

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Fluktuasi kadar gula darah yang mungkin lebih tinggi atau lebih rendah dari normal disebut sebagai ketidakstabilan gula darah. Kelelahan atau lesu, kadar glukosa darah rendah atau tinggi, berkeringat, tremor, lapar, pusing, mengantuk, kesulitan berbicara, dan kehilangan kesadaran merupakan tanda dan gejala (PPNI, 2017). Glukosa diproduksi oleh metabolisme gula lain di hati dan oleh glukosa darah, yang sebagian besar diserap ke dalam aliran darah. Hiperglikemia pada penderita diabetes melitus dapat disebabkan oleh gangguan toleransi glukosa, resistensi insulin, dan disfungsi pankreas, yang semuanya dapat mengakibatkan kadar gula darah yang tidak menentu. Ketidakpatuhan terhadap diet dan pengobatan dapat mengakibatkan resistensi insulin, yang pada gilirannya menyebabkan kadar glukosa darah yang tidak menentu dan kecenderungan untuk meningkat (Tandra, 2019).

Diabetes melitus adalah penyakit metabolik di mana hiperglikemia disebabkan oleh ketidakmampuan pankreas untuk memproduksi insulin, gangguan aktivitas insulin, atau kombinasi keduanya (American Diabetes Association, 2020). Diabetes melitus adalah kondisi rumit yang tidak dapat dijelaskan secara langsung. Sebaliknya, diabetes melitus adalah kondisi kronis yang disebabkan oleh ketidakmampuan tubuh untuk memproduksi insulin, yang mengakibatkan tingginya kadar glukosa darah (GDS). Namun, secara umum dapat dilihat sebagai sekumpulan masalah kimia dan anatomi yang disebabkan oleh sejumlah faktor (Decroli, 2019).

Diabetes melitus memengaruhi sekitar 180 juta orang di seluruh dunia, menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Angka ini dapat meningkat dua atau empat kali lipat pada tahun 2030 jika tidak ditangani secara serius dan segera. Jumlah penderita diabetes melitus terus meningkat antara tahun 2000 dan 2005, bahkan ada yang meninggal dunia (Siregar dkk., 2021). Federasi Diabetes

Internasional (IDF) memperkirakan bahwa pada tahun 2019, sekitar 463 juta orang di seluruh dunia berusia antara 20 dan 79 tahun menderita diabetes melitus.

Jumlah global individu yang terdiagnosis diabetes melitus adalah sekitar 536,6 juta (10,5%) pada tahun 2021, dan diperkirakan akan meningkat menjadi sekitar 783,2 juta (12,2%) pada tahun 2045. Diabetes melitus dikategorikan sebagai penyakit kronis dan saat ini merupakan penyebab kematian kesembilan terbanyak di seluruh dunia (Yarnita dkk., 2023). Asia Tenggara memiliki populasi penderita diabetes terbesar ketiga, dengan total 90,2 juta orang. Di kawasan ini, Indonesia berada di posisi kelima dari sepuluh negara dengan tingkat diabetes tertinggi, dengan 19,5 juta kasus (International Diabetes Federation, 2021). Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018), prevalensi diabetes melitus di Indonesia adalah 2%. Angka ini meningkat dari 1,5% yang dilaporkan dalam survei Riskesdas 2013 oleh Kementerian Kesehatan (2020).

Provinsi DKI Jakarta memiliki populasi yang padat dan jumlah kasus diabetes melitus tertinggi, yang terus meningkat setiap tahunnya. Sebuah studi oleh (Ramadhani dkk., 2022) menunjukkan bahwa prevalensi diabetes melitus tertinggi terdapat pada perempuan usia 20-25 tahun, yaitu mencapai 23,73%.

