

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Menurut *American Diabetes Association (ADA) 2019*, Diabetes Mellitus (DM) ialah sebyah gangguan metabolisme akut dengan banyak etiologi yang selalu dicirikan dengan tingginya kadar gula darah yang diikuti oleh gangguan metabolisme karbohidrat, lipid serta protein sebagai akibat dari ketidakmampuan fungsi kerja dari insulin. Kondisi hiperglikemia akut dari diabetes berkaitan dengan kerusakan jangka panjang, gangguan fungsi serta kegagalan beberapa organ khususnya ginjal, jantung, mata, saraf, serta pembuluh darah. Ada 4 jenis diabetes mellitus, yakni diabetes mellitus tipe 1, diabetes mellitus tipe 2, diabetes mellitus tipe lain, serta diabetes mellitus gestasional.

IDF (*Internasional Diabetes Federation, 2021*) menyatakan bahwa pada tahun 2021 jumlah penderita diabetes dalam skala internasional yang berumur 20-79 tahun berada pada angka 537 juta jiwa dan di prediksi akan bertambah menjadi 784 juta jiwa di tahun 2045. Total penderita diabetes pada tahun 2021 tersebut meningkat pesat dalam 10 tahun terakhir. Pada tahun 2021 pula Indonesia masuk dalam 10 negara tertinggi dengan penderita diabetes, yaitu di urutan ke-5 tertinggi dengan jumlah kurang lebih 20 juta jiwa setelah china di urutan tertinggi pertama lalu India, Pakistan dan USA. Jumlah penderita diabetes pada tahun 2021 tersebut meningkat pesat dalam

sepuluh tahun terakhir.

Prevalensi penderita diabetes di Kalimantan Timur menurut data dari Riskesdas pada tahun 2018 ialah mencapai 2,3 % diagnosis dokter. Jika Badan Pusat Statistik (BPS) provinsi Kaltim menunjukkan hasil data sensus terakhir yaitu pada tahun 2021 dengan hasil proyeksi 3.708.936 jiwa, maka jumlah penderita diabetes di provinsi Kalimantan Timur sendiri sangat banyak yaitu sekitar 85.306 jiwa.

Menurut World Health Organization (WHO) 2016. 3,7 juta kematian di dunia diakibatkan oleh DM ataupun komplikasi dari DM itu sendiri, Jumlah penderita DM tertinggi berada di wilayah South-East Asia serta Western Pacific, dimana jumlah kasusnya mencapai separuh dari total seluruh penderita DM di seluruh penjuru dunia. Hal ini menunjukkan bahwa adanya tingkat kematian pada penderita DM jika tidak segera di atasi dan dilakukan pencegahan.

Komplikasi kronis dari DM yaitu gangguan mikrovaskular dan makrovaskular. Mikrovaskular yaitu kategori komplikasi yang terjadi pada saat penyakit tersebut menimbulkan kerusakan pada pembuluh darah kecil. Adapun jenis komplikasi yang dapat ditimbulkan antara lain kerusakan mata, saraf, serta ginjal, sedang makrovaskular yaitu terjadi pada saat penyakit DM sudah menimbulkan kerusakan pada pembuluh darah besar. Beberapa komplikasi yang dapat ditimbulkan diantaranya gangguan aliran darah, penyakit jantung, serta stroke (Hartanti et al,2013).

Diabetes mellitus ataupun lazim dikenal dengan kencing manis ini sering kali dijumpai pada kelompok lansia, namun tidak jarang banyak usia muda yang mengalami penyakit tersebut dikarenakan gaya hidup yang tidak sehat misal pola makan yang tidak teratur dan jarang berolahraga (Suprapti, 2019). Namun selain penyebab tersebut ada faktor lain seperti stres dan beban pikiran yang menjadi pemicu diabetes mellitus ini, di mana adrenalin bermain peran dalam hal ini (Andhika, 2018)

