

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Diabetes melitus (DM) merupakan kumpulan gejala yang timbul pada seseorang akibat tubuh mengalami gangguan dalam mengontrol kadar gula darah. Gangguan tersebut dapat disebabkan oleh sekresi hormon insulin tidak adekuat atau fungsi insulin terganggu (resistensi insulin) atau justru gabungan dari keduanya (Soegondo, 2005).

Diabetes melitus tipe 2 merupakan jenis diabetes melitus yang paling sering ditemukan di praktek, diperkirakan sekitar 90% dan semua penderita diabetes melitus di Indonesia (Soegondo, 2005). Prevalensi terjadinya diabetes melitus tipe 2 berdasarkan jenis kelamin adalah 48,6% atau 17 orang adalah laki – laki dan 51,4% atau 18 orang adalah perempuan, berdasarkan usia penderita diabetes melitus tipe 2 yang berusia ≤ 50 tahun sebanyak 13 orang (37,2%), berusia antara 51-60 tahun sebanyak 11 orang (31,4%) dan yang berusia ≥ 61 tahun sebanyak 11 orang (31,4%) di Yogyakarta. Jumlah penyandang DM semakin tahun semakin menunjukkan peningkatan yang sangat tinggi dari 8,4 juta orang pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta orang pada tahun 2030 di Indonesia. Prevalensi DM yang paling banyak dijumpai adalah DM tipe 2 (Non Insulin Dependen Diabetes Melitus, NIDDM). Prevalensi DM tipe 2 di Indonesia berdasarkan berbagai penelitian epidemiologis berkisar antara 1,5 - 2,3 % (Inzucchi *et.al.*, 2005).

DM tipe 2 umumnya ditemukan pada usia dewasa, walaupun dapat terjadi pada anak-anak. DM tipe 2 merupakan jenis DM yang paling banyak diderita di seluruh dunia. Prevalensi penyakit ini terus meningkat. Pada tahun 2000 jumlah penderita sekitar 150 juta orang dan diperkirakan pada tahun 2025 jumlah penderita bertambah menjadi dua kali lipat (Inzucchi *et.al.*, 2005).

Diabetes melitus tipe 2 ini merupakan jenis diabetes yang paling sering diderita dan sering terjadi pada usia 40 tahun yang disebabkan karena menurunnya respon insulin terhadap organ atau disebut juga dengan *insulin resistance*. Serangan dari diabetes tipe ini berangsur-angsur, dimana kondisi ini sering terjadi pada penderita yang mengalami obesitas. Selain itu, risiko terjadinya diabetes meningkat dengan bertambahnya usia dan kurangnya aktivitas fisik. Pasien dengan diabetes tipe ini sering mengalami hipertensi (Matthews, 2002).

Diabetes tipe 2 sering dikaitkan dengan usia, kegemukan, riwayat keluarga, riwayat diabetes kehamilan, gangguan metabolisme glukosa, aktivitas fisik, ras atau etnis. Terdapat beberapa faktor risiko diabetes melitus tipe 2 diantaranya adalah obesitas, kebiasaan mengkonsumsi makanan yang tidak sehat, keturunan atau genetik, usia dan meningkatnya tekanan darah dan kolesterol. Faktor risiko utama terjadinya diabetes melitus tipe 2 adalah obesitas. Ketika seseorang mengalami obesitas, sel-sel tubuh menjadi kurang sensitif terhadap insulin (Manzella, 2010).

Respon saraf otonom pada pasien diabetes melitus tipe 2 meningkat karena stres mengakibatkan kadar glukosa darah yang tinggi semakin lama akan terjadi gangguan mikrosirkulasi, berkurangnya aliran darah dan hantaran oksigen pada serabut saraf yang mengakibatkan degenerasi pada serabut saraf. Saraf yang rusak tidak dapat mengirimkan sinyal ke otak dengan baik, sehingga penderita dapat kehilangan indra perasa selain itu juga kelenjar keringat menjadi berkurang, kulit kering dan mudah robek menyebabkan respon saraf otonom menjadi turun (Tjokoprawiro, 2006).

Saraf tidak bisa mengirim atau menghantar pesan-pesan rangsangan impuls saraf, salah kirim, atau terlambat dikirim. Kerusakan saraf yang mengontrol otot akan menyebabkan kelemahan otot sampai membuat penderita tidak bisa jalan. Gangguan saraf otonom dapat mempercepat denyut jantung dan membuat muncul banyak keringat. Kerusakan saraf sensoris (perasa) menyebabkan penderita tidak bisa merasakan nyeri panas, dingin, atau meraba. Kadang-kadang penderita dapat merasakan kram, semutan, rasa tebal, atau nyeri. Keluhan neuropati yang paling berbahaya adalah rasa tebal pada kaki, karena tidak ada rasa nyeri, orang tidak tahu adanya infeksi (Tjokoprawiro, 2006).

