

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus menjadi kelaian metabolisme yang memiliki ciri khas bertambahnya kadar gula dalam darah yang lebih dikenal dengan istilah hiperglikemia. Diabetes melitus menjadi penyakit yang menjadi fokus dasar bagi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Gangguan ini disebabkan oleh produksi hormon insulin dan enzim pencernaan yang tidak efisien oleh pankreas (Sartika, Lidya, and Doni 2020). Pada penderita diabetes mellitus, komplikasi gagal ginjal atau nefropati diabetik merupakan salah satu yang paling ditakuti. Kenaikan kadar gula darah yang tidak terkontrol dengan baik dapat menyebabkan aterosklerosis, peningkatan kekentalan darah hal ini yang dapat memengaruhi fungsi ginjal. Tingginya kekentalan darah dapat mengganggu aliran darah ke ginjal dan menyebabkan kerja ginjal meningkat, jika tidak ditangani dengan baik kondisi ini dapat berujung pada gagal ginjal dan komplikasi pada organ tubuh lainnya seperti gangguan fungsi organ mata (retinopati), kerusakan jaringan kulit (luka gangren), gangguan neurologis (stroke), gagal ginjal, serangan jantung.

Gangguan penglihatan yang disebabkan oleh diabetes melitus dapat menyebabkan retinopati. Kadar gula darah yang tinggi secara terus-menerus dapat merusak berbagai sistem tubuh, termasuk otak, yang berisiko menyebabkan stroke dan demensia. Kadar gula yang tinggi juga memperlambat aliran darah dalam pembuluh darah, yang seiring waktu dapat merusak dinding pembuluh darah. Penumpukan plak di pembuluh darah kecil, seperti yang terdapat di jantung, dapat menyebabkan hipoksia yang berakhir pada kematian sel, nyeri dada, atau bahkan serangan jantung. Selain itu, komplikasi yang dapat terjadi pada pasien diabetes melitus adalah luka diabetes atau luka gangren. Kondisi ini menyebabkan kulit dan jaringan di sekitar luka mati, membusuk, mengeluarkan bau, dan berubah menjadi hitam. Luka kronis ini disebabkan oleh kerusakan saraf dan sirkulasi darah yang buruk. Kaki adalah bagian tubuh yang paling rentan terhadap komplikasi akibat diabetes melitus.

Kerusakan saraf dapat mengakibatkan hilangnya kemampuan untuk merasakan rasa sakit, nyeri, atau ketidaknyamanan pada area kaki, sehingga pasien tidak menyadari jika kaki mereka terluka. Selain itu, diabetes juga menyebabkan penyempitan dan pengerasan pembuluh darah di kaki, yang menghambat sirkulasi darah. Kondisi diabetes dengan sirkulasi darah yang buruk membuat kaki penderita diabetes sulit melawan infeksi dan memiliki kemampuan penyembuhan luka yang rendah (Lubis, Agustian, and Sharfina 2024). Menurut data dari Federasi Diabetes Internasional, prevalensi diabetes Tipe II semakin meningkat di seluruh dunia. Akan ada sekitar 537 juta penderita diabetes pada tahun 2022, angka-angka ini menunjukkan pengaruh signifikan dari penyakit diabetes melitus di seluruh dunia. Diperkirakan 643 juta orang (1 dari 9) akan menderita diabetes pada tahun 2030, dan 784 juta orang (1 dari 8 orang dewasa) akan menderita penyakit ini ditahun 2045. Selain itu, sekitar 6,7 juta orang meninggal karena diabetes pada tahun 2021 (Karno, Mahtuti, and Basyaruddin 2023).