Ada beberapa strategi dan kebijakan intervensi yang efektif untuk menghentikan peningkatan jumlah orang yang mengalami penyakit diabetes yaitu dengan penanggulangan diabetes mellitus yang diklasifikasikan kedalam 5 pilar diantaranya edukasi, perencanaan makan, latihan jasmani, intervensi farmakologis serta pemeriksaan gula darah (Arifianto et al, 2019). Namun seiring berkembangnya zaman saat ini sudah ditemukan terapi lain untuk membantu mengatasi permasalahan kesehatan pasien yaitu terapi komplementer. Adapun terapi komplementer dikenal dengan terapi tradisional yang digabungkan didalam pengobatan modern, Terapi Komplementer ialah pemakaian terapi tradisional kedalam pengobatan modern. (Rufaidah et,al 2018)

Contoh terapi komplementer diantaranya terapi herbal, latihan nafas, meditasi, serta relaksasi. Sekarang ini teknik relaksasi sudah dikembangkan, salah satu diantaranya ialah relaksasi benson yang

sederhana dan gampang digunakan serta tidak perlu biaya yang mahal, juga ialah perpaduan dari teknik respon relaksasi dan sistem keyakinan setiap individu (faith factor) (Ekowati & Iskandar, 2013).

Perhatian spiritual berbasis benson relaksasi pada penderita DM membantu pasien meningkatkan fokus pada keadaan menderita Diabetes Mellitus tipe 2 tanpa berusaha mempersalahkan diri sendiri, orang lain, serta lingkungan yang dapat membuat penderita stress, akibatnya individu lebih nyaman serta merasakan ketenangan. Adapun intervensi tersebut berpengaruh pada pengurangan rata-rata gula darah pengidap DM tipe 2 (Rohmawati & Helmi, 2020).

Kelebihan dari terapi dengan benson ini yakni lebih mudah dilaksanakan dimanapun serta kapanpun serta tanpa memiliki efek samping (Solehati & kokasih, 2015). Disamping uraian diatas yang telah dipaparkan, penelitian terkait terapi Benson ini juga telah banyak dilakukan serta terdukungnya dengan jurnal penelitian yang sudah banyak dipublikasikan sehingga riset ini dapat dilaksanakan dengan metode Literature review.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melaksanakan riset terkait “Pengaruh Terapi Benson Terhadap Penurunan Kadar Gula darah pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2” dengan menggunakan metode Literature Review sehingga bisa mencegah terjadinya peningkatan ketidakstabilan kadar gula darah pada pengidap Diabetes Melitus tipe 2.

B. Rumusan Masalah

Berlandaskan pemaparan latar belakang diatas, maka rumusan masalahnya ialah “Apakah Terdapat Pengaruh Terapi benson Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 ?”

C. Tujuan Penelitian

Penulisan skripsi dalam bentuk *Literature Review* untuk mengetahui apakah ada pengaruh dari pemberian Terapi Benson terhadap kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Diharapkan dapat bermanfaat serta dapat menambah bahan bacaan, sumber referensi tentang Terapi Benson terhadap Penurunan Kadar gula darah pada pasiem DM Tipe 2 atau bahan rujukan bagi mahasiswa lain yang mencari masukan atau referensi dalam pengembangan penelitian.

2. Bagi mahasiswa

Diharapkan penelitian ini mampu menambah wawasan baru serta digunakan dalam proses pembelajaran khususnya di bidang keperawatan terkait terapi komplementer yaitu terapi benson.

3. Bagi Peneliti

Hasil riset diharapkan bisa menjadi pengalaman didalam memperbanyak wawasan serta pengetahuan tentang Terapi

Benson terhadap Penurunan Kadar gula darah pada pasien DM Tipe 2 serta bisa menganalisis sebuah masalah dengan menerapkan cara berpikir yang ilmiah.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bisa dimanfaatkan sebagai bahan perbandingan serta data yang bisa menjadi bahan rujukan didalam proses riset berikutnya tentang Terapi Benson terhadap Penurunan Kadar gula darah pada pasien DM Tipe 2, sehingga peneliti berikutnya mampu mendapatkan inovasi baru, berkualitas dan bisa memberikan manfaat bagi orang banyak.

