

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes Mellitus adalah salah satu jenis penyakit tidak menular (PTM) yang terus menjadi tantangan dalam bidang kesehatan di tingkat global, regional, nasional, maupun lokal. (Nugroho et al., 2024). Menurut laporan dari *International Diabetes Federation* (IDF) pada tahun 2021, terdapat 537 individu dewasa berusia antara 20 hingga 79 tahun mengalami diabetes. Angka ini diprtkirakan akan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan mencapai 784 juta pada tahun 2045. Selain itu, data tersebut juga mencatat bahwa pada tahun 2021, diabetes menyebabkan sekitar 6,7 juta kematian, yang berarti satu orang meninggal setiap lima detik. (Nugroho et al., 2024)

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mencatat bahwa pada tahun 2021, terdapat 19,47 juta orang yang menderita diabetes mellitus (Kemenkes RI, 2022). Sementara itu, WHO memperkirakan bahwa jumlah penderita diabetes di Indonesia yang mencapai 8,4 juta pada tahun 2000 akan meningkat menjadi sekitar 21,3 juta jiwa pada tahun 2030. Selain itu, *International Diabetes Federation* (IDF) melaporkan bahwa Indonesia menempati posisi ketujuh diantara sepuluh negara lainnya dengan jumlah penderita diabetes tertinggi. Sebagian besar, yaitu 85%, merupakan kasus diabetes tipe 2, yang umumnya terjadi pada orang dewasa akibat resistensi insulin atau ketidakmampuan tubuh untuk memproduksi insulin dengan cukup (Nugroho et al., 2024).

Menurut laporan tahunan dari Dinas Kesehatan Kota Kupang, jumlah kasus diabetes mellitus dalam tiga tahun terakhir menunjukkan angka yang meningkat, yaitu 4.535 kasus pada tahun 2019, 4.637 kasus pada tahun 2020, dan 5.008 kasus pada tahun 2021. (Yuliana Febriani Parera et al., 2023). Kota Kupang mencatatkan jumlah kasus diabetes melitus tertinggi di Indonesia, dengan total penderita mencapai 29.242 orang. Dari jumlah tersebut, hanya 5.517 orang atau sekitar 18,9% yang menerima pelayanan sesuai dengan standar yang ditetapkan.(Naba et al., 2021). Puskesmas Oesapa merupakan salah satu pusat kesehatan yang mencatatkan jumlah kasus diabetes melitus tertinggi di Kota

Kupang. Pada tahun 2019, terdapat 881 kasus DM, yang meningkat menjadi 916 kasus pada tahun 2020. Namun, pada tahun 2021, jumlah kasus sedikit menurun menjadi 898, dan pada tahun 2022 tercatat 459 kasus. Di awal tahun 2023, dari bulan Januari hingga Mei, terdapat 135 kasus. Mayoritas pasien di Puskesmas Oesapa menderita diabetes melitus tipe 2, dengan 110 kasus tipe 2 yang terdiagnosis pada periode Januari-Mei 2023, dan sebagian besar pasien berusia di atas 35 tahun. Penderita diabetes di puskesmas ini umumnya berusia antara 40 hingga 70 tahun.(Yuliana Febriani Parera et al., 2023)

Diabetes adalah penyakit kronis yang memerlukan waktu pemulihan yang cukup lama, dan dapat menyebabkan dampak psikologis negatif seperti stres dan gangguan emosi bagi penderitanya. Pasien diabetes sering kali mengalami stres akibat berbagai tekanan, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan sekitar. Beberapa faktor yang menyebabkan stres ini meliputi kekhawatiran akan komplikasi jangka panjang, dampak dari penyakit diabetes itu sendiri, biaya pengobatan yang tinggi, serta ketidakpastian mengenai efektivitas obat yang diresepkan. Rasa takut terhadap suntikan dan proses pengobatan yang berkepanjangan juga turut berkontribusi. Gejala umum stres pada penderita diabetes meliputi sakit kepala, nyeri otot, gangguan tidur, kelelahan, kurangnya motivasi, serta perasaan depresi dan kecemasan. Di Indonesia, sekitar 73,3% wanita dan 61,4% pria yang menderita diabetes mengalami stres. Separuh dari penderita diabetes mengalami stres, dengan 11,9% mengalami stres tinggi, 26,9% mengalami stres sedang, dan 61,2% mengalami stres rendah. Penelitian yang dilakukan ini menunjukkan bahwa 67,8% pasien DM tipe 2 mengalami stres tingkat sedang hingga berat, yang berhubungan dengan beban pengobatan jangka panjang dan juga pada perubahan gaya hidup yang harus dijalani (Nuraini Eka Safitri et al., 2024)

Sebuah penelitian menunjukkan bahwa individu yang telah didiagnosis dengan diabetes perlu melakukan perubahan gaya hidup, termasuk penyesuaian pola makan, pengendalian kadar gula darah, serta pengobatan yang tepat. Tindakan-tindakan ini bertujuan untuk mencegah lonjakan kadar gula darah, namun tuntutan untuk mengubah gaya hidup dapat membuat mereka lebih rentan terhadap stres. Dalam situasi stres, tubuh merespons dengan memproduksi

hormon epinefrin atau adrenalin, yang merupakan reaksi fisiologis ketika seseorang menghadapi bahaya atau ancaman. Jika stres berlangsung dalam jangka waktu yang lama, hal ini dapat mengganggu fungsi pankreas dalam mengatur produksi insulin dan hormon yang berperan dalam pengendalian kadar gula darah (Nuraini Eka Safitri et al., 2024).

