

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus (DM) adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai oleh peningkatan kadar glukosa darah akibat produksi insulin yang tidak cukup dan/atau meningkatnya resistensi terhadap insulin (Sharma et al., 2023). *World Health Organization* (WHO) melalui laman resminya pada November 2024 melaporkan bahwa prevalensi diabetes di dunia telah mencapai 14% atau sekitar 830 juta kasus. Penyakit ini menjadi penyebab langsung sekitar 2 juta kematian di seluruh dunia (WHO, 2024). Menurut *International Diabetes Federation* (IDF), negara dengan jumlah penderita diabetes melitus terbanyak adalah Tiongkok dengan 140,9 juta kasus, diikuti India (74,2 juta), Pakistan (33,0 juta), Amerika Serikat (32,2 juta), dan Indonesia di urutan kelima dengan 19,5 juta kasus dan diperkirakan meningkat menjadi 28,6 juta pada tahun 2024 (IDF, 2022).

Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 melaporkan bahwa prevalensi diabetes melitus di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter mencapai 1,7% atau sekitar 14.918 kasus dari 877.531 penduduk. Provinsi dengan prevalensi tertinggi adalah DKI Jakarta (3,1%), sedangkan terendah di Papua Pegunungan (0,2%). Di Provinsi Lampung, prevalensinya mencapai 1,2% (Kemenkes RI, 2024). Berdasarkan laporan Sie PTM dan Keswa Dinkes Kota Metro jumlah penderita diabetes mellitus di Kota Metro pada laporan terakhir tahun 2023 mencapai 4.120 kasus (Dinkes Kota Metro, 2024). Sementara berdasarkan data medical record RS Mardi Waluyo Metro tahun 2025

menunjukkan bahwa penyakit diabetes mellitus pada bulan Mei mencapai 132 pasien, bulan Juni mencapai 108 pasien dan Juli tercatat 146 pasien (RS Mardi Waluyo Metro, 2025).

Hingga kini, penyebab pasti meningkatnya prevalensi diabetes melitus belum sepenuhnya terungkap. Meski demikian, sejumlah faktor risiko diyakini berperan dalam memicu penyakit ini, di antaranya riwayat genetik, kondisi lingkungan, penambahan usia, kelebihan berat badan, latar belakang etnis, tekanan darah tinggi, pola konsumsi makanan, kebiasaan merokok, serta rendahnya aktivitas fisik (LeMone et al., 2019). Diabetes mellitus sendiri dapat menimbulkan masalah psikologis berupa kecemasan. Kondisi ini dapat terjadi karena perawatan diabetes sangat kompleks dan harus berlangsung seumur hidup, baik dalam hal menjaga pola makan, menjaga kesehatan fisik (olahraga), pemantauan kadar glukosa darah, pengobatan rutin dan pasien juga menghadapi ketakutan terhadap komplikasi yang timbul (Sharma et al., 2023).

Kecemasan merupakan respons yang melibatkan aspek kognitif, afektif, fisiologis, dan perilaku, yang muncul sebagai reaksi terhadap ancaman nyata maupun yang dirasakan (Kumari & Patil, 2023). Kondisi ini umum dialami oleh penderita diabetes melitus. Hubungan antara keduanya bersifat dua arah, di mana diabetes dapat memicu timbulnya kecemasan, sementara kecemasan berkontribusi pada buruknya kontrol kadar gula darah (Albai et al., 2024). Koeksistensi antara diabetes dan kecemasan dapat berimplikasi pada manajemen diri yang kurang optimal, peningkatan risiko komplikasi, serta penurunan kualitas dan harapan hidup. Oleh karena itu, penanganan

kecemasan menjadi bagian penting dalam upaya mencapai pengelolaan diri yang efektif dan mempertahankan kualitas hidup penderita secara menyeluruh (Sharma et al., 2023).

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan adalah pemberian aromaterapi, yaitu terapi menggunakan minyak esensial yang mudah menguap dan memiliki aroma yang menimbulkan efek fisiologis serta psikologis (Putri & Amalia, 2019). Salah satu minyak esensial yang dapat digunakan bagi pasien dengan kecemasan adalah aromaterapi lavender. Tumbuhan ini sering ditemukan tumbuh liar di daerah di luar daerah asalnya. Kandungan utama bunga lavender adalah linalyl asetat dan linalool ($C_{10}H_{18}O$) sedangkan linalool merupakan kandungan kimia aktif utama yang menciptakan relaksasi. Saat dihirup, aroma minyak esensial ini ditangkap oleh saraf olfaktorius dan diteruskan ke sistem limbik, bagian otak yang mengatur emosi dan mengontrol detak jantung, tekanan darah, pernapasan, memori, serta keseimbangan hormon. Stimulasi ini menghasilkan efek fisiologis dan psikologis yang dapat menenangkan tubuh dan pikiran, sehingga membantu menurunkan kecemasan (Nurghiati, 2019).

