

PENELITIAN

**PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP TINGKAT
GANGGUAN TIDUR PADA PASIEN PASKA OPERASI
LAPARATOMI DI IRNA B
(TERATAI) DAN IRNA AMBUN PAGI
RSUP DR. M. DJAMIL PADANG**

Penelitian Keperawatan Medikal Bedah



**FARIDDAH FAHMI
BP. 05921026**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2012**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus (DM) adalah penyakit yang ditandai dengan tingginya kadar glukosa dalam darah yang pada dasarnya terjadi akibat tubuh kekurangan hormon insulin yang merupakan zat yang diproduksi oleh kelenjer pankreas. Kekurangan ini dapat berupa jumlah produksi insulin yang kurang atau jumlahnya cukup tetapi kerjanya kurang optimal (Kariadi, 2009).

DM merupakan ancaman yang serius bagi manusia karena dapat menjadi penyebab kebutaan dan amputasi paling sering di luar kecelakaan. (Tandra, 2008). DM telah mengenai hampir 200 juta jiwa penduduk dunia dan diperkirakan akan meningkat menjadi 333 juta jiwa pada tahun 2025. Setengah dari angka tersebut terjadi di negara berkembang, termasuk di Indonesia yang menempati urutan ke empat tertinggi di dunia dengan total penderita 8,4 juta jiwa, sedangkan angka kematian akibat komplikasi DM, Indonesia menempati urutan ketujuh di dunia dengan jumlah 3,2 juta jiwa (Maifil, 2010).

DM sering dikatakan sebagai penyakit yang tidak bisa disembuhkan karena merupakan penyakit dengan komplikasi paling banyak yang berkaitan dengan peningkatan glukosa darah sehingga berakibat terhadap rusaknya pembuluh darah, saraf dan struktur internal lainnya. Hal inilah yang membuat para penderita DM mengalami stres karena mereka selalu dihadapkan dengan rasa takut akan cacat fisik bahkan kematian (Tandra, 2008).

Nugroho (2010) menyatakan stres yang dialami penderita DM tersebut dapat berakibat pada gangguan pengontrolan kadar glukosa dalam darah yang disebabkan oleh produksi kortisol berlebih yaitu, suatu hormon yang mengurangi sensitivitas tubuh terhadap insulin sehingga membuat glukosa di dalam tubuh lebih sulit untuk memasuki sel yang mengakibatkan kadar glukosa dalam darah meningkat. Keadaan ini dapat menyebabkan diabetesi lebih rentan terhadap infeksi dan komplikasi jangka panjang seperti, penyakit mata, ginjal, atau saraf. (Ivancevich, 2007).

Penatalaksanaan non-medis yang dapat diberikan pada penderita DM untuk mencegah meningkatnya glukosa darah terkait dengan stres yang dialaminya adalah dengan cara menghindari atau mengurangi stressor serta mengembangkan keterampilan coping penderita DM yang bersifat adaptif. Dengan kata lain, untuk mengendalikan stres perlu dilakukan suatu pengelolaan terhadap stres tersebut yang lebih dikenal dengan istilah manajemen stres (Ivancevich, 2007).

Menurut Kashalikar (2005) manajemen stres merupakan suatu cara yang sistematis dan berguna untuk mewujudkan pemahaman seseorang tentang stres dan pengendaliannya yang terdiri dari berbagai metode seperti, olahraga teratur, meditasi, teknik relaksasi, terapi musik, terapi visualisasi dan sebagainya, namun yang mudah dilakukan dalam penanganan stres adalah dengan teknik relaksasi. Ada beberapa jenis teknik relaksasi antara lain relaksasi nafas dalam, meditasi, visualisasi, pijat, tawa, yoga, biofeedback dan taichi. Jika individu melakukan relaksasi ketika ia mengalami stres, maka reaksi-reaksi fisiologis yang dirasakan individu akan berkurang, karena meningkatnya ventilasi di paru-paru dan seluruh

otot, mengakibatkan penurunan hormon adrenalin sehingga menghambat sekresi berlebihan dari hormon kortisol. Selain itu, individu tersebut juga akan merasa rileks dan apabila kondisi fisiknya sudah rileks, kondisi psikisnya juga akan tenang (Mistra, 2008).

