

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Diabetes Melitus (DM) merupakan gangguan sistem kronik yang ditandai oleh abnormalitas metabolisme karbohidrat, lemak dan protein (hiperglikemia, glukosuria dan hiperlipidemia), sering disertai dengan kelainan-kelainan (Lyndon, 2009). Diabetes melitus terjadi ketika sel beta tidak dapat memproduksi insulin (diabetes melitus tipe 1) atau memproduksi insulin dalam jumlah yang tidak cukup (diabetes melitus tipe 2). Akibatnya glukosa tidak dapat masuk ke dalam sel, melainkan tetap di dalam darah (Baradero, 2007).

Berdasarkan *World Health Organization (WHO)*, pada tahun 2000 diperkirakan sedikitnya 171 juta orang diseluruh dunia menderita diabetes melitus, atau sekitar 2,8% dari total populasi. Insiden kejadiannya terus meningkat dengan cepat dan diperkirakan pada tahun 2030 angka ini menjadi 366 juta jiwa atau sekitar 4,4% dari populasi penduduk dunia. Diabetes melitus terdapat diseluruh dunia, 90% adalah jenis Diabetes Melitus Tipe 2 terjadi di negara berkembang, peningkatan prevalensi terbesar adalah di Asia dan Afrika. Peningkatan jumlah penderita diabetes melitus terjadi akibat tren urbanisasi dan perubahan gaya hidup seperti pola makan yang tidak sehat.

Departemen Kesehatan RI (2009), menyimpulkan secara epidemiologi diperkirakan bahwa pada tahun 2030 jumlah penderita diabetes melitus di Indonesia mencapai 21.300.000 orang. Menurut Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta angka kejadian diabetes melitus di Yogyakarta sebesar >3,0% lebih tinggi dari angka nasional sebesar 2,1%. Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2013, lebih dari 1.000 kasus baru terdiagnosis di Yogyakarta, di kota Yogyakarta selalu menempati 10 besar penyakit serta kasus komplikasi masih tinggi. Kasus diabetes mellitus dari tahun ke tahun jumlahnya cenderung meningkat, tahun 2011 sejumlah 2.822 kasus baru, tahun 2012 sejumlah 2.892 kasus baru, tahun 2013 sejumlah 2.929 kasus baru, sedangkan pada tahun 2014 ditemukan sejumlah 2.891 kasus baru.

Pasien diabetes melitus dapat mengalami stres terutama bila terjadi komplikasi dari diabetes mellitus. Pasien akan mengalami stres karena lamanya waktu perawatan, perjalanan penyakit yang kronik, perasaan tidak berdaya karena ketergantungan menyebabkan reaksi psikologis yang negatif berupa marah, kecemasan dan mudah tersinggung (Nabyl, 2009). Reaksi psikologis yang negatif ini dapat diatasi dengan teknik relaksasi dan distraksi, karena relaksasi akan membantu individu lebih mampu menghindari stres. Terdapat bermacam-macam bentuk relaksasi, antara lain relaksasi otot, relaksasi kesadaran indera dan relaksasi melalui hypnose, yoga dan meditasi.

Relaksasi merupakan salah satu bentuk *mind-body therapy* dalam bentuk terapi komplementer dan alternatif. Terapi komplementer adalah pengobatan

tradisional yang sudah diakui dan dapat dipakai sebagai pendamping terapi konvensional/ medis. Pelaksanaannya dapat dilakukan bersamaan dengan terapi medis (Moyad & Hawks, 2009). Terapi ini bersifat pengobatan alami untuk menangani penyebab penyakit dan memacu tubuh sendiri untuk menyembuhkan penyakitnya.

Distraksi dapat membuat seseorang merasa lebih nyaman, santai, dan merasa berada pada situasi yang lebih menyenangkan. Selain itu distraksi juga dapat menurunkan derajat nyeri, menurunkan persepsi nyeri dengan stimulasi sistem kontrol desendens, yang mengakibatkan lebih sedikit stimulasi nyeri yang ditransmisikan ke otak. Keefektifan distraksi tergantung pada kemampuan pasien untuk menerima dan membangkitkan input sensori. Teknik distraksi sendiri memiliki berbagai macam jenis diantaranya yaitu distraksi visual, pendengaran, bernafas ritmik, intelektual, atau distraksi imajinasi terbimbing.