Diperkirakan bahwa 44% orang dewasa yang hidup dengan diabetes, yaitu sekitar 240 juta orang sebagian tidak terdiagnosis. Di seluruh dunia, terdapat 541 juta orang dewasa atau 1 dari 10 yang menderita masalah toleransi glukosa, maka mereka berisiko tinggi untuk mengembangkan DM Tipe II. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melaporkan bahwa pada tahun 2021 terdapat 19,47 juta penderita diabetes melitus. Sementara itu, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur mencatat bahwa total penderita diabetes melitus di provinsi tersebut pada tahun 2021 mencapai 929.535 kasus. Angka yang dimaksud menunjukkan bahwa sebanyak 867.257 pasien (93,3%) telah terdiagnosis dan menerima layanan kesehatan (Sutomo, S., & Purwanto, N. H 2023). Menurut data hasil peninjauan kadar glukosa darah yang dilakukan oleh Dinas Kesejahteraan Sosial Kota Malang pada tahun 2020, terdapat 7.534 penderita diabetes melitus di Kota Malang (Karno et al. 2023).

Stres merupakan salah satu faktor risiko diabetes melitus (DM) dengan meningkatkan kadar gula darah melalui peningkatan hormon kortisol, yang dapat mengurangi sensitivitas insulin. Hal ini berkontribusi pada meningkatnya prevalensi DM, karena stres dapat mempengaruhi pola makan dan kepatuhan

terhadap pengobatan pada penderita diabetes. Ketika tubuh menghadapi tekanan mental, reaksi yang terjadi dapat menyebabkan peningkatan kadar gula darah akibat produksi hormon kortisol yang berlebihan. Kelenjar adrenal mengeluarkan hormon kortisol saat seseorang mengalami stres atau melakukan aktivitas berat. Peningkatan produksi kortisol ini dapat mengurangi sensitivitas tubuh terhadap insulin. Dalam konteks pengendalian kadar gula darah, kortisol berfungsi melawan insulin, sehingga menghambat glukosa masuk ke dalam sel dan meningkatkan kadar gula darah. Individu yang mengalami stres memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk mengembangkan diabetes tipe 2 dibandingkan dengan mereka yang tidak mengalami stres. Perubahan hormonal yang disebabkan oleh stres menjadi penyebab utama penyakit ini (Kurniawan and Sahrah 2024).

Terdapat empat pilar dalam pengelolaan diabetes melitus (DM), yaitu perencanaan makanan, keseimbangan aktivitas, olahraga, istirahat, manajemen stres, serta penggunaan antidiabetik oral dan insulin. Salah satu dari empat pilar tersebut adalah manajemen stres dengan baik. Manajemen stres dapat dilakukan melalui berbagai metode, salah satunya adalah dengan menggunakan Terapi SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique). SEFT merupakan metode relaksasi yang mana termasuk dalam kategori mind body therapy dari terapi komplementer dan alternatif dalam keperawatan. SEFT menggabungkan unsur spiritual melalui doa keikhlasan atau kepasrahan dan energy psychology untuk mengatasi berbagai macam masalah fisik dan emosi dengan mengidentifikasi emosi negatif yang dialami, melakukan ketukan ringan pada titik meridian sambil mengucapkan afirmasi positif dan mengevaluasi perubahan emosi dan kondisi fisik setelah terapi dilakukan. Metode ini memanfaatkan sistem energi tubuh untuk meningkatkan emosi, perilaku, dan kesejahteraan mental seseorang. Proses terapi ini dapat membantu seseorang merasa lebih rileks dengan menggunakan teknik relaksasi. Dimulai dengan merelaksasi otot polos di seluruh tubuh, termasuk yang terdapat di vena dan arteri. Ketika otot-otot ini rileks, kadar norepinefrin pada darah akan menurun. Rileksnya otot-otot ini akan memberikan rasa kedamaian dan kenyamanan

pada jiwa bagi seseorang dengan kadar gula darah tinggi. (Kurniawan and Sahrah 2024).