Dalam pelaksanaannya manajemen stres dapat diajarkan kepada penderita DM melalui edukasi karena edukasi merupakan salah satu dari empat pilar utama penatalaksanaan penyakit DM. Herawani (2002) juga mengatakan bahwa memberikan edukasi tentang manajemen stres merupakan salah satu bentuk asuhan keperawatan pada penderita DM terkait dengan peran perawat sebagai pendidik (*educator*) yang juga bertujuan mencegah terjadinya peningkatan kadar glukosa darah. Edukasi pada penderita DM merupakan suatu hal yang amat penting dalam regulasi glukosa darah penderita DM dan mencegah atau setidaknya menghambat munculnya penyulit kronik maupun penyulit akut yang ditakuti oleh penderita. Dalam hal ini diperlukan kerjasama yang baik antara penderita DM dan keluarganya dengan tenaga kesehatan yang memberikan edukasi tersebut. (Hiswani, 2010).

Edukasi diperlukan karena penyakit diabetes merupakan penyakit yang berhubungan erat dengan stres dan gaya hidup. Pengobatan diabetes memerlukan keseimbangan antara beberapa kegiatan yang merupakan bagian integral dari kegiatan rutin sehari-hari seperti makan, tidur, bekerja dan olahraga ataupun latihan fisik lainnya yang berfungsi sebagai relaksasi. Berhasilnya pengobatan diabetes tergantung pada kerja sama antara petugas kesehatan dengan penderita dan keluarganya. Penderita DM yang mempunyai pengetahuan cukup tentang

diabetes dan manajemen stres selanjutnya akan mengubah perilakunya sehingga dapat mengendalikan kondisi penyakitnya dengan tetap mengontrol kadar glukosa darah. (Hiswani, 2010).

Tujuan edukasi pada dasarnya adalah untuk meningkatkan pengetahuan penderita DM terhadap penyakit yang dideritanya sehingga mereka dapat mengendalikan penyakitnya dan mengontrol kadar glukosa darah dalam keadaan mendekati normal dan dapat mencegah komplikasi. Tujuan lainnya dari edukasi ini adalah agar penderita DM mampu melakukan perawatan mandiri sehingga dapat mengetahui kapan harus berobat ke pelayanan kesehatan untuk mendapatkan pengarahan yang lebih lanjut. Edukasi yang cukup akan menghasilkan kontrol diabetes yang baik dan mencegah atau mengurangi perawatan di rumah sakit. Sebagai contoh adalah pemeliharaan kaki yang baik akan mengurangi jumlah amputasi. (Hiswani, 2010).

Hasil penelitian yang dilakukan Nugraheni (2006) ditemukan sekitar 90% penderita DM yang dirawat di RSUD Yogyakarta mengalami stres dan 60% diantaranya mengalami stres sedang dan berat dengan kadar glukosa darah yang tinggi. Hal ini dikarenakan banyak dari mereka yang banyak berasumsi bahwa penyakit gula atau DM ini tidak bisa disembuhkan.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti tanggal 27 Maret 2012 terhadap tiga orang penderita DM tipe II di wilayah kerja Puskesmas Kurai Taji Kota Pariaman, ditemukan ketiganya mengalami stres dengan kadar glukosa darah rata-rata berada diatas 200 mg/dl. Selain itu, dari hasil wawancara dengan ketiga penderita DM tersebut, selama menderita DM mereka sudah pernah membaca