Peraturan Pemerintah Nomor 2 Tahun 2018, beserta Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 100 Tahun 2018 dan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 4 Tahun 2019, menetapkan bahwa pemerintah daerah bertanggung jawab atas pengelolaan diabetes melitus. Semua individu yang terdiagnosis dengan kondisi ini akan diberikan layanan kesehatan rutin bulanan, yang meliputi pemantauan gula darah, edukasi, pengobatan, dan rujukan bila diperlukan. Tujuan dari program ini adalah untuk membantu pasien dalam mengelola kesehatannya, mencegah komplikasi, dan meminimalkan risiko kematian dini (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Diabetes melitus adalah kondisi kesehatan jangka panjang yang tidak dapat disembuhkan. Oleh karena itu, sangat penting untuk menanganinya dengan serius dan meningkatkan kebiasaan hidup sehat. Hal ini dapat dilakukan melalui lima tindakan utama: mempelajari kondisi tersebut, mengatur pola makan, minum obat, berolahraga, dan memantau kadar gula darah. Perawat sangat penting sebagai tenaga kesehatan dalam memberikan saran, mencegah masalah, merawat pasien, dan membantu mereka pulih untuk menghindari masalah kesehatan lebih lanjut.

Perawat berperan penting dalam mengendalikan kadar gula darah dengan menangani gula darah tinggi baik dengan obat-obatan maupun strategi lainnya. Dalam menangani gula darah tinggi, perawat bekerja sama dengan tenaga kesehatan profesional lainnya, seperti dokter, untuk merekomendasikan pengobatan yang sesuai. Untuk mengelola gula darah tinggi tanpa obat, perawat menekankan pola makan, perubahan kebiasaan sehari-hari, dan aktivitas fisik.

Pengamatan perawatan diabetes di Bangsal HCU 2 RS Bhayangkara Kelas I, Pusdokkes Polri, menunjukkan bahwa fokus utama adalah pemberian obat dan pengaturan pola makan pasien diabetes, sementara aktivitas fisik mereka tetap minimal. Untuk menurunkan kadar gula darah, metabolisme tubuh yang efektif selama berolahraga sangatlah penting. Hal ini membutuhkan rencana perawatan yang komprehensif. Sebuah studi yang dilakukan oleh Istiqomah dan Yuliyani menyoroti bahwa latihan yang bermanfaat untuk menurunkan gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 meliputi latihan aerobik, sesi kebugaran khusus diabetes, penggunaan treadmill, dan jalan cepat. Selain itu, metode yang disebut relaksasi otot progresif diketahui bermanfaat dalam menurunkan kadar gula darah.

Observasi di bagian rawat inap HCU 2 menunjukkan bahwa mayoritas pasien diabetes tetap di tempat tidur. Selain itu, banyak individu menghadapi tantangan akibat cedera kaki, yang menghambat mereka melakukan aktivitas fisik seperti senam, aerobik, berjalan di atas treadmill, dan berjalan cepat. Namun, relaksasi otot progresif masih dapat digunakan untuk pasien yang harus berbaring di tempat tidur.

Relaksasi otot progresif melibatkan prosedur dua langkah: awalnya, kontraksi otot dilakukan, diikuti dengan pelepasan ketegangan untuk mencapai relaksasi. Prosedur ini tidak menuntut kreativitas, ketekunan, atau saran (Ginting, Sutejo, dan Silalahi, 2022). Terapi relaksasi otot progresif menawarkan keuntungan yang cukup besar bagi individu dengan diabetes melitus, mendorong penulis untuk meneliti terapi Relaksasi Otot Progresif (ROP) sebagai alternatif yang berharga untuk populasi ini.

Relaksasi otot progresif merupakan pendekatan keperawatan yang dapat digunakan untuk menangani individu dengan diabetes melitus (Juniarti, Nurbaiti, dan Surahmat, 2021). Karena penderita diabetes melitus tipe 2 tidak cukup aktif secara fisik, seringkali sulit bagi mereka untuk mempertahankan kadar glukosa darah dalam kisaran normal (Meilani, Alfikrie, dan Purnomo, 2020). Sejumlah wawancara dengan pasien diabetes mengungkapkan bahwa mereka tidak familiar dengan relaksasi otot progresif (ROP). Meskipun mereka mengonsumsi obat, empat dari enam penderita diabetes tipe 2 memiliki kadar gula darah di atas 200 mg/dL. Selama tiga hari berturut-turut, pasien menjalani terapi relaksasi otot progresif selama 10 hingga 15 menit setiap pagi. Peneliti menggunakan glukometer untuk mengukur kadar glukosa darah sebelum intervensi dan kemudian mengevaluasinya kembali setelah intervensi. Lima belas menit sebelum menerima suntikan insulin, pasien menjalani perawatan. Pasien menjalani tes gula darah acak (RBS) sebelum intervensi. Evaluasi RBS dilakukan kembali 15 menit setelah intervensi.

