

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes mellitus merupakan suatu gangguan metabolisme karbohidrat, protein dan lemak yang ditandai dengan hiperglikemia atau peningkatan kadar glukosa dalam darah yang terjadi karena kelainan sekresi insulin atau menurunnya kerja insulin (American Diabetes Association, 2015). Hiperglikemia atau gula darah yang meningkat, merupakan efek umum dari diabetes yang tidak terkontrol dan dari waktu ke waktu menyebabkan kerusakan serius pada banyak system tubuh, khususnya saraf dan pembuluh darah (WHO, 2015).

Data organisasi kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO, 2017), Indonesia menempati urutan ke enam di dunia sebagai negara dengan jumlah penderita diabetes mellitus (DM) terbanyak setelah India, Cina, Unisoviet, Jepang dan Brasil. Menurut Profil kesehatan Indonesia tahun 2018, penyakit Diabetes mellitus merupakan urutan ketiga dari 10 penyakit terbanyak di Indonesia. Estimasi International Diabetes Federation (IDF) juga memperkirakan pada tahun 2035 jumlah penderita Diabetes Mellitus akan mengalami peningkatan menjadi 55 % (592 juta) diantara usia penderita Diabetes Mellitus 40-59 tahun (IDF, 2014). Sedangkan di Indonesia terdapat sebanyak 161.572 penderita Diabetes Mellitus dan diperkirakan akan meningkat menjadi 215.200.000 penderita Diabetes Mellitus pada tahun 2040. Hasil pengkajian awal di ruangan Paviliun Darmawan Lantai 6 RSPAD Gatot Soebroto penderita diabetes mellitus merupakan salah satu kasus yang sering terjadi, berdasarkan data 3 bulan terakhir pasien diabetes mellitus sebanyak 193pasien.

Diabetes Melitus merupakan penyakit kronik yang memerlukan penanganan secara terus menerus. Jika Diabetes mellitus tidak ditangani dengan baik akan menimbulkan banyak komplikasi. Banyak kasus yang terjadi pada pasien diabetes mellitus mengalami komplikasi penyakit lainnya yang membuat penderita menjadi cemas dan stres yang membuat kadar glukosa menjadi tidak terkontrol. Tindakan yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut dapat dilakukan dengan cara farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan secara farmakologis dapat menggunakan obat-obatan medis dan pengobatan non farmakologi dapat dilakukan dengan relaksasi napas dalam. Teknik relaksasi terbagi atas banyak macam yaitu relaksasi otot (*progressive muscle relaxation*), pernafasan (*diaphragmatic breathing*), meditasi (*attention focusing exercise*), relaksasi perilaku (*behavioral relaxation*) dan relaksasi napas dalam (*Slow Deep Breathing*).

Salah satu Teknik relaksasi yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan Relaksasi otot progresif ini mengarahkan perhatian pasien untuk membedakan perasaan yang dialami saat kelompok otot dilemaskan. Relaksasi otot progresif ini mengarahkan perhatian pasien untuk membedakan perasaan yang dialami saat kelompok otot dilemaskan dan dibandingkan dengan ketika otot dalam kondisi tegang, relaksasi otot progresif bermanfaat untuk menurunkan resistensi perifer dan menaikkan elastisitas pembuluh darah (Sucipto, 2014 dalam Shiela, 2016). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Galvani Volta yang berjudul Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kadar Gula Darah dan *Ankle Brachial Index pada pasien DM Tipe II* yang menunjukkan bahwa rata-rata kadar gula darah sebelum dilakukan latihan relaksasi otot progresif sebesar 213,43 mg/dl dan setelah dilakukan menurun menjadi 180,43 mg/dl dan hasil uji statistic menggunakan paired t-test menunjukkan bahwa nilai $p < 0,05$ yang berarti ada perbedaan signifikan rata-rata.

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan pada pasien dengan Diabetes melitus dengan pemberian intervensi Relaksasi otot progresif di ruang Lantai 6 Paviliun Darmawan Rumah Sakit Kepresidenan RSPAD Gatot Soebroto. Hal ini diharapkan dapat meminimalisir masalah-masalah pada DM yang terfokus pada keseimbangan kadar glukosa darah agar tetap berada pada ambang normal serta mambantu mendorong meningkatkan mutu pelayanan asuhan keperawatan khususnya pada pasien diabetes melitus.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas maka rumusan masalah adalah melakukan “Asuhan Keperawatan dengan Intervensi Relaksasi Otot Progresif pada Klien Diabetes Mellitus di ruangan Paviliun Darmawan Lantai 6 RSPAD Gatot Soebroto.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Melakukan asuhan keperawatan Asuhan Keperawatan dengan Intervensi Relaksasi Otot Progresif pada Klien Diabetes Mellitus di ruangan Paviliun Darmawan Lantai 6 RSPAD Gatot Soebroto.

