

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit yang ditandai dengan kadar glukosa darah yang melebihi normal akibat tubuh kekurangan insulin, baik absolut maupun relatif. Diabetes melitus mempunyai komplikasi yang terjadi pada penderitanya (Nugrahaeni & Hidayah, 2023) DM penyakit yang terjadi ketika pankreas tidak menghasilkan cukup insulin. Insulin adalah hormon yang mengatur kadar gula darah. Hiperglikemia sering kali merupakan diabetes yang tidak terkontrol, yang dapat menyebabkan kerusakan serius pada sistem tubuh, terutama saraf dan pembuluh darah. Kecemasan berlebihan pada seseorang akan membuat seseorang kesulitan dalam memulai tidur, sehingga dapat menyebabkan kebiasaan tidur buruk. (Bahar et al., 2023)

Diabetes melitus menurut WHO merupakan penyakit kronis serius yang terjadi karena pankreas tidak menghasilkan cukup insulin, atau ketika tubuh tidak dapat secara efektif menggunakan insulin yang dihasilkannya. Penyakit DM ini memang bisah memicu atau menyebabkan berbagai komplikasi penyakit serius terjadi ditubuh penderitanya baik yang bisa disembuhkan maupun penyakit yang tidak bisah disembuhkan (Lara, 2022).

Prevelensi diabetes melitus di dunia terus meningkat, data yang diperoleh dari IDF jumlah kasus diabetes melitus mencapai 19,3%(2019) dan diprediksi akan adanya peningkatan pada tahun 2030 mencapai 8,3%(Viera Valencia & Garcia Giraldo, 2019). Di Indonesia, kementerian kesehatan melaporkan bahwa penyakit gangguan metabolic masih merupakan penyebab kematian pada ibu selain perdarahan, hipertensi, infeksi, abortus, gangguan system peredaran darah, jantung dan covid 19. Penyakit DM juga termasuk dalam sepuluh penyakit resiko tinggi terbanyak pada jemaah haji pada tahun 2021 yakni 16% dan menduduki peringkat ketiga setelah dyslipidemia dan hipertensi. (Kemenkes RI, 2022). Prevalensi DM di NTT masih mengacu pada riskesdas 2018. Pada kategori diagnosa dokter umur >15 tahun jumlah

penderita DM mencapai 0,9% . Angka ini meningkat 3% di banding dengan tahun 2018 (Kemenkes RI, 2018). Menurut data dari Rumah Sakit Umum Daerah Waikabubak pada tahun 2020 penderita diabetes melitus sebanyak 828 kasus, pada tahun 2021 terjadi penurunan sebanyak 698 kasus, pada tahun 2022 terjadi kembali kenaikan penyakit diabetes melitus sebanyak 722 kasus, dan pada tahun 2023 terjadi lagi peningkatan sebanyak 780 kasus, Prevalensi DM di Kabupaten Sumba Barat tempat dilakukan studi kasus ini, pada tahun 2020 sampai dengan tahun 2023 tercatat 16,2% penduduk yang menderita diabetes melitus.

Penderita diabetes melitus seringkali mengalami beberapa komplikasi diantaranya retinopati(kebutaan), nefropati(kerusakan ginjal), neuropati(stroke), dan penyakit kardiovaskular. Dari dampak atau komplikasi penyakit DM tersebut seringkali memperburuk kualitas hidup mengakibatkan masalah psikologis dari penderita yakni kecemasan. Penelitian mengemukakan bahwa kecemasan klinis memberikan hasil signifikan 20% lebih tinggi pada pasien DM di Amerika dibandingkan dengan pasien non DM.(Nuraini & Lestari, 2021). Penanganan pasien DM dapat dilakukan dengan cara penatalaksanaan medis dan keperawatan.Penatalaksanaan keperawatan dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun non-farmakologi. Salah satu penatalaksanaan keperawatan yang dilakukan pada pasien DM untuk mengatasi kecemasan adalah terapi relaksasi napas dalam.

Urafidah (2023) menuliskan semakin baik resilience yang dimiliki oleh lansia dengan diabetes melitus maka kecemasan akan semakin berkurang.(Sifa et al., 2023) sedangkan menurut Sunarmi (2018) bahwa melakukan teknik relaksasi napas dalam dan berdzikir dapat menurunkan kecemasan pada pasien diabetes melitus.(Nuritasari et al., 2023), menurut Abdul halim (2023) teknik relaksasi napas dalam dapat diterapkan pada pasien diabetes melitus untuk menurunkan tingkat kecemasan dan membuat pasien lebih rileks.(Halim et al., 2023)

Banyaknya penelitian yang telah dilakukan untuk menguji keberhasilan teknik relaksasi napas dalam untuk mengatasi kecemasan pada pasien diabetes

melitus, nyatanya teknik non-farmakologi ini dalam praktik keperawatan sendiri belum diterapkan secara maksimal oleh perawat dalam asuhan keperawatan diabetes melitus, serta pasien dan keluarga yang masih belum mengetahui teknik relaksasi napas dalam ini.

Berdasarkan pembahasan diatas, maka penulis tertarik untuk menyusun studi kasus tentang implementasi terapi relaksasi napas dalam pada pasien diabetes melitus di rumah sakit umum daerah waikabubak sumba barat

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas rumusan masalah dalam studi kasus ini adalah: Bagaimanakah gambaran implementasi terapi relaksasi napas dalam pada pasien diabetes melitus dengan gangguan kecemasan

C. Tujuan studi kasus

Mengambarkan implementasi terapi relaksasi napas dalam pada pasien diabetes melitus dengan gangguan kecemasan

D. Manfaat Studi Kasus

Karya tulis ilmiah ini diharapkan memberikan manfaat bagi:

1. Bagi Rumah Sakit

Hasil studi kasus yang telah dilakukan dapat dijadikan salah satu alternatif untuk meningkatkan kualitas pelayanan pada pasien diabetes melitus terutama dalam pemberian asuhan keperawatan.

2. Bagi Pasien/Keluarga

Diharapkan setelah penerapan terapi relaksasi napas dalam, pasien mampu mengikuti dengan baik dan disiplin, pasien mampu memahami sehingga dapat menerapkan teknik relaksasi napas dalam ini untuk mengurangi kecemasan

3. Bagi Perawat

Perawat sebagai bahan masukan dan informasi bagi perawat yang ada di Rumah Sakit Umum Daerah Waikabubak dalam upaya meningkatkan

4. Institusi Pendidikan

Sebagai bahan masukan dan referensi bagi institusi pendidikan dalam pengembangan dan peningkatan mutu pendidikan dimasa yang akan datang.