

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Diabetes militus (DM) adalah salah satu penyakit kronis dimana organ pankreas tidak cukup memproduksi insulin atau tubuh tidak efektif dalam menggunakan insulin tersebut. DM termasuk kelompok gangguan metabolik dengan karakteristik hiperglikemi yang terjadi karena kelainan insulin yang disebabkan gangguan kerja dan atau sekresi insulin DM merupakan permasalahan kesehatan yang dianggap penting karena termasuk penyakit tidak menular yang menjadi target tata laksana oleh para pemimpin dunia. Jumlah kasus DM semakin bertambah sampai beberapa tahun yang akan datang (Handayani S, 2018).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2017 menunjukkan lebih dari 200 juta orang di seluruh dunia (3,6% dari populasi) menderita DM. Jumlah penderita Diabetes Mellitus secara global terjadi peningkatan tiap tahunnya, penyebabnya antara lain peningkatan jumlah populasi, usia, obesitas dan kurangnya aktivitas fisik. Diperkirakan 578,4 juta penduduk dengan diabetes pada tahun 2030 dibandingkan 463 juta di tahun 2019 dan tahun 2045 jumlahnya akan meningkat menjadi 700,2 juta. Kasus diabetes secara global meningkat hampir dua kali lipat. Hal ini menandakan adanya kenaikan faktor risiko berat badan yang berlebih atau obesitas. Dalam 10 tahun terakhir, prevalensi DM mengalami kenaikan secara drastis terutama pada negara dengan tingkat penghasilan rendah dan menengah, dibandingkan negara dengan tingkat penghasilan tinggi (Handayani S 2018).

Prevalensi yang diperoleh dari data RISKESDAS (Studi Kesehatan Dasar) 2018, menunjukkan data penderita diabetes melitus di Indonesia pada tahun 2013 dari 6,9% menjadi 8,5% pada tahun 2018 menunjukkan peningkatan pasien diabetes melitus (RISKESDAS, 2018). Seiring meningkatnya angka kejadian diabetes di Indonesia kejadian Diabetes mellitus di provinsi Lampung

meningkat sebesar 1,1 % (2007) menjadi 2,1 % (2015) bahkan menjadi 2,8 % (2018) (Agustriyani F 2022).

DM merupakan penyakit kronis yang tidak dapat disembuhkan tetapi dapat dikendalikan, artinya sekali didiagnosa DM maka seumur hidup penyakit ini akan menyertai sang penderita. Hal inilah yang menyebabkan sebagian besar penderita mengalami beberapa reaksi psikologis yang negatif diantaranya adalah marah, merasa tidak berguna, kecemasan yang meningkat dan depresi. Penderita diabetes melitus mengalami komplikasi psikologis berupa kecemasan, stres, depresi, rasa bersalah, kemarahan, penolakan untuk mengakui kenyataan atau penyangkalan. Salah satu komplikasi psikologis yaitu pasien mengalami kecemasan ketika pasien cemas maka dapat memicu pengeluaran *adrenokortikotropik hormone* (ACTH) yang dapat mengaktifkan sekresi kortikosteroid, kortisol dan meningkatkan hormon glukokortikoid dan katekolamin (Hall, 2016). Kondisi cemas pasien DM menyebabkan peningkatan kadar gula darah yang merupakan sumber energi bagi cairan tubuh dan menyebabkan peningkatan produksi hormon stres yang dapat menyebabkan peningkatan kadar gula darah. Hal ini berkaitan dengan adanya sistem neuroendokrin melalui jalur hipotalamus-hipofisis-adrenal (Aisah S,2023).

Pada tahun 2022 sasaran penanggung jawab penerapan standar pelayanan Puskesmas Kotabumi II khususnya penanggung jawab keperawatan jiwa mengatakan terdapat kasus DM di Lampung Utara khususnya di wilayah kerja Puskesmas Kotabumi II sebanyak 6.093 kasus, pasien yang mengalami dm 5% nya mengalami gangguan psikologis yaitu Ansietas atau kecemasan (Amar, Puskesmas Kotabumi II Lampung Utara, 2024).

Kecemasan adalah gangguan alam perasaan (*affective*) yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas, kepribadian masih tetap utuh, perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal. Pada individu

yang cemas, gejalanya didominasi oleh keluhan psikis (ketakutan dan kekhawatiran), tetapi dapat 3 pula disertai keluhan somatic (fisik) (Hawari, 2014). Penderita diabetes mellitus jika mengalami kecemasan, akan mempengaruhi proses kesembuhan dan menghambat kemampuan aktivitas kehidupan sehari-hari (Stuart, 2016).

Gejala fisik yang sering dialami jika seseorang mengalami kecemasan berat atau tinggi adalah penurunan tenaga, rasa cepat lelah dan sulit tidur yang dapat mempengaruhi perubahan pola makan. Sebagian besar orang mengeluh tidak nafsu makan, namun ada yang mengeluh bahwa makannya semakin tidak terkontrol. Pada pasien diabetes melitus, keadaan ini tentunya akan mempengaruhi pola diet atau pola makan yang sudah ditetapkan. Pasien diabetes melitus yang mengalami kecemasan memiliki kontrol gula darah yang buruk dan meningkatnya gejala-gejala penyakit (Wijayanto & Widya, 2019).