Berdasarkan kejadian tersebut di atas, dapat disimpulkan bahwa diabetes melitus (DM) merupakan penyakit yang paling umum di unit rawat inap HCU 2, Rumah Sakit Bhayangkara, Kelas I, Pusat Kesehatan Kepolisian Nasional. Para penulis menyimpulkan bahwa tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan asuhan keperawatan pada pasien diabetes dan penggunaan Relaksasi Otot Progresif (RPOD) untuk mengatasi masalah keperawatan berupa kadar glukosa darah yang tidak menentu.

Dengan menawarkan metode Relaksasi Otot Progresif di HCU 2 RS Bhayangkara Kelas I Pusat Medis Kepolisian Nasional, penulis bertujuan untuk memberikan asuhan keperawatan dengan judul "Asuhan Keperawatan pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 1 yang Mengalami Masalah Kadar Glukosa Darah Tidak Stabil" sebagai respon terhadap situasi tersebut.

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah memberikan dukungan keperawatan kepada pasien diabetes yang mengalami fluktuasi kadar gula darah dengan menggunakan teknik Relaksasi Otot Progresif di Unit Gawat Darurat 2 RS Bhayangkara Kelas I, Puskesmas Polri.

2. Tujuan Khusus

- a. Meninjau hasil pengkajian dan memahami informasi pengkajian untuk pasien diabetes tipe 1 yang memiliki kadar gula darah tidak stabil di Unit Gawat Darurat 2 RS Bhayangkara Kelas I, Puskesmas Polri.
- b. Mengidentifikasi diagnosis keperawatan untuk pasien diabetes yang mengalami perubahan kadar gula darah di Unit Gawat Darurat 2 RS Bhayangkara Kelas I, Puskesmas Polri.
- c. Menyusun rencana asuhan keperawatan untuk pasien diabetes yang mengalami fluktuasi kadar gula darah di Unit Gawat Darurat 2 RS Bhayangkara Kelas I, Puskesmas Polri.
- d. Menerapkan metode untuk mengelola kadar gula darah yang berfluktuasi dengan menggunakan Relaksasi Otot Progresif di HCU 2 RS Bhayangkara, Kelas I, Pusat Kesehatan Polri.
- e. Menentukan hasil evaluasi keperawatan untuk pasien diabetes tipe 1 yang memiliki masalah terkait kadar gula darah tidak teratur dengan menerapkan Relaksasi Otot Progresif di HCU 2 RS Bhayangkara, Kelas I, Pusat Kesehatan Polri.
- f. Mengenali faktor-faktor yang membantu dan menghambat proses tersebut, dan mencari pilihan atau alternatif untuk mengatasi masalah tersebut.

C. Manfaat Penulisan

1. Bagi Mahasiswa

Makalah penelitian akhir ini, yang ditujukan bagi perawat, diharapkan dapat menjadi sumber daya berharga dalam memandu asuhan keperawatan bagi individu dengan diabetes melitus. Dokumen ini mengkaji individu yang menghadapi masalah keperawatan terkait dengan perubahan kadar glukosa darah dan menekankan penggunaan Relaksasi Otot Progresif (ROP).

2. Bagi Rumah Sakit

Penelitian ini diharapkan dapat membantu dalam memberikan asuhan keperawatan kepada pasien yang didiagnosis diabetes melitus dengan memberikan analisis ilmiah dan data referensi. Penelitian ini juga dapat berkontribusi dalam meningkatkan standar perawatan medis bagi pasien dan memberikan saran tentang cara memberikan asuhan keperawatan kepada pasien diabetes melitus yang memiliki kadar gula darah yang tidak menentu.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Tujuannya adalah menjadi sumber dan panduan bacaan bagi mahasiswa yang ingin meningkatkan pengetahuan mereka tentang perawatan keperawatan bagi penderita diabetes yang menghadapi masalah terkait perubahan kadar glukosa darah.

4. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan artikel penelitian ini akan membantu pertumbuhan pengetahuan keperawatan medis-bedah dan bertindak sebagai sumber daya bagi perawat untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman mereka tentang perawatan bagi individu yang hidup dengan diabetes.