2. Tujuan Khusus

- a) Melakukan pengkajian pada pasien Diabetes Melitus di ruangan Paviliun Darmawan Lantai 6 RSPAD Gatot Soebroto
- b) Menentukan diagnose pada pasien Diabetes Melitus di ruangan Paviliun Darmawan Lantai 6 RSPAD Gatot Soebroto

- c) Melakukan intervensi pada pasien Diabetes Melitus di ruangan Paviliun Darmawan Lantai 6 RSPAD Gatot Soebroto
- d) Melakukan implementasi pada pasien Diabetes Melitus di ruangan Paviliun Darmawan Lantai 6 RSPAD Gatot Soebroto
- e) Melakukan evaluasi pada pasien Diabetes Melitus di ruangan Paviliun Darmawan Lantai 6 RSPAD Gatot Soebroto

D. Manfaat Penulisan

1. Bagi Klien
Bagi klien agar dapat menambah wawasan pada klien Diabetes Mellitus tentang teknik relaksasi otot progresif yang bermanfaat untuk menurunkan kadargula darah, mengurangi stress, dan mengurangi nyeri.
2. Bagi Pihak Rumah Sakit
Bagi pihak tenaga kesehatan agar dapat melakukan tindakan keperawatan secara mandiri pada klien Diabetes Mellitus dengan pemberian tindakan teknik relaksasi otot progresif.
3. Bagi Institusi Pendidikan
Bagi institusi pendidikan agar dapat memperkaya pengetahuan dengan memperbanyak membaca referensi tentang klien Diabetes Mellitus dan dapat dijadikan untuk menambah pengetahuan pembaca.
4. Bagi Penulis Lainnya
Bagi penulis lainnya agar dapat mengetahui seberapa efektif pemberian intervensi keperawatan teknik relaksasi otot progresif untuk menurunkan kadar gula darah pada klien Diabetes Mellitus dan menambah wawasan dalam mengembangkan karya ilmiah.

E. Kebaruan

1. Penelitian yang dilakukan Junaidin (2018) Dengan Judul Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Puskesmas Woha – Bima, hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan relaksasi otot progresif mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap penurunan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus (DM).
2. Penelitian lain yang mendukung adalah penelitian Siswanti & Kulsum (2019) Dengan Judul Progressive Muscle Relaxation (Pmr) Terhadap Perubahan Kadar Glukosa Darah (Kgd) Pada Pasien Deabetes Melitus (DM) mengungkapkan bahwa ada pengaruh terapi PMR terhadap kadar glukosa darah pada pasien DM di Puskesmas Kalinyamatan Jepara dengan nilai signifikan ($P \text{ value} = 0,000 < 0,05$).
3. Penelitian lain yang serupa adalah penelitian Simanjuntak & Simamora (2017) Dengan Judul Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kadar Gula Darah Dan Ankle Brachial Index Pada Pasien Diabetes

- Melitus Tipe II, hasil penelitian menunjukkan bahwa perbedaan signifikan kadar gula darah sebelum dan setelah dilakukan intervensi (pvalue 0,001). Hal ini menunjukkan bahwa relaksasi otot progresif efektif dalam menurunkan kadar gula darah, namun tidak dapat meningkatkan nilai ABI.
4. Penelitian lain yang mendukung adalah penelitian Nurfianti, dkk (2017) dengan judul Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Kecamatan Pontianak Selatan, hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai (p value 0,000 <0,05) yang berarti ada pengaruh latihan relaksasi otot progresif terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien DM tipe 2 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kecamatan Pontianak Selatan.
 5. Penelitian lain yang juga mendukung adalah penelitian Hidayati, dkk (2019) Dengan Judul Pengaruh Progressive Muscle Relaxation Terhadap Stres Dan Penurunan Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2, hasil penelitian menunjukkan bahwa pre-test dan post-test pada kelompok perlakuan dan kontrol didapatkan hasil terjadi penurunan stress dengan nilai p pada kelompok perlakuan sebesar 0,001 (signifikan) dan kelompok kontrol sebesar 0,404 (tidak signifikan). Hasil pre-test dan post-test pada kelompok perlakuan dan kontrol juga menunjukkan bahwa terdapat penurunan gula darah, namun hanya signifikan pada kelompok perlakuan (p=0,001), sedangkan pada kelompok kontrol mendapatkan nilai p=0,979.