Intervensi yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan dapat diatasi dengan beberapa cara antara lain dengan terapi farmakologi dan non farmakologi, terapi obat seperti anxiolytic dapat mengurangi kecemasan tetapi memiliki efek adiktif, dari pada terapi non obat seperti terapi tawa, psikoterapi, terapi kognitif, distraksi dan relaksasi. Salah satu terapi non obat untuk mengatasi kecemasan adalah teknik distraksi, berbagai jenis teknik distraksi yaitu hipnosis lima jari, terapi jari, aromaterapi dan imajinasi relaksasi. Gangguan untuk mengurangi kecemasan adalah hipnosis lima jari. Metode ini sangat sederhana, tidak butuh waktu lama, tidak memerlukan alat atau bahan khusus untuk menerapkannya. Metode ini hanya membutuhkan konsentrasi dan sensitivitas individu (Aisah S, 2023)

Pemberian terapi hipnosis lima jari diberikan pada keadaan rileks, berfokus pada gambar dan ingatan yang tercipta dengan menyentuh lima jari secara berurutan dan membayangkan ingatan tersebut. Terdapat pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap penurunan kecemasan pasien DM sejalan dengan penelitian Panma Y (2020) Penerapan hipnosis lima jari pada pasien menunjukkan bahwa hipnosis lima jari dapat membuat pasien lebih rileks dan

menurunkan tingkat kecemasan pasien dari cemas berat menjadi cemas sedang. Dan penelitian lain Aisah S (2023), Hasil studi kasus nya menunjukkan hasil perubahan kecemasan yang signifikan pada 15 menit setelah diberikan terapi relaksasi hipnosis lima jari. Menurut penelitian Sandra Pratiwi Y (2021), Penerapan terapi hipnosis lima jari dapat menurunkan kecemasan pada pasien diabetes melitus terhadap kedua responden. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya hasil pengukuran tingkat kecemasan sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) diberikan terapi hipnosis lima jari.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini yaitu Bagaimana penerapan teknik hipnosis lima jari pada pasien diabetes melitus dengan masalah keperawatan ansietas di wilayah kerja Puskesmas Kotabumi II Lampung Utara.

## **C. Tujuan Studi Kasus**

### Tujuan Umum

Memperoleh gambaran dalam melakukan penerapan teknik hipnosis lima jari pada pasien diabetes melitus dengan masalah keperawatan ansietas di wilayah kerja Puskesmas Kotabumi II Lampung Utara.

### Tujuan Khusus

1. Menggambarkan data pada pasien diabetes mellitus yang mengalami masalah keperawatan ansietas.
2. Melakukan penerapan terapi hipnosis lima jari pada pasien diabetes meliitus yang mengalami masalah keperawatan ansietas.
3. Melakukan evaluasi penerapan terapi hipnosis lima jari pada pasien diabetes meliitus yang mengalami masalah keperawatan ansietas.
4. Menganalisis penerapan terapi hipnosis lima jari pada pasien diabetes melitus yang mengalami masalah keperawatan ansietas.

## **B. Manfaat Studi Kasus**

### Manfaat Teoritis

Manfaat hasil studi kasus secara teoritis dapat memberikan sumbangan untuk memperbaiki dan mengembangkan kualitas pendidikan ataupun kualitas asuhan keperawatan, khususnya yang berkaitan dengan penerapan Teknik hipnosis lima jari pada pasien diabetes melitus yang mengalami masalah keperawatan ansietas.

### Manfaat Praktis

#### 1. Manfaat Bagi Peneliti/Mahasiswa

Hasil dari studi kasus ini penulis dapat mengaplikasikan pengetahuan yang didapat dari pengalaman nyata dalam penerapan terapi pada pasien diabetes melitus dengan masalah keperawatan ansietas serta dapat meningkatkan dan mengasah wawasan dan keterampilan khususnya bagaimana merawat pasien dengan pasien yang mengalami masalah keperawatan ansietas

#### 2. Manfaat Bagi Instansi Terkait (Puskesmas KotaBumi II)

Hasil dari studi kasus ini dapat memberikan manfaat khususnya menambah pengetahuan dan referensi bacaan bagi perawat Puskesmas Kotabumi II dan menjadi salah satu cara menurunkan ansietas yang belum pernah dilakukan sebelumnya oleh perawat Puskesmas Kotabumi.

#### 3. Manfaat Bagi Pasien dan Keluarga

Studi kasus Teknik Hipnosis Lima Jari ini bermanfaat untuk pasien Diabetes Militus yang mengalami masalah keperawatan Ansietas, manfaat dari Teknik ini untuk mengurangi tanda dan gejala ansietas, selain itu Teknik ini juga dapat bermanfaat bagi keluarga untuk menambah pengetahuan tentang merawat keluarga yang mengalami masalah keperawatan ansietas, sehingga mempercepat proses penyembuhan penyakitnya.