

BAB I

PENDAHULUAN

Latar belakang

Diabetes melitus adalah gangguan metabolisme dari distribusi gula oleh tubuh. Penderita DM tidak bisa memproduksi insulin dalam jumlah yang cukup atau tubuh tidak mampu menggunakan insulin secara efektif, sehingga terjadi kelebihan gula darah. Kelebihan gula yang kronis di dalam darah (hiperglikemia) menjadi racun bagi tubuh (Nadila & Pratiwi, 2022). Diabetes melitus merupakan penyakit menahun degeneratif yang ditandai dengan adanya kenaikan kadar gula darah dikarenakan kelenjar pankreas yang rusak sebagai penghasil hormon insulin sehingga terjadi gangguan metabolisme karbohidrat, lemak dan protein yang dapat menimbulkan beberapa komplikasi (Lestari, Zulkarnain, Sijid, & Aisyah, 2021). Komplikasi pada penderita DM beragam penyakit salah satunya golongan penyakit mematikan yang dapat memicu keadaan dan perubahan pada pasien tersebut.

Penyakit golongan mematikan yang biasa terjadi pada komplikasi adalah serangan jantung dan stroke dengan kadar gula darah yang selalu tinggi, sehingga menyebabkan pembuluh darah, saraf dan struktur internal lain menjadi rusak (Saputri, 2020). Zat kompleks yang terdiri dari gula didalam dinding pembuluh darah menebal kemudian aliran darah dapat menyebabkan pembuluh darah dan aliran darah berkurang yang menuju ke kulit dan saraf serta dapat memicu perubahan hidup pada penderita diabetes melitus (Mardiana, Ditama, & Tuslaela, 2020). Perubahan hidup dapat mempengaruhi peningkatan masalah global pada penderita diabetes melitus yang terus meningkat prevalensi dari tahun ke tahun, baik di dunia maupun di Indonesia.

Berdasarkan data *International Diabetes Federatin* (IDF) prevalensi DM di seluruh dunia, lebih dari satu dari 10 orang dewasa kini tinggal bersama diabetes. Selain itu, daftar negaranya pun terus meningkat satu dari lima atau lebih populasi orang dewasa menderita diabetes. Sejak edisi pertama tahun 2000, perkiraanya prevalensi diabetes pada orang dewasa berusia 20-79 tahun

telah meningkat lebih dari tiga kali lipat, dari perkiraan 151 juta (4,6%) dari populasi global pada saat itu menjadi 537 juta (10,5%). Tanpa tindakan yang cukup untuk mengatasi situasi ini, kami duga 643 juta orang akan menderita diabetes pada tahun 2030 (11,3%) dari populasi. Jika tren berlanjut, hal itu akan mempengaruhi 783 juta (12,2%) pada tahun 2045 (IDF, 2021). Indonesia menjadi peringkat ke-4 sebagai negara dengan penyakit DM terbanyak di dunia pada tahun 2018, penderita DM terbesar berada pada kategori usia 55-64 tahun yaitu 6,3% dan 65-74 tahun yaitu 6,03%, serta akan mengalami peningkatan menjadi 21,3% pada tahun 2030 (Kemenkes RI, 2021). Hal ini diperkirakan akan menjadi peningkatan penderita DM selama 12 tahun yang akan datang.

Prevalensi diabetes melitus di Indonesia diperkirakan meningkat dari 9,19% pada tahun 2020 (18,69 juta kasus) menjadi 16,09% pada tahun 2045 (40,7 juta kasus) (Bunga Farchati, Pertiwi, & Ita Puji Lestari, 2023). Menurut Puspitasari Swastya Putri et al., (2024) prevalensi kasus DM di Kota Semarang sendiri terdapat 32.081 kasus DM. Tingginya prevalensi pasien diabetes melitus di Kota Semarang perlu adanya upaya untuk meminimalisir masalah tersebut, sehingga tidak menyebabkan gangguan fisik maupun psikologis bagi penderita. Gangguan psikologis pada penderita diabetes melitus salah satunya yaitu kecemasan. Penderita diabetes 20% lebih mungkin mengalami kecemasan pada suatu saat dalam hidupnya dibandingkan mereka yang tidak menderita diabetes.