Berbagai intervensi telah dikembangkan untuk mengatasi masalah stres pada pasien diabetes Mellitus Tipe 2. Berdasarkan hasil penelitian terhadap 33 pasien di Rumah Sakit Bhayangkara menunjukkan bahwa tingkat stress pada saat sebelum diberikan terapi relaksasi otot progresif yakni 17 (51.1%) pasien memiliki tingkat stress dengan kategori parah sedangkan setelah dilakukan relaksasi otot progresif menjadi 15 (45.5%) pasien memiliki tingkat stress sedang yang berarti terdapat penurunan tingkat stress pada pasien setelah diberikan terapi relaksasi otot progresif (Hilda et al., 2023).

Berbagai intervensi dalam penelitian menunjukkan bahwa terapi *Guided Imagery* dapat berpengaruh positif terhadap tingkat stress pada pasien diabetes melitus. Metode ini dilakukan dengan sesi relaksasi selama 15 menit, menggunakan musik relaksasi dari YouTube yang menampilkan suara pantai, di mana pasien diminta untuk mengosongkan pikiran dan membatangkan suasana yang damai. Responden dianjurkan untuk memilih posisi yang nyaman, rileks, dan menutup mata. Citra terbimbing melibatkan penggunaan kekuatan pikiran untuk mendukung kesehatan dan relaksasi, dengan melibatkan semua indera, termasuk sentuhan, penciuman, penglihatan, dan pendengaran. Teknik ini membantu pasien mengelola stres dengan membayangkan hal-hal positif setelah melalui proses relaksasi, di mana mereka fokus pada pernapasan. Terapi ini tidak hanya mengurangi stres dan kecemasan, tetapi juga dapat mengurangi rasa sakit, depresi, dan meningkatkan kualitas tidur. Dengan mengubah pikiran negatif menjadi positif, pasien merasa lebih tenang dan rileks, yang berdampak langsung pada tubuh mereka, seperti peningkatan produksi endorfin saat pikiran mereka tenang (Nuraini Eka Safitri et al., 2024).

Berdasarkan uraian diatas, penelitian tentang pengaruh terapi *Guided Imagery* terhadap tingkat stres pada pasien DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Oesapa menjadi penting untuk dilakukan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat

memberikan bukti ilmiah tentang efektivitas terapi *Guided Imagery* sebagai intervensi non-farmakologis dalam menurunkan tingkat stres pasien DM tipe 2, serta menjadi dasar pengembangan program manajemen stres yang terintegrasi dalam pelayanan kesehatan primer di Puskesmas Oesapa.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah penelitian ini Apakah Terapi *Guided Imagery* menurunkan tingkat stress pada pasien Diabetes Melitus Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari laporan kasus ini adalah untuk mengetahui asuhan keperawatan pada Tn.D.K dan Ny.A.N dengan tingkat stress pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas oesapa

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari laporan kasus asuhan keperawatan pada Tn.D.K dan Ny.A.N dengan tingkat stress pada pasien Diabetes Melitus Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang.

1. Melakukan pengkajian keperawatan pada pada Tn.D.K dan Ny.A.N dengan tingkat stress pada pasien Diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas oesapa kota kupang.
2. Melaksanakan identifikasi diagnosis keperawatan pada Tn.D.K dan Ny.A.N dengan tingkat stress pada pasien Diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas oesapa kota kupang.
3. Melaksanakan identifikasi intervensi keperawatan pada Tn.D.K dan Ny.A.N dengan tingkat stress pada pasien Diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas oesapa kota kupang.
4. Melaksanakan identifikasi implementasi keperawatan pada Tn.D.K dan Ny.A.N dengan tingkat stress pada pasien Diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas oesapa kota kupang.
5. Melaksanakan evaluasi keperawatan pada Tn.D.K dan Ny.A.N dengan tingkat stress pada pasien Diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas oesapa kota kupang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Adapun manfaat dari penulisan karya tulis ilmiah ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan bagi pembaca tentang Terapi *Guided Imagery* terhadap tingkat stress pada pasien Diabetes Melitus Tipe II

1.4.2 Manfaat praktis

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menjadi sarana untuk memperluas pengetahuan dan mendapatkan pengalaman, khususnya dalam bidang keperawatan terkait Terapi *Guided Imagery* dan pengaruhnya terhadap tingkat stress pada pasien Diabetes Mellitus Tipe II

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam proses pembelajaran mengenai Terapi *Guided Imagery* dan pengaruhnya terhadap tingkat stress pada pasien Diabetes Melitus Tipe II.

3. Bagi Klien

Diharapkan klien dapat memahami lebih dalam mengenai Terapi *Guided Imagery* dan bagaimana terapi ini dapat mempengaruhi tingkat stres pada pasien Diabetes Melitus Tipe