

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus terjadi akibat tubuh tidak mampu memproduksi atau menggunakan insulin secara optimal, sehingga glukosa tidak bisa masuk ke sel untuk menghasilkan energi (Hartono, 2024). Hiperglikemia kronis memperburuk kerusakan sel beta pankreas yang digantikan jaringan amiloid, menyebabkan penurunan produksi insulin dan ketidakstabilan kadar glukosa darah (Andriani & Hasanah, 2023). Ketidakstabilan glukosa darah menjadi masalah serius karena dapat menimbulkan komplikasi makrovaskular (jantung, stroke) dan mikrovaskular (neuropati, nefropati, retinopati), di mana baik hiperglikemia maupun hipoglikemia sama-sama mengancam jiwa. Stabilitas glukosa darah ditentukan oleh keseimbangan insulin dan glukagon. Jika terganggu, kadar glukosa darah berfluktuasi dan berisiko memicu komplikasi berbahaya, sehingga ketidakstabilan kadar glukosa darah menjadi prioritas utama dalam asuhan keperawatan yang memerlukan intervensi cepat untuk mencegah dampak jangka panjang (Widoyanti et al., 2025). Risiko komplikasi yang serius akibat ketidakstabilan gula darah ini menjadi semakin mengkhawatirkan, mengingat jumlah penderita diabetes di seluruh dunia yang terus meningkat.

Prevalensi diabetes melitus (DM) di seluruh dunia semakin banyak. Atlas terbaru dari Federasi Diabetes Internasional (IDF) (2025) menyebutkan bahwa 11,1% atau 1 dari 9 orang dewasa yang berusia antara 20 hingga 79 tahun mengidap diabetes. Lebih dari 4 dari 10 orang tersebut tidak mengetahui bahwa mereka menderita penyakit ini. Kami memperkirakan bahwa pada

tahun 2050, 1 dari 8 orang dewasa atau sekitar 853 juta orang akan menghidap diabetes, meningkat 46%. Di tahun 2024, ada sekitar 589 juta orang dewasa yang hidup dengan diabetes di seluruh dunia. Angka ini diperkirakan akan mencapai 853 juta pada tahun 2050. Jadi, jumlah total orang yang memiliki diabetes diperkirakan akan menjadi 853 juta pada tahun 2050. Federasi Diabetes Internasional (IDF) mencatat bahwa Indonesia termasuk dalam daftar 38 negara dan area di wilayah Pasifik Barat yang mereka pantau. Diabetes di Indonesia (2024) menunjukkan bahwa ada 185.217.400 orang dewasa. Dari jumlah tersebut, 11,3% memiliki diabetes, yang berarti ada 20.426.400 kasus diabetes di kalangan orang dewasa. Data dari Dinas Kesehatan di Provinsi Jawa Timur menunjukkan bahwa penyakit yang banyak muncul adalah Diabetes Mellitus, dengan jumlah penderitanya mencapai 69.018 dari total 37 juta penduduk. Berdasarkan informasi dari RISKESDES 2018, terdapat 1.017.290 kasus diabetes melitus yang terdiagnosis oleh dokter di 34 provinsi. Nila F Moeloek, yang menjabat sebagai Menteri Kesehatan, menyatakan bahwa angka penderita diabetes melitus meningkat sebesar 329,8% di Jawa Timur dalam dua dekade terakhir. Provinsi Jawa Timur adalah daerah dengan prevalensi diabetes tertinggi keenam di antara sepuluh provinsi di Indonesia, dengan persentase sebesar 2,1%, yang lebih tinggi dari rata-rata nasional yang hanya 1,5% (Suroso et al., 2024).

Tingginya jumlah kasus diabetes menjadi tantangan besar bagi tim kesehatan dalam mempertahankan kestabilan kadar gula darah pasien selama periode perawatan. Fakta di lapangan menunjukkan bahwa perawatan medis saja tidak memadai, karena faktor stres dan ketegangan fisik yang dialami

pasien saat di rumah sakit sering kali kurang diperhatikan dalam asuhan keperawatan sehari-hari. Oleh sebab itu, perlu adanya upaya tambahan dengan pendekatan non-farmakologis untuk membantu mengurangi ketegangan otot dan saraf pasien. Sebaiknya, pengelolaan gula darah dilakukan dengan seimbang, yaitu menggabungkan terapi dari dokter dengan metode pendukung lainnya. Salah satu cara non farmakologi yang dapat digunakan adalah terapi relaksasi otot progresif.

