

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Diabetes adalah suatu penyakit kronis yang terjadi disaat organ pankreas di dalam tubuh tidak menghasilkan cukup hormon insulin atau ketika insulin yang diproduksi tidak digunakan oleh tubuh dengan efektif. Insulin adalah hormon yang bekerja untuk mengatur kadar glukosa darah di dalam tubuh. Diabetes yang tidak dilakukan pemantauan dapat menimbulkan efek umum seperti hiperglikemia atau kenaikan kadar gula dalam darah, dan seiring waktu dapat menimbulkan dampak gangguan yang fatal pada sistem tubuh, terutama saraf dan pembuluh darah (WHO, 2023). Diabetes Mellitus merupakan kondisi dimana kandungan gula dalam darah melebihi normal dan cenderung tinggi ( $>200$  mg/dl), atau dapat diartikan sebagai kelainan metabolik yang ditandai dengan intoleren glukosa. Penyakit ini terjadi ketika tubuh pengidapnya tidak lagi mampu mengambil gula (glukosa) ke dalam sel dan menggunakannya sebagai energi. Kondisi ini pada akhirnya menghasilkan penumpukan gula ekstra dalam aliran darah tubuh. Jika penyakit diabetes ini tidak terkontrol dengan baik maka dapat menyebabkan kerusakan pada berbagai organ dan jaringan tubuh, seperti gangguan penglihatan atau katarak (retinopati), gangguan fungsi ginjal (nefropati), gangguan syaraf (neuropati), ulkus pada kaki dan amputasi, penyakit jantung dan stroke bahkan kematian (Vorvick, 2019).

Prevalensi penyandang Diabetes Mellitus (DM) pada tahun 2021 terdapat 536,6 juta jiwa (10,5%) di dunia menderita penyakit DM dan diperkirakan akan terus mengalami peningkatan menjadi 783,2 juta jiwa (12,2%) pada tahun 2045. Asia Tenggara menempati urutan ke-3 penyandang DM terbanyak di dunia yaitu sebanyak 90,2 juta jiwa. Indonesia menduduki peringkat ke-5 dari 10 negara dengan penyandang DM terbanyak di Asia Tenggara dengan jumlah 19,5 juta jiwa (J Magliano & Boyko, 2021). Jawa Tengah sebagai salah satu provinsi di Indonesia dengan jumlah penduduk terbanyak di urutan ke 3. Berdasarkan (Risikesdas, 2018) memperlihatkan

jumlah penyandang Diabetes Mellitus di Jawa Tengah sebesar 1.017.290 kasus. Berdasarkan laporan yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Surakarta Jumlah prevalensi DM di Kota Surakarta tahun 2023 berjumlah 17.191. Kasus DM tertinggi terjadi di Kecamatan Banjarsari sebanyak 5.503 kasus diikuti oleh Kecamatan Jebres yang menduduki posisi kedua dengan jumlah 4.424 kasus, posisi ketiga yaitu Kecamatan Laweyan dengan jumlah 3.052, yang keempat Kecamatan Pasar Kliwon dengan jumlah 2.594, dan yang kelima Kecamatan Serengan dengan jumlah 1.618.

Diabetes merupakan penyakit yang memerlukan terapi dan perawatan untuk waktu yang cukup lama dan dapat menimbulkan kebosanan, kejenuhan, kecemasan bahkan frustrasi pada pasien. Tingginya kadar gula darah serta risiko komplikasinya membuat setiap penderita DM mengalami kecemasan, oleh karena itu, diperlukan motivasi baik internal maupun eksternal bagi pasien untuk dapat menjalani semua proses terapi dan perawatan (Andrean & Muflihatin, 2020). Individu yang menderita diabetes memiliki kemungkinan lebih dari 20% untuk mengalami kecemasan pada suatu titik dalam hidup mereka jika dibandingkan dengan mereka yang tidak menderita diabetes. Manajemen penyakit kronis seperti diabetes dianggap sebagai pemicu utama kecemasan bagi para pasien diabetes (*Diabetes & Mental Health*, 2023). Diabetes melitus tipe 2 merupakan salah satu penyakit kronis yang tidak dapat disembuhkan. Hal ini menyebabkan sebagian besar penderita mengalami beberapa reaksi psikologis yang negatif diantaranya adalah marah, merasa tidak berguna, kecemasan yang meningkat dan depresi (Maulasuri, 2020).

Dampak yang akan terjadi pada pasien diabetes akan mengalami kecemasan dan bila kecemasan terjadi muncul secara terus menerus yaitu bisa menaikkan kadar gula, penderita dengan kecemasan yang berat akan berpengaruh pada peningkatan kadar gula darah yang mana akan mempengaruhi proses kesembuhan dan merusak kehidupan kegiatan sehari-hari. Kadar gula akan semakin tinggi lebih cepat pada kondisi cemas, selain diabetes melitus semakin memburuk dalam kondisi cemas. Untuk mencegah

situasi tersebut maka harus merubah pola gaya hidup yang sehat dan mengurangi stress (Putri, 2023). Kecemasan merupakan bagian alami dari kehidupan, yang menunjukkan bahwa setiap individu cenderung mengalami kecemasan pada tingkat tertentu. Namun, ketika tingkat kecemasan melebihi batas normal, hal tersebut dapat mengganggu kualitas hidup, sehingga diperlukan upaya pengendalian kecemasan. Pendekatan psikologis yang mempertimbangkan dimensi spiritual dianggap sebagai alternatif yang memiliki kegunaan dan efektivitas dalam mengurangi tingkat kecemasan (Mukhtar et al., 2022).