Selain SEFT, Terapi Murottal Al-Quran pada penderita DM Tipe II dapat dimanfaatkan untuk menciptakan relaksasi, yang dapat membantu mengurangi ketegangan dan stres emosional. Membaca ayat-ayat Al-Quran dalam konteks terapi murottal dapat meningkatkan pelepasan endorfin serta mengurangi kecemasan dan kepanikan. Produksi hormon ini akan meningkatkan perasaan damai dan relaksasi, sehingga mengurangi jumlah kortisol yang dihasilkan oleh kelenjar adrenal (Syafyusari and Afnuhazi 2022). Perasaan damai dan relaksasi ini berkontribusi pada pemikiran yang lebih mendalam, pernapasan yang lebih lambat, peningkatan pengaturan emosi, dan metabolisme yang lebih lambat, yang semuanya berperan dalam menurunkan kadar glukosa darah (Sari and Sajili 2020). Penelitian “Pengaruh Terapi Relaksasi Benson dan Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Lansia Penderita DM Tipe 2” yang dilakukan Zhafirah dan Palupi (2019), menemukan bahwa Terapi Benson dan Murottal Al-Qur'an secara signifikan menurunkan kadar gula darah pada penderita DM Tipe 2.

Berdasarkan uraian yang telah disebutkan, penulis berminat untuk membahas isu tersebut dalam penyusunan skripsi dengan mengganti variable penelitian berjudul **“Pengaruh Kombinasi Spritual Emotional Freedom Thechnique Dan Terapi Murottal Al Quran Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita DM Tipe II”**

1.2 Rumusan Masalah

Mengacu pada latar belakang yang telah disebutkan maka rumusan masalah skripsi penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh kombinasi spiritual emotional freedom tehniqe dan terapi murottal al quran terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita DM Tipe II di Rumah Sakit Islam Aisyiyah Malang”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Memahami pengaruh kombinasi *spiritual emotional freedom tehniqe* dan terapi murottal al-quran terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita DM Tipe II di Rumah Sakit Islam Aisyiyah Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi kadar gula darah pada penderita DM Tipe II sebelum diberi kombinasi *spiritual emotional freedom tehniqe* dan terapi murottal al-quran di Rumah Sakit Islam Aisyiyah Malang.
2. Mengidentifikasi kadar gula darah pada penderita DM Tipe II sesudah diberi kombinasi *spiritual emotional freedom tehniqe* dan terapi murottal al-quran di Rumah Sakit Islam Aisyiyah Malang.
3. Menganalisis pengaruh kombinasi *spiritual emotional freedom tehniqe* dan terapi murottal al-quran terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita DM Tipe II di Rumah Sakit Islam Aisyiyah Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Keuntungan dari teoritis penelitian ini dapat digunakan untuk pengembangan ilmu terapi komplementer dan alternatif yang dapat diterapkan sebagai intervensi mandiri dalam keperawatan untuk mengatasi masalah terhadap penderita diabetes tipe II dengan cara mengurangi kadar gula darah.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Perawat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada perawat mengenai Pengaruh Kombinasi *Spiritual Emotional Freedom Technique* dan Murottal Al-Quran dalam mengendalikan individu dengan diabetes tipe II yang memiliki kadar gula darah tidak terkontrol sehingga bisa mengurangi angka kejadian penyakit diabetes melitus di rumah sakit.

2. Bagi Poltekkes Kemenkes Malang

Sebagai sumber penelitian dan menambah literatur ilmiah khususnya tentang terapi spiritual emosional dan murottal Al-Quran terhadap penurunan kadar gula darah pasien DM Tipe II.

3. Bagi peneliti

Sebagai pengetahuan peneliti terkait *spiritual emotional freedom tehniqe* dan terapi muttoral al quran yang bisa memengaruhi penurunan kadar gula darah pada penderita DM Tipe II.

4. Bagi peneliti lain

Peneliti selanjutnya didorong untuk memperluas penelitian ini dengan memasukkan lebih banyak faktor yang mungkin mempengaruhi penurun kadar gula darah pasien DM Tipe II.