Studi yang dilakukan Faridah et al., (2020) melaporkan bahwa aromaterapi lavender yang diberikan pada pasien diabetes mellitus terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan. Penelitian Can et al., (2024) juga mengungkapkan bahwa aromaterapi lavender terbukti efektif terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien diabetes mellitus. Nuraini & Yuniartika, (2024) dalam studinya juga mengungkapkan bahwa aromaterapi lavender

merupakan terapi yang terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien diabetes mellitus.

Berdasarkan data pengkajian terhadap dua pasien diabetes mellitus di RS Mardi Waluyo Metro didapatkan bahwa diantara masalah keperawatan yang ditemukan adalah kecemasan. Masalah ini penting untuk ditangani karena kecemasan dapat mempengaruhi pengelolaan penyakit dan kualitas hidup pasien. Sementara pemberian aromaterapi lavender sebagai salah satu strategi manajemen kecemasan belum diterapkan sehingga penulis tertarik untuk menyusun karya ilmiah akhir dengan judul "Penerapan Aromaterapi Lavender Untuk Menurunkan Kecemasan Pasien Diabetes Mellitus di Ruang Flamboyan RS Mardi Waluyo Metro: *Case Report*".

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mampu mengidentifikasi terkait penerapan Aromaterapi Lavender Untuk Menurunkan Kecemasan Pasien Diabetes Mellitus di Ruang Flamboyan RS Mardi Waluyo Metro.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan pengkajian pasien diabetes mellitus di Ruang Flamboyan RS Mardi Waluyo Metro
- b. Menegakkan diagnosis keperawatan kecemasan pada pasien diabetes mellitus di Ruang Flamboyan RS Mardi Waluyo Metro
- c. Mendeskripsikan rencana keperawatan kecemasan pasien diabetes mellitus di Ruang Flamboyan RS Mardi Waluyo Metro

- d. Mendeskripsikan tindakan non-farmakologi aromaterapi lavender pada pasien diabetes mellitus di Ruang Flamboyan RS Mardi Waluyo Metro
- e. Mengidentifikasi penurunan kecemasan pre dan post tindakan non-farmakologi aromaterapi lavender pada pasien diabetes mellitus di Ruang Flamboyan RS Mardi Waluyo Metro

C. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Intervensi ini diharapkan dapat menjadi dasar ilmiah untuk menghubungkan pendekatan non-farmakologis dengan peningkatan manajemen diri serta kualitas hidup pasien. Selain itu, aromaterapi lavender dapat memberikan kontribusi pengetahuan mengenai hubungan antara pengendalian stres, emosi, dan regulasi hormonal yang mendukung pengelolaan kadar glukosa darah secara optimal. Temuan ini sekaligus menjadi referensi penting bagi pengembangan praktik keperawatan berbasis bukti dalam menangani kecemasan pada pasien dengan penyakit kronis.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Institusi Pendidikan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
Penerapan aromaterapi lavender pada pasien diabetes melitus yang mengalami kecemasan diharapkan memberikan manfaat bagi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta sebagai institusi pendidikan yaitu dapat menjadi bahan kajian ilmiah dan referensi pembelajaran bagi mahasiswa keperawatan. Karya ilmiah ini diharapkan dapat memperkaya literatur praktik keperawatan berbasis bukti, meningkatkan pemahaman mahasiswa mengenai intervensi non-

farmakologis untuk manajemen kecemasan, serta mendorong pengembangan keterampilan klinik dan kemampuan analisis kritis dalam menangani pasien dengan penyakit kronis. Temuan ini juga dapat digunakan sebagai dasar pengembangan modul pembelajaran dan inovasi praktik keperawatan yang relevan dengan kebutuhan pasien di lapangan.

b. Bagi Perawat

Penerapan aromaterapi lavender diharapkan memberikan manfaat bagi perawat berupa pengetahuan dan keterampilan dalam menggunakan intervensi non-farmakologis untuk mengelola kecemasan. Perawat menjadi lebih memahami mekanisme kerja aromaterapi, mampu mengembangkan praktik klinik berbasis bukti, serta lebih terampil dalam mengamati dan mengevaluasi respons pasien terhadap intervensi. Penggunaan aromaterapi lavender juga mendukung pemberian asuhan keperawatan yang holistik, manusiawi, dan profesional, sehingga pelayanan kepada pasien menjadi lebih efektif dan aman.

c. Bagi RS Mardi Waluyo Metro

Intervensi ini dapat menjadi bagian dari strategi manajemen pasien yang lebih holistik dan humanis, sekaligus mendukung terciptanya lingkungan perawatan yang nyaman dan menenangkan. Rumah sakit dapat menggunakan temuan ini sebagai dasar pengembangan protokol atau program intervensi non-farmakologis untuk manajemen kecemasan pasien, meningkatkan kepuasan pasien, serta mendukung reputasi rumah sakit dalam memberikan layanan kesehatan yang berbasis bukti dan berfokus pada kualitas hidup pasien.