Studi awal yang dilakukan pada tanggal 30 Maret 2016 diperoleh data dari Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta pada tahun 2014 terdapat 3.622 penderita Diabetes Melitus Tipe II dan merupakan urutan ke lima dari sembilan besar penyakit yang ada di Puskesmas Umbulharjo I. Jumlah pasien diabetes melitus pada tahun 2015 sejumlah 3461 dan pada bulan Desember sebanyak 252 pasien. Pada bulan Januari tahun 2016 jumlah pasien diabetes melitus sebanyak 289 pasien, dan meningkat pada bulan Februari sejumlah 297 pasien.

Berdasarkan hasil wawancara terstruktur pada lima orang pasien diketahui bahwa 100% tidak mengetahui lima pilar penatalaksanaan diabetes melitus, 80% tidak mengetahui cara mengontrol kadar gula darah, 60% tidak mengetahui pentingnya mengontrol kadar gula darah secara rutin. Pasien juga tidak mengetahui tentang terapi komplementer seperti teknik relaksasi dan distraksi dalam upaya untuk mengontrol kadar gula darah dalam batasan normal. Berdasarkan data tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Pemberian Teknik Relaksasi *Massage* dan Distraksi Musik terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta September 2016”.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Menurut latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana efektivitas antara pemberian teknik relaksasi *massage* dan distraksi musik terhadap kadar gula darah pasien diabetes melitus tipe II di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta September 2016?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teknik relaksasi *massage* dan distraksi musik terhadap kadar gula darah pasien diabetes melitus di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta September 2016.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, dan lama menderita diabetes melitus yang akan dilakukan teknik relaksasi dan distraksi di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta.
- b. Mengetahui perbedaan kadar gula darah sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi *massage* pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta.
- c. Mengetahui perbedaan kadar gula darah sebelum dan sesudah dilakukan teknik distraksi musik pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta.
- d. Mengetahui perbedaan efektivitas antara pemberian teknik relaksasi *massage* dan distraksi musik terhadap kadar gula darah pasien diabetes melitus tipe II di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Pengembangan ilmu dan pengetahuan dalam bidang keperawatan khususnya teknik relaksasi *massage* dan distraksi musik terhadap kadar gula darah pasien diabetes melitus tipe II.

2. Praktis

a. Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta

Hasil penelitian ini diharapkan mampu sebagai informasi untuk memberikan pengetahuan dan pendidikan pada penderita diabetes

melitus tipe II tentang teknik relaksasi *massage* dan distraksi musik di wilayah kerja Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta.

b. STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat menambah referensi tentang terapi komplementer terutama teknik relaksasi *massage* dan distraksi musik terhadap kadar gula darah pasien diabetes melitus tipe II.

c. Penderita diabetes melitus tipe II

Hasil penelitian ini diharapkan menambah informasi dan pengetahuan tentang terapi komplementer dalam upaya membantu mengontrol kadar gula darah pasien diabetes melitus tipe II.

d. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi bagi penelitian berikutnya sebagai bahan informasi serta wacana untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut, khususnya bagi peneliti keperawatan yang ingin melakukan pengembangan penelitian di bidang terapi komplementer khususnya pada penyakit diabetes melitus tipe II.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1