Teknik relaksasi otot progresif adalah terapi membantu pasien dengan cara mengajarkan pernapasan dalam dan serangkaian proses melatih otot untuk berkontraksi dan rileks, dengan tujuan untuk membantu menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus (Saputri & Zalila, 2025). Berdasarkan penelitian (Febriani et al., 2025) mengungkapkan hasil bahwa menerapkan teknik relaksasi otot progresif pada kedua pasien diabetes selama 3 hari (10 menit/sesi, pagi hari 2 jam setelah makan) menurunkan kadar gula darah dan mengurangi keluhan pusing, lelah, kesemutan, haus, dan lapar berlebihan. Ada juga penelitian sebelumnya yang dilakukan (Sajida et al., 2024) memiliki hasil bahwa menerapkan terapi relaksasi otot progresif pada pasien diabetes melitus selama 3 hari menurunkan gula darah dari 157 mg/dL menjadi 116 mg/dL. Selain itu penelitian dari (Rahman, 2024) menunjukkan hasil yang konsisten, di mana setelah 3 kali pertemuan, terjadi penurunan kadar glukosa darah pasien secara bertahap: dari 295 mg/dL menjadi 289 mg/dL (pertemuan 1), dari 276 mg/dL menjadi 272 mg/dL (pertemuan 2), dan dari 243 mg/dL menjadi 238 mg/dL (pertemuan 3).

Pada studi kasus ini, penulis memilih dua klien penderita DM yang memiliki latar belakang kondisi yang berbeda. Klien 1 merupakan wanita berusia 54 tahun yang menderita DM, diperburuk oleh kanker paru-paru, sehingga kadar gula darahnya sangat tinggi dan memerlukan pengobatan insulin. Di sisi lain, Klien 2 merupakan wanita berumur 68 tahun yang menderita DM kronis selama 14 tahun dengan masalah batu empedu (cholelithiasis), sehingga kadar gula darahnya tinggi tetapi masih dapat diatur dengan obat antidiabetik oral. Memilih dua klien dengan karakteristik yang berbeda ini bertujuan untuk menilai apakah intervensi Relaksasi Otot Progresif sebagai terapi non-farmakologis masih dapat memberikan manfaat pada berbagai kondisi DM, baik yang disertai penyakit penyerta berat atau kondisi kronis.

Berdasarkan penjelasan di atas, penulis berminat menggunakan terapi Relaksasi Otot Progresif sebagai intervensi non-farmakologis untuk mengatasi ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Melitus dengan kondisi klinis yang bervariasi. Diharapkan memberikan kontribusi pemikiran dalam pengembangan standar perawatan keperawatan non-farmakologis yang lebih menyeluruh bagi pasien diabetes di masa depan.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana Pemberian Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus Dengan Masalah Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Yang Diberikan Intervensi Terapi Relaksasi Otot Progresif ?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus Dengan Masalah Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Yang Diberikan Intervensi Terapi Relaksasi Otot Progresif ?

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menjelaskan Pengkajian Keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus
2. Menjelaskan Diagnosa Keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus
3. Menjelaskan Intervensi Keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus Dengan Masalah Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah
4. Menjelaskan Implementasi Keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus Dengan Masalah Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah
5. Menjelaskan Evaluasi Keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus Dengan Masalah Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil karya ilmiah ini diharapkan bermanfaat untuk menambah ilmu dan pengetahuan pada bidang keperawatan medikal bedah, khususnya terkait penerapan intervensi terapi relaksasi otot progresif dalam menstabilkan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Mellitus.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Rumah Sakit

Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan dalam meningkatkan mutu pelayanan asuhan keperawatan dan menjadi

alternatif terapi non-farmakologis dalam mengelola kontrol kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Mellitus di ruang rawat inap.

2. Bagi Instansi Pendidikan

Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat menambah referensi ilmiah dan kepustakaan mengenai penerapan terapi non-farmakologis dalam asuhan keperawatan Diabetes Mellitus, serta dapat digunakan sebagai dasar acuan atau data sekunder bagi pengembangan riset dan pembelajaran mahasiswa keperawatan selanjutnya.

3. Bagi Perawat

Hasil karya ilmiah ini diharapkan bermanfaat menjadi masukan untuk perawat dalam memberikan terapi relaksasi otot progresif sebagai salah satu bentuk intervensi keperawatan mandiri yang efektif untuk mengatasi masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Mellitus.

4. Bagi pasien dan keluarga

Hasil Karya ilmiah ini diharapkan dapat menambah wawasan pasien dan keluarga mengenai terapi Relaksasi Otot Progresif sebagai alternatif perawatan mandiri yang aman untuk mengontrol kadar glukosa darah, sekaligus mengoptimalkan peran keluarga sebagai *support system* selama rawat inap hingga perawatan di rumah.