Kecemasan merupakan suatu kondisi yang dirasakan sebagai ancaman, ketidaknyamanan akibat adanya rasa sakit, kebingungan, atau kurangnya pengetahuan tentang suatu kondisi yang dihadapi, perasaan putus asa terhadap kondisi kesehatan fisik, aktivitas seksual, dan pola makan. Berdasarkan hasil survei dari Persatuan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa (PDSKJ) menyatakan 94% orang Indonesia mengalami tingkat kecemasan ringan sampai berat. WHO telah memprediksi bahwa pada tahun 2020 kecemasan akan menjadi masalah utama dan menjadi penyakit kedua terbesar di dunia setelah penyakit jantung iskemik (Winarso, Darwin, Triyatno, & Gunawanjati, 2024). Kecemasan yang terjadi pada pasien diabetes melitus disebabkan karena penderita depresi terhadap kadar gula darah yang sewaktu-waktu bisa naik dan turun secara tiba-tiba yang akan menimbulkan komplikasi lain akibat dari kurangnya manajemen cara atau teknik untuk menghadapi permasalahannya (Nadila & Pratiwi, 2022). Penatalaksanaan kecemasan dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis menggunakan obat-obatan seperti anestesi atau analgesik. Sedangkan terapi nonfarmakologis meliputi teknik relaksasi tarik napas dalam, teknik distraksi dan hipnosis lima jari (A. Safitri & Tresya, 2023).

Hipnosis lima jari adalah pemberian perlakuan kepada seseorang dengan keadaan rileks, untuk memusatkan pikiran atau bayangan yang menyenangkan sambil menyentuh lima jari secara berurutan. Terapi hipnosis lima jari dapat diberikan pada pasien diabetes melitus yang mengalami kecemasan, karena ketika pasien melakukan terapi hipnosis lima jari dengan fokus dapat memberikan rasa tenang, rileks dan mengurangi kecemasan pada pasien, sehingga pasien dapat merawat dan mengontrol dirinya agar gula darahnya tetap stabil (Nadila & Pratiwi, 2022). Metode ini sangat mudah dilakukan, tidak membutuhkan waktu yang lama dan murah karena tidak membutuhkan alat maupun bahan khusus untuk pelaksanaan terapi. Metode ini hanya membutuhkan konsentrasi dan kesadaran dari individu untuk melakukannya (Cahyaningrum, Faradisa, & Astuti, 2024).

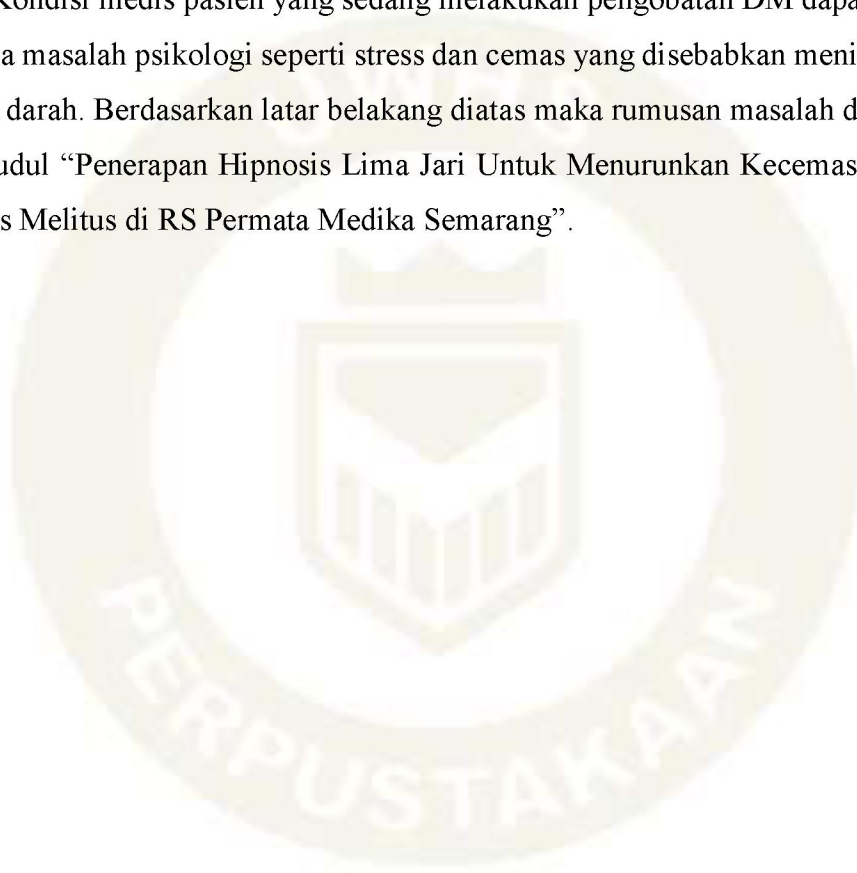
Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Bachrani & Susilowati, 2024) bahwa terdapat penurunan tingkat kecemasan pada kedua responden yang dilakukan sebanyak 2 kali selama 1 minggu. Sejalan dengan penelitian (Nadila & Pratiwi, 2022) Terapi hipnosis lima jari efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus pada kedua responden, dengan responden 1 tingkat cemas menjadi tidak ada kecemasan dan responden 2 tingkat cemas menjadi kecemasan ringan. Dibuktikan oleh (Maulana Abdul Halim & Yuanita Panma, 2023) bahwa hipnosis lima jari yang dilakukan selama 3 hari dapat membuat pasien lebih rileks dan menurunkan tingkat kecemasan.

