

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Menurut *American Diabetes Association* (ADA, 2020), diabetes melitus merupakan sekelompok penyakit metabolik kronis yang ditandai oleh tingginya kadar glukosa darah akibat kekurangan produksi insulin, gangguan fungsi insulin, atau kombinasi keduanya, sehingga menyebabkan gangguan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein dalam tubuh. Penyakit ini mengalami perkembangan secara perlahan dan memberikan pengaruh signifikan terhadap kualitas hidup pasien, sehingga diperlukan penanganan yang komprehensif melalui terapi medis, edukasi kesehatan, serta perubahan pola hidup (Resti & Cahyati, 2022).

Berdasarkan data dari *International Diabetes Federation* (*International Diabetic Federation*, 2025), menunjukkan jumlah penderita diabetes di dunia pada tahun 2021 mencapai 537 juta dan diprediksi akan terus meningkat mencapai 643 juta di tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045. Angka ini menunjukkan bahwa sekitar 1 dari 10 orang dewasa di dunia hidup dengan diabetes, peningkatan ini mencerminkan tantangan global yang semakin besar dalam mengatasi penyakit diabetes dan upaya pencegahan serta pengelolaan yang lebih efektif.

Prevalensi diabetes melitus di Indonesia pada usia 18-59 tahun adalah 1,6% berdasarkan diagnosis dokter, dengan 10% memiliki kadar gula darah di atas normal. Pada lansia, prevalensi diabetes mencapai 6,5% dan kadar gula darah abnormal 24,3%. Terdapat 225.587 kasus diabetes di Sumatera Utara, dengan jumlah tertinggi di Kabupaten Deli Serdang (43.853 kasus) dan Kota Medan (39.980 kasus) (kementrian kesehatan RI, 2022).

Penyakit ini bersifat kronis dan dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti penyakit kardiovaskular, gagal ginjal, dan gangguan saraf jika tidak ditangani dengan baik (Laksono et al., 2022) Pasien perlu perawatan berkelanjutan untuk mencegah komplikasi, termasuk aspek fisik dan psikologis seperti kecemasan, yang sering muncul akibat komplikasi, pengobatan lama, dan

perubahan gaya hidup, sehingga dapat mengganggu pengendalian gula darah dan menurunkan kualitas hidup (Listrianti et al., 2023).

Kecemasan adalah bagian dari disfungsi biologis, yang tidak dilakukan secara rinci. Ini merupakan fungsi dari lingkungan alamiah dan buatan, yang keutamaan pengasuhan versus kodrat. Kecemasan dapat mengindikasikan krisis spiritual akut bagi orang yang beriman, kegagalan untuk menerima iman dan tuntutan hidup, indikator pikiran terpecah belah, gejala budaya dan masyarakat, dan hakikat kesadaran manusia. (Street et al., 2024)

Salah satu metode terapi non-farmakologis yang semakin banyak digunakan untuk membantu mengatasi kecemasan pada pasien kronis adalah *foot reflexology* (Saputra & Purnomo, 2021). *Foot reflexology* merupakan teknik terapi komplementer yang menggunakan tekanan pada titik-titik refleksi di kaki untuk merangsang sistem saraf dan memperbaiki keseimbangan tubuh (Mardiana, 2021). Stimulasi tersebut ditangkap oleh reseptor saraf dan diubah oleh tubuh menjadi impuls listrik (Novita et al., 2023). Impuls ini kemudian merambat menuju sumsum tulang belakang, lalu diteruskan ke otak dan otot, sehingga menimbulkan efek relaksasi serta memberikan manfaat fisiologis, seperti menurunkan tingkat kecemasan (Jing et al., 2022)

Terapi *foot reflexology* lebih efektif dan aman dalam membantu menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 (Mardiana, 2021). *Foot reflexology* memiliki pengaruh positif yang signifikan setelah beberapa sesi terapi, terbukti mampu mengurangi berbagai gejala yang dialami pasien diabetes seperti kesemutan, ketidaknyamanan, dan rasa gatal pada kaki (Novita et al., 2023). Terapi *foot reflexology* memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan tekanan darah serta mengurangi tingkat kelelahan (*fatigue*) pada kelompok lanjut usia yang mengalami hipertensi (Setiyaningsih et al., 2022). *Foot reflexology* juga berpengaruh terhadap penurunan sensasi nyeri yang dirasakan oleh pasien hipertensi, dan juga memberikan dampak positif pada perbaikan kualitas tidur dan peningkatan kenyamanan secara umum (Paneo et al., 2023).

Beberapa peneliti sebelumnya mengatakan bahwa pasien diabetes mellitus seringkali mengalami kecemasan akibat komplikasi penyakit, durasi pengobatan

yang panjang, dan perubahan gaya hidup yang menimbulkan rasa tidak nyaman. *Foot reflexology*, sebuah tindakan yang sering digunakan untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2, juga terbukti mengurangi berbagai gejala yang dialami pasien diabetes seperti kesemutan, ketidak nyamanan, rasa gatal pada kaki, kelelahan dan nyeri, *foot reflexology* juga menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, serta memberikan dampak positif pada perbaikan kualitas tidur. *Foot reflexology* sebelumnya telah diterapkan pada pasien diabetes melitus tipe 2 untuk membantu menurunkan kadar gula darah dan mengurangi berbagai gejala lainnya, bukan untuk mengatasi kecemasan sehingga tujuan penelitian ini untuk meneliti tentang pengaruh *foot Reflexology* terhadap kecemasan pada pasien diabetes mellitus di RSU Royal Prima.

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah diatas, dapat dirumuskan pertanyaan peneliti adakah pengaruh *foot reflexology* terhadap kecemasan pada pasien diabetes melitus di RSU Royal Prima?

Tujuan Penelitian

Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *foot reflexology* terhadap kecemasan pada pasien diabetes melitus di RSU Royal Prima.

Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini yaitu:

1. Mengidentifikasi kecemasan pada pasien diabetes sebelum pemberian *foot reflexology*
2. Mengidentifikasi kecemasan pada pasien diabetes setelah pemberian *foot reflexology*
3. Mengetahui pengaruh *foot reflexology* terhadap kecemasan pada pasien diabetes melitus

Manfaat Penelitian

Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai upaya peningkatan pengetahuan mahasiswa/i tentang tindakan *food reflexology* pada pasien diabetes melitus serta dapat menerapkannya dalam pemberian asuhan keperawatan terutama penanganan penurunan kecemasan pada pasien diabetes melitus.

Tempat Penelitian

Bagi RSU Royal Prima dapat meningkatkan mutu pelayanan kesehatan dalam mengatasi kecemasan pasien diabetes melitus dengan mengaplikasikan pemberian pijat *food reflexology* sesuai dengan SOP sehingga kecemasan pada pasien diabetes melitus di RSU Royal Prima dapat menurun.

Bagi Perawat

Sebagai sumber pedoman dan informasi bagi perawat untuk dapat melakukan *foot reflexology* dalam mengatasi masalah-masalah penurunan kecemasan yang terjadi pada pasien diabetes melitus serta dapat mengaplikasikannya dalam asuhan keperawatan sesuai dengan standar.

Bagi Penelitian Selanjutnya

Sebagai sumber informasi dan memperluas wawasan untuk memahami lebih lanjut tentang hal apa yang dapat menyebabkan tentang faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan karena adanya komplikasi, proses pengobatan yang berlangsung lama, serta perubahan gaya hidup yang terjadi pada pasien diabetes melitus dan pengaruh pemberian pijat *foot reflexology* pada pasien diabetes melitus serta dapat digunakan sebagai informasi untuk pembaca dan peneliti selanjutnya.