

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus digolongkan sebagai gangguan pada sistem endokrin yang muncul akibat kerusakan sel-sel pankreas, sehingga produksi hormon insulin berkurang (Riamah, 2022). Penyakit ini termasuk kategori tidak menular dan kini menjadi persoalan kesehatan dunia karena angka kejadiannya terus bertambah dari tahun ke tahun. Di Indonesia, jumlah individu yang terdiagnosis diabetes pada tahun 2013 telah mencapai 8.554.155 orang, dan angka tersebut terus mengalami peningkatan setiap tahunnya (Riamah, 2022a). Bertambahnya kasus diabetes melitus terutama dipicu oleh perubahan kebiasaan hidup serta pola konsumsi yang tidak sehat. Kondisi ini menjadikan diabetes melitus sebagai salah satu penyebab utama tingginya angka kesakitan dan kematian di Indonesia.

Diabetes melitus merupakan himpunan gangguan pada sistem metabolisme yang dicirikan oleh tingginya konsentrasi gula dalam darah, yang muncul karena hambatan pada pelepasan hormon insulin, kelemahan fungsi hormon tersebut, atau kombinasi keduanya (Marasabessy, 2020). Jumlah penderita diabetes melitus di Indonesia tercatat mencapai 20.426.400 orang dewasa, atau sekitar 11,3% dari total populasi dewasa sebanyak 185 juta jiwa (International Diabetes Federation, 2024). Klasifikasi diabetes melitus mencakup empat bentuk, yakni tipe 1, tipe 2, diabetes melitus yang muncul saat kehamilan, serta tipe lain yang lebih jarang ditemui (Riamah, 2022b).

Diabetes tipe 1 berkaitan dengan proses autoimun yang menghancurkan sel pankreas penghasil insulin, sedangkan diabetes tipe 2 identik dengan keadaan tubuh yang tidak lagi peka terhadap insulin. Kondisi ini umumnya dipicu oleh kebiasaan hidup yang tidak teratur, termasuk kegemukan, minimnya gerak tubuh, serta pola konsumsi yang sarat lemak dan gula (Riamah, 2022b).

Diabetes melitus tipe 2 merupakan bentuk penyakit yang paling kerap dijumpai, namun pada fase awal sering luput dari pengenalan medis. Manifestasi gangguannya tidak memiliki ciri khas tertentu, bahkan kerap tidak tampak sama sekali. Lonjakan kasus diabetes tipe 2 memiliki kaitan erat dengan bertambahnya jumlah penderita kegemukan, kebiasaan konsumsi makanan yang tidak seimbang, serta pola hidup yang jarang melibatkan aktivitas jasmani. Kondisi ini menjadikan diabetes tidak hanya sekadar problem kesehatan perorangan, melainkan juga ancaman bagi kesehatan masyarakat luas yang menuntut perhatian serius dari berbagai bidang, termasuk kesehatan dan ekonomi (Ambarwati et al., 2024a). Pankreas sejatinya berfungsi menghasilkan insulin, sedangkan pada diabetes tipe 2 gangguan yang terjadi lebih condong pada ketidakpekaan tubuh terhadap insulin. Keadaan tersebut umumnya dipicu oleh cara hidup yang kurang sehat, seperti kegemukan, minimnya gerak badan, serta pola konsumsi yang sarat lemak dan gula (Riamah, 2022b).

Gejala yang sering muncul pada pasien diabetes melitus adalah poliuri, polifagi dan polidipsi. Gejala yang muncul ini membuat timbulnya gangguan tidur khususnya pada malam hari. Gejala yang terjadi terus menerus ini membuat timbulnya gangguan kualitas tidur pada pasien dengan diabetes melitus (Ida, 2021a). Manifestasi lanjutan dari diabetes melitus tipe 2 terbagi atas dua golongan, yakni gangguan yang timbul secara mendadak dan gangguan yang berkembang secara menetap. Bentuk akut mencakup keadaan hipoglikemia maupun hiperglikemia. Adapun bentuk kronis melibatkan kerusakan jaringan pembuluh darah kecil yang dikenal sebagai komplikasi mikrovaskular, serta kerusakan pada pembuluh darah berukuran besar yang digolongkan sebagai komplikasi makrovaskular (Ambarwati dkk., 2024b). Berbagai konsekuensi ini berpotensi menurunkan mutu kehidupan penderita. Oleh karena itu, tindakan pencegahan dan penatalaksanaan diabetes melitus merupakan langkah penting dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat secara luas.