majalah, artikel atau koran tentang masalah DM dan juga mendengar penyuluhan tentang DM melalui televisi ataupun petugas kesehatan setempat, tapi mereka belum ada mengetahui atau mendengar salah satu faktor predisposisi yang dapat meningkatkan glukosa darah adalah stres.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti merasa tertarik untuk meneliti apakah ada pengaruh pemberian edukasi tentang manajemen stres terhadap stres dan kadar glukosa darah pada penderita DM tipe II di wilayah kerja Puskesmas Kurai Taji Kota Pariaman Tahun 2012.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan di atas dapat ditetapkan suatu masalah penelitian sebagai berikut: “apakah ada pengaruh pemberian edukasi tentang manajemen stres terhadap stres dan kadar glukosa darah pada penderita DM tipe II di wilayah kerja Puskesmas Kurai Taji Kota Pariaman Tahun 2012?”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian adalah untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian edukasi tentang manajemen stres terhadap stres dan kadar glukosa darah pada penderita DM tipe II di wilayah kerja Puskesmas Kurai Taji Kota Pariaman Tahun 2012.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi stres sebelum edukasi tentang manajemen stres pada penderita DM tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Kurai Taji Kota Pariaman Tahun 2012.
- b. Mengidentifikasi stres sesudah edukasi tentang manajemen stres pada penderita DM tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Kurai Taji Kota Pariaman Tahun 2012.
- c. Menganalisa perbedaan stres penderita DM sebelum dan sesudah dilakukan edukasi tentang manajemen stres pada penderita DM tipe II di wilayah kerja Puskesmas Kurai Taji Kota Pariaman Tahun 2012.
- d. Mengidentifikasi kadar glukosa darah sebelum edukasi tentang manajemen stres pada penderita DM tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Kurai Taji Kota Pariaman Tahun 2012.
- e. Mengidentifikasi kadar glukosa darah sesudah edukasi tentang manajemen stres pada penderita DM tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Kurai Taji Kota Pariaman Tahun 2012.
- f. Menganalisa perbedaan kadar glukosa darah penderita DM sebelum dan sesudah dilakukan edukasi tentang manajemen stres pada penderita DM tipe II di wilayah kerja Puskesmas Kurai Taji Kota Pariaman Tahun 2012.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan bagi Puskesmas Kurai Taji Kota Pariaman, agar lebih memperhatikan stres sebagai faktor pencetus meningkatnya kadar glukosa darah pada penderita DM dan salah satu bentuk penanganan awal yang mudah dilakukan adalah manajemen stres dengan teknik relaksasi

2. Bagi Penderita dan Keluarga

Dengan diberikannya edukasi personal, penderita DM yang mengalami stres dapat menerapkan pentingnya manajemen stres dengan teknik relaksasi dan keluarga sebagai orang terdekat penderita juga ikut terlibat dalam kesembuhan penderita, sehingga stres yang dialami penderita sebagai salah satu faktor pencetus tingginya kadar gula darah dapat dicegah.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Menambah wawasan dan referensi perawat di komunitas atau di puskesmas dalam melakukan penyuluhan tentang stres dapat meningkatkan glukosa darah dan salah satu penanganan yaitu dengan manajemen stres menggunakan teknik relaksasi.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan dasar untuk melakukan penelitian selanjutnya terkait dengan pengaruh edukasi personal manajemen stres terhadap penurunan tingkat stres dan kadar glukosa darah pada pasien DM

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Adapun hal yang dapat disimpulkan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Terdapat penurunan stres pada responden sesudah dilakukan edukasi tentang manajemen stres pada penderita DM tipe II di wilayah kerja Puskesmas Kurai Taji Kota Pariaman tahun 2012
2. Terdapat penurunan kadar glukosa darah sesudah dilakukan edukasi tentang manajemen stres pada penderita DM tipe II di wilayah kerja Puskesmas Kurai Taji Kota Pariaman tahun 2012

B. Saran

1. Institusi Puskesmas
Membuat kebijakan terkait pemberian edukasi tentang manajemen stres terhadap penurunan stres dan kadar glukosa darah, sehingga dapat meningkatkan mutu pelayanan keperawatan serta loyalitas dan kepuasan pasien terhadap pelayanan kesehatan di masyarakat.
2. Penderita DM
Menyarankan kepada penderita DM untuk dapat menerapkan teknik relaksasi dalam mengurangi gangguan stres yang dialaminya, sehingga resiko lanjut dari gangguan stres dan meningkatnya kadar glukosa darah

dapat dicegah sehingga dapat membantu meningkatkan status kesehatan penderita DM.

3. Bidang Kesehatan

Bisa menambah informasi dan pengetahuan dalam bidang kesehatan yang bersifat terapi *non farmakologis* sehingga bisa membantu mengurangi efek samping pemakaian obat-obatan kimia khususnya pada penderita DM di wilayah kerja Puskesmas Kurai Taji yang mengalami stres dan kadar glukosa darahnya tinggi.

4. Penelitian selanjutnya

Disarankan agar peneliti selanjutnya dapat memberikan edukasi tentang manajemen stres dengan teknik relaksasi dengan frekuensi lebih sering dan lebih memperhatikan waktu pelaksanaan sehingga dapat diterapkan oleh penderita DM yang mengalami stres sehingga kadar glukosa darahnya juga dapat terkontrol dengan baik