

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Diabetes merupakan penyakit kronis yang dapat menyebabkan kerusakan parah pada jantung, pembuluh darah, mata, ginjal dan syaraf serta disebabkan oleh resistensi insulin tubuh yang ditandai dengan peningkatan kadar gula (Roglic & Gojka, 2016). Diabetes Melitus didefinisikan sebagai keadaan hiperglikemia baik dalam keadaan puasa maupun postprandial. Hiperglikemia kronis pada diabetes melitus (Alam et al., 2014). Diabetes melitus penyakit yang terjadi ketika tubuh tidak dapat menggunakan insulin dengan efektif atau ketika pankreas tidak memproduksi cukup insulin. Insulin adalah suatu hormon yang mengatur kadar glukosa dalam darah. Peningkatan tingkat gula darah merupakan dampak dari diabetes yang tidak terkontrol, dan seiring berjalannya waktu, dapat menyebabkan kerusakan serius pada beberapa sistem tubuh, terutama pada saraf dan pembuluh darah. Pada tahun 2019, diabetes melitus menjadi penyebab langsung dari 1,5 juta kematian, dan 48% dari total kematian akibat diabetes melitus terjadi sebelum mencapai usia 70 tahun. Peningkatan dari glukosa darah ini menyebabkan sekitar 20% kematian kardiovaskular.

Antara tahun ke tahun hingga pada tahun 2019, terdapat sebuah peningkatan sebesar 3 % pada angka kematian akibat diabetes melitus menurut standart usia. Di negara-negara berpendapatan rendah dan menengah, angka kematian akibat diabetes meningkat hingga 13%. Gejala diabetes bisa terjadi secara tiba - tiba, pada diabetes tipe 2, gejalanya mungkin ringan dan memerlukan waktu bertahun tahun untuk dapat diketahui (Artanti et al., 2015). beberapa gejala diabetes adalah merasa sangat haus perlu buang air kecil dengan frekuensi yang lebih tinggi dari biasanya, pengelihatian merasa kabur, sering Lelah dan lain - lain, seiring berjalannya waktu diabetes dapat merusak pembuluh darah seperti jantung, mata, dan ginjal serta syaraf. Penderita diabetes melitus memiliki resiko lebih tinggi terkena berbagai masalah Kesehatan termasuk serangan jantung, stroke bahkan hingga gagal ginjal (The Emerging Risk Factors

Collaboration, 2010). Diabetes melitus dapat menyebabkan gangguan pengelihatannya permanen hingga rusaknya pembuluh darah pada daerah mata, banyak penderita diabetes melitus mengalami masalah pada kaki akibat dari kerusakan dan aliran darah yang buruk. Hal ini menyebabkan amputasi pada penderita diabetes melitus. Berdasarkan oleh dampak yang terjadi pada kualitas hidup seseorang dan sering menyebabkan ketakutan dan ketidak berdayaan. Disamping itu, kondisi diabetes melitus tipe 2 dapat disebut sebagai penyakit “silent” di mana penyakit dan komplikasinya sering muncul tanpa adanya tanda dan gejala yang nyata. Hal ini menyebabkan kesulitan bagi penderita diabetes melitus untuk menyadari kondisinya (Milita et al., 2018). Dampaknya terhadap kualitas hidup pasien mencakup berbagai aspek, seperti kondisi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Kecemasan pada diabetes melitus tipe II dapat menyerang pada kondisi apapun dan tidak memandang usia baik pada remaja ataupun lansia. Benzodiazepin merupakan jenis obat yang sering diresepkan oleh Dokter untuk mengurangi kecemasan, tetapi efek samping yang diberikan seperti mual, muntah, dan kebiasaan minum obat adalah salah satu cara non-farmakologis untuk mengobati kecemasan.

Aromaterapi berasal dari kata “aroma”, yang berarti pengobatan, dan “terapi” yang berarti pengobatan. Aromaterapi sekarang menjadi salah satu terapi tambahan yang populer dan banyak digunakan diklinik. Penggunaan minyak esensial alami dari tanaman aromatic untuk mengurangi masalah kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup adalah dasar dari terapi ini (Michael Wotman, BA ; Joshua Levinger, MD; Lillian Leung, PAC; Aron Kallush, BA; Elizabeth Mauer, MS; Ashutosh Kacker, 2017). Aromaterapi merupakan suatu bentuk terapi komplementer dan alternatif pengobatan asli (CAM) yang dapat menjadi pengobatan alternatif dan beresiko rendah, pengobatan alternatif ini dapat menghemat biaya untuk mengurangi kecemasan pada penderita dengan penyakit kronis salah satunya pada penyakit Diabetes Melitus. Aromaterapi lavender, aromaterapi yang berasal dari Bulgaria, Prancis, Ukraina, dan Amerika Serikat, dapat digunakan sebagai anti analgesik, Anti konvulsan, anti jamur, anti septic, dan vasodilator. Anda dapat menggunakan lavender melalui