Hipnoterapi adalah salah satu cabang ilmu psikologi yang mempelajari manfaat sugesti untuk mengatasi masalah pikiran, perasaan dan perilaku. Hipnoterapi dapat juga dikatakan sebagai suatu teknik terapi pikiran menggunakan hipnotis. Hipnotis bisa diartikan sebagai ilmu untuk memberi sugesti atau perintah kepada pikiran bawah sadar. Orang yang ahli

dalam menggunakan hipnotis untuk terapi disebut "*hypnotherapist*". Hipnoterapi menggunakan sugesti atau pengaruh kata - kata yang disampaikan dengan teknik - teknik tertentu. Satu - satunya kekuatan dalam hipnoterapi adalah komunikasi. Perkembangan dunia yang sangat pesat dengan segala permasalahannya membawa dampak terhadap hidup kita. Kecenderungan stres meningkat. Dari penelitian ditemukan satu fakta menarik. Sekitar 75 % dari semua penyakit fisik diderita banyak orang sebenarnya bersumber dari masalah mental dan emosi. Namun kebanyakan pengobatan atau terapi sulit menjangkau sumber masalah ini, yaitu pikiran atau lebih tepatnya pikiran bawah sadar. Pengaruh pikiran bawah sadar terhadap diri kita adalah 9 kali lebih kuat dibandingkan pikiran sadar. Apabila terjadi pertentangan keinginan antara pikiran sadar dan bawah sadar, maka pikiran bawah sadarselalu menjadi pemenangnya (Prihantanto, 2011).

Pasien diabetes melitus keadaan tekanan darah tinggi dengan menggunakan terapi hipnoterapi maka tekanan darah menurun. Dengan memberikan sugesti positif yang ditanamkan ke dalam pikiran bawah sadar, maka akan membantu pasien mengubah persepsi pikiran bawah sadar klien terhadap kondisi psikis yang bersifat negatif. Jika klien tersebut menderita gangguan fisik yang disebabkan oleh gangguan psikis (psikosomatis), secara otomatis gangguan psikosomatis itu akan hilang. (Prihantanto, 2011).

Ayat yang mendukung penelitian ini dikutip dari ayat al araf 31,

﴿يَبِينِيْ عَادَمَ خُذُوْا زِيْنَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوْا
وَأَشْرَبُوْا وَلَا تُسْرِفُوْا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ﴾

Artinya:

“Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) mesjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan”.

Peneliti mengutip ayat tersebut karena beberapa artian dalam ayat yang mendukung penelitian ini yaitu bahwa seseorang untuk tidak berlebih – lebihan dalam segala hal. Pada pasien penderita Diabetes mellitus tipe 2 ini dianjurkan untuk tidak berlebih dalam mengkonsumsi glukosa karena dapat memperburuk kesehatan.

Memandang bahwa efektifitas pemberian hipnoterapi mempunyai pengaruh pada perubahan perbaikan klinis suatu penyakit seperti kondisi saraf otonom pada diabetes melitus tipe 2 pengaruh hipnoterapinya untuk menurunkan respon saraf otonom. Sedangkan pada tekanan darah fungsi hipnoterapi ini untuk menurunkan tekanan darah pada kondisi diabetes melitus tipe 2.

B. Perumusan Masalah

1. Apakah Hipnoterapi efektif terhadap Tekanan Darah pada Pasien Diabetes Melitus tipe 2?
2. Apakah Hipnoterapi efektif terhadap Respon Saraf Otonom pada pasien Diabetes Melitus tipe 2?

C. Keaslian penelitian

Penelitian terkait yang serupa pernah juga diteliti oleh Ade Anugerah (2010) di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dengan judul "Pengaruh senam ergonomis pada penderita diabetes mellitus tipe 2 terhadap tekanan darah (hipertensi)". Penelitian tersebut menunjukkan hasil $P > 0,05$ dan hasilnya signifikan. Sedangkan pada penelitian ini peneliti menggunakan hipnoterapi untuk menurunkan tekanan darah dan respon saraf otonom pada pasien diabetes mellitus tipe 2.

D. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum:

Untuk mengetahui tingkat keefektifan hipnoterapi terhadap tekanan darah dan respon saraf otonom pada penderita diabetes mellitus tipe 2.

2. Tujuan khusus:

Untuk mengetahui tingkat keefektifan hipnoterapi terhadap tekanan darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2.

Untuk mengetahui tingkat keefektifan hipnoterapi terhadap respon saraf otonom pada penderita diabetes mellitus tipe 2.

E. Manfaat penelitian

1. Bagi pendidikan dan kesehatan,

sebagai sumber informasi tentang keefektifan hipnoterapi terhadap tekanan darah dan saraf otonom pada penderita diabetes mellitus tipe 2.

2. Bagi masyarakat,

sebagai masukan dan sumber informasi serta menambah pengetahuan tentang keefektifan hipnoterapi terhadap tekanan darah dan saraf otonom pada penderita diabetes mellitus tipe 2.

3. Bagi peneliti selanjutnya,

sebagai bahan acuan untuk melakukan penelitian selanjutnya.