Studi pendahuluan yang dilaksanakan di RS Permata Medika Semarang yang dilaksanakan tanggal 20 Oktober 2024 pada 6 bulan terakhir pasien dengan diabetes melitus sebanyak 290 pasien, sedangkan pada 1 bulan terakhir yaitu bulan September sebanyak 59 pasien. Hasil studi pendahuluan terdapat 3 pasien diabetes melitus dengan kecemasan yang ada di bangsal rawat inap meliputi kecemasan ringan dan sedang, diketahui dari pengisian kuesioner kecemasan yang berisi data pengukuran kecemasan dengan menggunakan instrumen skala ansietas Hamilton atau *Hamilton Rating Scale For Anxiety* (HRS-A) ketika studi pendahuluan. Hasil skor kuesioner setelah dibagikan terdapat 1 pasien mengalami kecemasan ringan dengan skor 15, 2 diantaranya mengalami kecemasan sedang dengan skor 22 dan 23. Hasil wawancara dengan pasien, kecemasan tersebut disebabkan karena cemas akan gula darah sewaktu setelah dicek oleh perawat tidak kunjung turun dan lamanya pasien menderita penyakit diabetes, sehingga pasien tersebut mengalami kecemasan dan takut jika tidak dapat disembuhkan. Dari hasil studi pendahuluan tersebut maka perlu dilakukan terapi terutama terapi non farmakologi untuk menurunkan tingkat kecemasan dengan hipnosis lima jari.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk mengangkat Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Penerapan Hipnosis Lima Jari Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Diabetes Melitus Di RS Permata Medika Semarang”.

Rumusan Masalah

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit kronis yang terjadi ketika karena kondisi ketidakmampuan pankreas untuk menghasilkan insulin yang cukup atau tubuh dalam kondisi tidak dapat menggunakan insulin yang dihasilkan (Nuriffa & Warsono, 2023). Kondisi medis pasien yang sedang melakukan pengobatan DM dapat menimbulkan beberapa masalah psikologi seperti stress dan cemas yang disebabkan meningkatnya kadar glukosa darah. Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini berjudul “Penerapan Hipnosis Lima Jari Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Diabetes Melitus di RS Permata Medika Semarang”.



Tujuan

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui Penerapan Hipnosis Lima Jari Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Diabetes Melitus Di RS Permata Medika Semarang.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi tingkat kecemasan sebelum dilakukan tindakan hipnosis lima jari.
2. Mengidentifikasi tingkat kecemasan setelah dilakukan tindakan hipnosis lima jari.
3. Menganalisis konsep asuhan keperawatan (pengkajian, diagnosis keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, evaluasi) dalam pemberian penerapan terapi hipnosis lima jari untuk mengurangi kecemasan pada mahasiswa dalam menyusun karya tulis ilmiah.

Manfaat

Studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi :

1.4.1. Institusi peneliti dan penulis selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi, referensi dan wawasan ilmu pengetahuan untuk mengaplikasikan ilmu keperawatan yang peneliti lakukan, khususnya untuk mengatasi kecemasan pada pasien diabetes melitus dengan hipnosis lima jari.

1.4.2. Bagi rumah sakit

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadikan peranan penting dalam melakukan perawatan pada pasien DM.

1.4.3. Bagi intitusi pendidikan

Penelitian ini dapat disajikan sebagai penambah referensi dan wawasan untuk mahasiswa dalam mengetahui tingkat kecemasan dengan hipnosis lima jari pada pasien DM serta dapat menjadi bahan evaluasi dalam pendekatan pasien yang mengalami cemas.

1.4.4. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi masyarakat sebagai bahan acuan masyarakat yang ingin mengetahui tentang penerapan hipnosis lima jari untuk

menurunkan kecemasan pada pasien DM dan dapat menambah wawasan bagi keluarga pasien tentang pentingnya hipnosis lima jari untuk menurunkan kecemasan pada pasien DM agar tidak mengalami kecemasan yang berlebih.

