderita DM dan hipertensi.

Beberapa penelitian telah dilakukan berkaitan dengan penerapan terapi hipnosis lima jari yang pernah dilakukan, yaitu hasil penelitian Bachrani & Susilowati (2024) menyatakan bahwa terdapat penurunan tingkat kecemasan

sebelum dan sesudah dilakukan terapi hipnotis lima jari pada responden. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan setelah diberikan terapi hipnosis lima jari, kecemasan reponden mengalami perubahan dari kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan. Berdasarkan hasil penelitian Hamu et al (2022) menyatakan bahwa ada perbedaan secara bermakna rata-rata tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi hipnotis lima jari, sehingga disimpulkan bahwa teknik hipnotis lima jari dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien DM. Sejalan dengan hasil penelitian (Rodianah & Aisah, 2023) yang menyatakan adanya penurunan rata-rata kecemasan pada subjek studi setelah diberikan intervensi terapi relaksasi hipnosis lima jari, sehingga disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap penurunan cemas pasien DM.

Berdasarkan data di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan analisis asuhan keperawatan pada Ny. D dengan penerapan terapi hipnosis lima jari untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe II di Puskesmas Pahauman Kabupaten Landak.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut “Bagaimanakah pelaksanaan asuhan keperawatan pada Ny. D dengan penerapan terapi hipnosis lima jari untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe II di Puskesmas Pahauman Kabupaten Landak?”

C. Batasan Masalah

Pembatasan suatu masalah digunakan untuk menghindari adanya penyimpangan maupun pelebaran pokok masalah agar pelaksanaan asuhan keperawatan lebih terarah dan memudahkan dalam pembahasan sehingga tujuan penelitian akan tercapai. Batasan masalah dalam asuhan keperawatan ini adalah penerapan hipnosis lima jari dan kecemasan.

D. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Melaksanakan asuhan keperawatan dengan penerapan terapi hipnosis lima jari untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe II di Puskesmas Pahauman Kabupaten Landak.

2. Tujuan Khusus

- a. Menjelaskan konsep diabetes melitus, ansietas, hipnosis lima jari dan konsep asuhan keperawatan pada pasien diabetes melitus.
- b. Mengaplikasikan asuhan keperawatan pada pasien diabetes melitus yang meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan.
- c. Menganalisis penerapan hipnosis lima jari terhadap masalah ansietas pada Ny. D dengan diabetes melitus tipe II di Puskesmas Pahauman Kabupaten Landak
- d. Menganalisis kesenjangan antara tinjauan teoritis dan tinjauan kasus terkait asuhan keperawatan pada Ny. D dengan diabetes melitus tipe II dengan penerapan terapi hipnosis lima jari untuk menurunkan tingkat kecemasan di Puskesmas Pahauman Kabupaten Landak.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil studi kasus ini diharapkan mampu memberi kontribusi pada pengembangan ilmu keperawatan serta memberkan informasi dalam bidang keperawatan tentang penerapan hipnosis lima jari terhadap masalah ansietas pada pasien diabetes melitus.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi untuk menambah pustaka mahasiswa mengenai penerapan hipnosis lima jari terhadap masalah ansietas pada pasien diabetes melitus.

b. Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam perencanaan kegiatan untuk mengatasi masalah ansietas pada pasien diabetes melitus melalui penerapan terapi hipnosis lima jari.

c. Bagi Pasien Diabetes Melitus

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menambah informasi kepada pasien diabetes melitus tentang penatalaksanaan non farmakologis untuk mengatasi ansietas akibat penyakit diabetes melitus, salah satunya dengan penerapan terapi hipnosis lima jari.

d. Bagi Peneliti

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman peneliti dalam mengaplikasikan ilmu yang telah didapatkan di bangku kuliah dengan melakukan penerapan terapi hipnosis lima jari secara langsung untuk mengatasi masalah ansietas pada pasien diabetes melitus.