E. Keaslian Penelitian

1. Riset yang pertama dilakukan oleh Putu Indah Sintya Dewi, Ni Made Dwi Yunica Astriani, I Made Sundayana, Made Mahaguna Putra, Ni Kadek Ita Ariani (2020) dengan judul riset mereka yaitu "Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2". Adapun riset menerapkan metode riset melalui desain pra-eksperimental yaitu *one group pretest and posttest design*, untuk tekniknya sendiri riset tersebut menerapkan teknik sampling *non probability sampling* melalui teknik sampling jenuh. Penelitian tersebut menggunakan sampel sebanyak 40 orang yang menderita DM. Persamaan riset ini dengan riset yang akan dilaksanakan ialah sama-sama membahas terkait ada tidaknya pengaruh terapi benson atas

pengurangan kadar gula darah pada pengidap DM tipe 2. Untuk perbedaannya sendiri terletak pada metode penelitian dan pengambilan sampel dengan *nonprobability sampling* dan memakai desain pra eksperimental yaitu *one group pre-test post-test design*.

2. Riset yang kedua yaitu penelitian yang dilakukan Diah Ratnawati, Tatiana Siregar dan Chandra Tri Wahyudi (2018) yang berjudul “Terapi Relaksasi Benson Termodifikasi Efektif Mengontrol Gula Darah pada Lansia dengan Diabetes Mellitus” riset tersebut menerapkan metode dengan desain *quasi experimental pre and post-test with control group* melalui pemberian terapi relaksasi benson termodifikasi. Riset tersebut menggunakan analisis univariat melalui distribusi frekuensi dalam bentuk nilai presentase karakteristik dari responden yaitu jenis kelamin, umur, total penghasilan keluarga, serta tingkat pendidikan. Untuk analisis bivariat mereka memanfaatkan analisa *Man Whitney U-test* sebab guna mengetahui apakah gula darah mempunyai pengaruh ataukah tidak. Untuk sampel penelitian tersebut mengambil kelompok kontrol sebanyak 36 orang. Persamaan riset ini dengan riset yang akan dilaksanakan ialah sama-sama membahas terkait pengaruh terapi Benson terhadap penderita penyakit DM tipe 2 serta menganalisis bagaimana pengaruh terapi benson ini terhadap penderita penyakit DM tipe 2. Perbedaan riset ini dengan riset yang dilaksanakan Diah Ratnawati, Tatiana Siregar dan Chandra Tri

Wahyudi (2018) yaitu memakai *quasi experimental pre and post-test with control group* dan subjek riset yakni lansia yang mengalami DM.

3. Penelitian yang yang ketiga yaitu penelitian yang dilakukan oleh Kusnaningsih A. (2019) yang berjudul “Relaksasi Benson Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Penderita DM di Wilayah Kerja Puskesmas Pahandut Palang Raya” dilakukan di Puskesmas Palang Karaya. Penelitian tersebut dilakukan dengan pengabdian masyarakat melalui pendidikan kesehatan seputar penyakit DM. Sasaran primer penelitian tersebut ialah pasien diabetes melitus serta termasuk anggota Posyandu Lansia Eka Harapan di Wilayah Kerja Puskesmas Pahandut Palangka Raya, sampel yang diambil sejumlah 32 responden. Adapun target sekunder ialah kader posyandu lansia Eka Harapan di Wilayah Kerja Puskesmas Pahandut Palangka Raya sejumlah 5 responden. Persamaan riset ini dengan riset yang akan dilaksanakan oleh yakni pembahasannya terkait terapi benson dan kadar gula dalam darah dan sama-sama ingin mengetahui bagaimana efektivitas terapi benson pada kadar gula darah pasien Diabetes Melitus. Perbedaannya riset ini dengan riset yang akan dilaksanakan oleh yaitu penelitian ini untuk pengabdian masyarakat dan mengaplikasikan hasil riset lainnya terkait Efektifitas Relaksasi Benson atas kadar gula darah pasien DM.