Kecemasan ini bisa diatasi dengan beberapa cara, diantaranya yaitu terapi farmakologis maupun nonfarmakologis. Terapi nonfarmakologis diyakini memiliki efek samping yang lebih rendah, lebih aman dan dapat digunakan dalam jangka waktu yang lebih lama, jika dibandingkan dengan obat golongan ansietas (Mukhtar et al., 2022).

Terapi komplementer merupakan bentuk terapi nonfarmakologis, salah satu pendekatan yang memperhatikan dimensi spiritual yaitu terapi murottal. Terapi murottal juga memiliki kemampuan untuk menurunkan kadar hormon yang menjadi penyebab stres, meningkatkan perasaan rileks, serta dapat mengalihkan perhatian pasien dari perasaan cemas dan ketakutan. Terapi murottal Al-Qur'an khususnya menggunakan Surah Ar-Rahman yang dibacakan oleh Muzammil Hasballah. terdiri dari 78 ayat. Konten dalam Surah Ar-Rahman mengisahkan tentang keagungan dan kemurahan Allah terhadap hamba-hamba-Nya. Lantunan murottal Al-Qur'an dari Surah Ar-Rahman ditampilkan dengan nada yang ritmik dan mendayu-dayu. Ketika didengarkan dengan penuh konsentrasi serta memahami setiap lantunan bacaannya, ini dapat meningkatkan rasa ketenangan dan kenyamanan, sehingga perasaan takut dan gelisah dapat berkurang. (Gunawan & Mariyam, 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Syafyusari & Afnuhazi, 2022) tentang pengaruh terapi murottal terhadap kecemasan penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Kebun Sikolos Padang Panjang

menunjukkan bahwa 16 responden setelah diberikan terapi murotal menunjukkan hasil perbedaan yang signifikan pada penurunan tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus. Terapi murottal surat Ar-Rahman merupakan terapi pendamping yang murah dan tidak menimbulkan efek. Terapi murottal Al-quran dengan tempo yang lambat serta harmonis dapat menurunkan hormon-hormon stres, mengaktifkan hormon endorfin alami (serotonin). Mekanisme ini dapat meningkatkan perasaan rileks, mengurangi perasaan takut, cemas, dan tegang, serta memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah, memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi, dan aktivitas gelombang otak. Dalam studi penelitian yang dilakukan (Syafyusari & Afnuhazi, 2022) Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa memberikan terapi murottal dapat mengatasi kecemasan (Gunawan & Mariyam, 2022).

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Januari 2024 diperoleh hasil bahwa di Puskesmas Pucang Sawit pada tahun 2023 terdapat 998 orang menderita penyakit Diabetes Mellitus. Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan menggunakan kuisioner HARS terhadap 5 orang pasien penderita diabetes melitus, diperoleh hasil yaitu 1 orang mengalami kecemasan berat, 3 orang mengalami kecemasan sedang dan 1 orang mengalami kecemasan ringan. Hal ini tentunya berpotensi menimbulkan kecemasan pada penderita diabetes melitus.

Berdasarkan uraian di atas, maka judul yang diambil oleh peneliti yaitu, “Penerapan Terapi Murotal Al-Qur’an untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Pasien Diabetes Mellitus”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian diatas, penulis ingin mengetahui apakah ada perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi murotal Al-Qur'an pada penderita Diabetes Mellitus.

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi murotal Al-Qur'an pada penderita Diabetes Mellitus.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengamatan tingkat kecemasan pada penderita Diabetes Mellitus sebelum penerapan terapi murotal Al-Qur'an.
- b. Mendeskripsikan hasil pengamatan tingkat kecemasan pada penderita Diabetes Mellitus setelah penerapan terapi murotal Al-Qur'an.
- c. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden tingkat kecemasan pasien Diabetes Mellitus sebelum dan sesudah pemberian terapi murotal Al-Qur'an.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Bagi Masyarakat

Hasil penerapan pada metode ini sebagai gambaran, saran dan pertimbangan bagi masyarakat untuk mengatasi kecemasan pada penderita Diabetes Mellitus

### 2. Bagi pengembangan ilmu keperawatan

Hasil penerapan pada metode ini sebagai sumber informasi dan referensi bagi teman-teman sejawat yang akan melakukan penelitian.

### 3. Bagi Penulis

Penerapan ini diharapkan mampu menjadi bagian dalam proses belajar serta menjadi kesempatan untuk menerapkan teori-teori yang telah dipelajari saat kuliah dengan permasalahan yang terjadi pada kehidupan nyata.