Penurunan kualitas tidur pada pasien dengan diabetes melitus dapat diatasi dengan pemberian *Slow Stroke Back Massage (SSBM)*. SSBM merupakan teknik pijatan lembut dan berirama yang diberikan pada area punggung (Fatmawati et al., 2024; Marhamah & Rahani, 2023). Stimulus sentuhan ini telah diteliti dapat merangsang sistem saraf parasimpatis, menurunkan respons stres (hormon kortisol), serta meningkatkan produksi hormon serotonin dan melatonin yang berperan penting dalam mengatur siklus bangun-tidur (Field, 2022). Penelitian yang dilakukan pada pasien Diabetes Melitus (Demir & Ercan, 2024), menunjukkan bahwa intervensi SSBM secara

signifikan meningkatkan kualitas dan durasi tidur. Efek positif SSBM juga tercatat pada pasien dengan komorbiditas umum diabetes seperti hipertensi dan penyakit ginjal (Li et al., 2023) . Sebuah meta-analisis terkini juga mengonfirmasi keefektifannya sebagai intervensi non-farmakologis untuk meningkatkan tidur (Ayseli & Ayaz-Alkaya, 2024).

RS Mardi Waluyo Lampung merupakan rumah sakit dengan jumlah peningkatan kasus tiap tahun pada kasus diabetes melitus tipe 2 yang dirawat. Perawatan di ruangan perlu dilakukan untuk menjaga agar kadar gula darah tetap stabil. Peran perawat sangat dibutuhkan dalam pemberian terapi medis kepada pasien. Selain terapi medis, perawat berperan dalam memberikan intervensi yaitu terapi komplementer. Terapi komplementer adalah terapi yang menggunakan terapi tradisional yang dapat mempengaruhi individu secara menyeluruh. Terapi komplementer terbagi menjadi lima kategori, yaitu *biological based practice*, *mind-body technique*, *manipulative and body-based practice*, *energy therapies*, dan *ancient medical system* (Widiyono, 2019). Di antara berbagai jenis terapi tersebut, *manipulative and body-based practice* kerap diaplikasikan oleh perawat karena mengutamakan manipulasi dan gerakan tubuh. Salah satu metode yang relevan untuk pasien diabetes melitus adalah *Slow Stroke Back Massage*. Terapi ini telah diuji dalam penelitian untuk mendukung peningkatan kualitas tidur pasien. Berangkat dari hal tersebut, penulis bermaksud menerapkan *Slow Stroke Back Massage* pada pasien diabetes melitus di RS Mardi Waluyo Lampung.

B. Rumusan Masalah

Sesuai latar belakang masalah yang telah dijelaskan, maka penulis dapat menyimpulkan rumusan masalah sebagai berikut:

“Adakah pengaruh penerapan *slow stroke back massage* terhadap kualitas tidur pada pasien diabetes melitus di RS Mardi Waluyo Lampung?”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Proposal ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan *slow stroke back massage* terhadap kualitas tidur pada pasien diabetes melitus di RS Mardi Waluyo Lampung.

2. Tujuan khusus

- a. Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien dengan diabetes melitus di ruang Flamboyan RS Mardi Waluyo Metro Lampung.
- b. Menegakkan diagnosa keperawatan gangguan pola tidur pada pasien diabetes melitus di ruang flamboyan RS Mardi Waluyo Metro Lampung
- c. Mendeskripsikan rencana keperawatan gangguan pola tidur pasien dengan diabetes melitus di ruang Flamboyan RS Mardi Metro Waluyo Lampung.
- d. Mendeskripsikan tindakan non-farmakologi pemberian terapi *slow stroke back massage* pada pasien dengan diabetes melitus di ruang Flamboyan RS Mardi Waluyo Metro Lampung.

- e. Mengidentifikasi peningkatan kualitas tidur *pre* dan *post* terapi *slow stroke back massage* pada pasien dengan diabetes melitus di ruang Flamboyan RS Mardi Waluyo Metro Lampung.

STIKES BETHESDA YAKKUM