Keaslian Penelitian

Peneliti/ Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
Muh Rendi Maarifuddin, Burhanudin (2013)	Pengaruh Hypnotherapy terhadap Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Kedungwuni II Kabupaten Pekalongan Tahun 2013.	Penelitian ini menggunakan desain penelitian <i>pre eksperimental</i> menggunakan metode <i>one group pretest-posttest</i> .	Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1. Rata-rata kadar glukosa darah sebelum diberikan Hypnoterapi sebesar 230,80 mg/dl. 2. Rata-rata kadar glukosa darah setelah diberikan Hypnoterapi sebesar 213,60 mg/dl. 3. Berdasarkan uji <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> diperoleh ρ value kadar glukosa darah sebelum dan setelah hypnotherapy sebesar 0,007 < 0,05, maka H_0 ditolak, berarti ada pengaruh Hypnotherapy terhadap perubahan kadar glukosa darah pasien Diabetes Melitus di	Terdapat persamaan pada variabel terikat yaitu kadar gula darah pasien diabetes melitus dan persamaan dengan menggunakan metode penelitian <i>pre eksperimental</i> .	Terdapat perbedaan pada variabel bebas hypnotherapy, sedangkan penulis teknik relaksasi dan distraksi. Terdapat perbedaan tempat dan waktu, yaitu penelitian ini dilakukan di Puskesmas Kedungwuni II Kabupaten Pekalongan tahun 2013, sedangkan penulis di Puskesmas Umbulharjo I Yogyakarta tahun 2016.

Peneliti/ Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
Anton Basuki, Sri Sudarsih (2012)	Pengaruh Senam Diabetes terhadap Kadar Gula Darah Pasien dengan Diabetes Melitus di RS Gatoel Mojokerto.	Penelitian ini menggunakan desain penelitian <i>Quasy-Eksperimen</i> dengan jenis penelitian yang digunakan adalah <i>Non equivalent Time Sampel Design</i> .	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa:</p> <p>1. Pada <i>pre test</i> kelompok perlakuan lebih dari 50% responden mempunyai kadar gula normal yaitu sebanyak 9 responden (60%) sedangkan pada <i>pre test</i> kelompok kontrol sebagian besar mempunyai kadar gula normal yaitu 11 responden (73,2%).</p> <p>2. Pada <i>post test</i> kelompok perlakuan hampir seluruhnya responden mempunyai kadar gula normal yaitu sebanyak 13 responden (86,6%). Dan <i>post test</i> kelompok kontrol sebagian besar mempunyai kadar gula normal yaitu 10 responden (66,6%).</p>	Terdapat persamaan pada variabel terikat yaitu kadar gula darah pasien diabetes melitus.	<p>Terdapat perbedaan pada variabel bebas senam diabetes, sedangkan penulis teknik relaksasi dan distraksi.</p> <p>Terdapat perbedaan desain penelitian <i>quasy eksperimen</i>, sedangkan penulis menggunakan <i>pre experimental</i>.</p> <p>Terdapat perbedaan tempat dan waktu, yaitu penelitian ini dilakukan di RS Gatoel Mojokerto, sedangkan penulis di Puskesmas Umbulharjo I Yogyakarta tahun 2016.</p>

Peneliti/ Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
Wahyu Ekowati , Asep Iskandar, Made Sumarwati (2010)	Pengaruh Terapi Relaksasi terhadap Kontrol Glikemik pada Pasien Diabetes Mellitus di Purwokerto	Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan desain <i>quasi experiment with pre-post test control group.</i>	3. Hasil analisa uji 2 <i>independent sampel Man Withney test</i> didapatkan nilai $p = 0,01$ sedangkan pada tabel dengan taraf signifikasi $\alpha = 0,05$, dari data tersebut dapat diketahui $p < \alpha$ sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini berarti terdapat pengaruh senam Diabetes terhadap kadar gula darah pada pasien Diabetes di RS. Gatoel Mojokerto.	Terdapat persamaan pada variabel terikat yaitu kadar gula darah pasien diabetes melitus.	Terdapat perbedaan pada variabel relaksasi. Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik relaksasi <i>massage</i> sedangkan pada jurnal menggunakan teknik nafas dalam.

Peneliti/ Judul	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
					<p>Terdapat perbedaan desain penelitian <i>quasy eksperimen</i>, sedangkan penulis menggunakan <i>pre experimental</i>.</p> <p>Terdapat perbedaan tempat dan waktu, yaitu penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Purwokerto Selatan, sedangkan peneliti di Puskesmas Umbulharjo I Yogyakarta tahun 2016.</p>

STIKES BETHESDA YAKKUM