inhalasi, difusi, aplikasi topik, lilin, dan konsumsi (Michael Wotman, BA ; Joshua Levinger, MD; Lillian Leung, PAC; Aron Kallush, BA; Elizabeth Mauer, MS; Ashutosh Kacker, 2017). Penggunaan teraupetik minyak atsiri yang diekstraksi dari tanaman aromaterapi untuk mempengaruhi kesehatan dan suasana hati masyarakat, dengan aromaterapi memiliki penerapan yang luas dan dapat diterapkan dengan berbagai macam model contohnya seperti pemberian minyak atsiri dengan aroma lavender oil yang dijadikan lilin aromaterapi sebagai pengobatan alternatif untuk mengurangi tingkat kecemasan pada penderita Diabetes Melitus (Jing Luo, 2022). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh aromaterapi terhadap tingkat kecemasan pada penderita diabetes melitus. Tingkat kecemasan pada penderita diabetes melitus dapat mempengaruhi proses terapi yang sedang dilakukan dan mengakibatkan komplikasi yang serius seperti stress, pada seseorang diabetes melitus dengan tingkat kecemasannya dapat berpengaruh juga terhadap pola makan hingga berkehidupan. Penderita diabetes melitus dapat mengkonsumsi obat kontrol gula darah, menjaga pola makanan dan berolah raga yang cukup disepanjang hidupnya yang dapat menjadi timbulnya stress yang berkepanjangan, sekalipun kualitas hidupnya yang buruk juga memiliki gangguan psikologis akan memperburuk gangguan secara langsung atau tidak langsung pada metabolic salah satunya factor yang dapat mempengaruhi kondisi kesehatan seseorang (Dunning, 2004). Kualitas hidup yang buruk akan menyebabkan penyakit menjadi lebih parah, begitupun sebaliknya, jika kualitas hidup lebih baik, kondisi penyakit akan lebih baik. Diabetes melitus adalah salah satu penyakit yang mempengaruhi kualitas hidup orang dewasa, meskipun tidak memiliki komplikasi (Ariska, M., Faridah, I., & Afyanti, 2020). Kelelahan adalah faktor utama yang mempengaruhi kualitas hidup buruk, dengan beberapa dominan, seperti dominan fisik dan psikologis, terkait dengan tingkat kelelahan yang lebih tinggi. Studi menunjukkan bahwa ada hubungan antara dimensi subkala kelelahan (general, fisik, dan mental penurunan motivasi) dan dimensi fungsional dan skor pengangguran total dengan kualitas hidup individu yang menderita penyakit kronis (The Emerging Risk Factors Collaboration, 2010).

Aromaterapi, yang berasal dari kata “aroma”, yang berarti harum” atau “bau wangi”. Adalah salah satu alternatif pengobatan yang semakin populer sementara ini (Nurghiwiati, 2015). Aromaterapi didefinisikan sebagai cairan tumbuhan yang mudah menguap yang dikenal sebagai minyak esensial, bersama dengan senyawa aromaterapi lainnya.

## **B. Rumusan masalah**

Dengan demikian, masalah yang dapat dirumuskan oleh peneliti adalah “apakah ada pengaruh dari pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat kecemasan pada penderita Diabetes Melitus?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Agar mengetahui adanya pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pada penderita Diabetes Melitus.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden pada penderita diabetes melitus tipe II dengan tingkat kecemasan
- b. Mengetahui efek pemberian aromaterapi lavender terhadap kecemasan pada penderita diabetes tipe II sebelum diberikan terapi aromaterapi lavender
- c. Mengetahui efek pemberian aromaterapi lavender terhadap kecemasan setelah diberikan terapi aromaterapi lavender
- d. Mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pada penderita diabetes melitus tipe II

#### **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi banyak pihak, termasuk:

##### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini sebagai salah satu sumber referensi kepustakaan dalam ilmu keperawatan khususnya sebagai upaya penurunan tingkat kecemasan pada penderita diabetes melitus dengan pemberian aroma terapi lavender.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### **a. Bagi program Studi Ilmu Keperawatan FIK UMS**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur tentang efek aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat kecemasan pada penderita diabetes melitus.

###### **b. Bagi pembaca, keluarga dan Masyarakat**

Bagi pembaca, keluarga, dan masyarakat diharapkan dapat mengetahui tentang aroma terapi untuk menurunkan tingkat kecemasan pada penderita diabetes melitus.

###### **c. Bagi peneliti selanjutnya**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tolak ukur untuk perawatan baru yang melibatkan penggunaan aromaterapi lavender untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien yang menderita diabetes melitus.

## E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini berdasarkan pada beberapa penelitian terdahulu yang mempunyai karakteristik yang relatif sama dengan yang penulis study lakukan dengan judul “Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Penderita Diabetes Melitus” tidak ada penelitian lain yang ada dengan judul yang sama. Namun, mungkin ada penelitian yang serupa dengan yang dilakukan para peneliti, seperti:

1. (Wachidah Yuniartika, Agus Sudaryanto, 2021). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kadar gula darah dengan tingkat depresi dan aktifitas fisik pada penderita Diabetes Melitus di puskesmas Gatak Sukoharjo pada tahun 2018. Penelitian ini merupakan penelitian *deskriptif korelatif* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, sedangkan instrumen penelitian menggunakan kuesioner BDI-II yang berjumlah 21 item dan kuesioner IPAQ. Hasil perhitungan uji korelasi product moment hubungan tingkat depresi dengan kadar gula darah diperoleh hasil 0,473 dan nilai signifikan (p-value) sebesar 0,00. Hasil uji korelasi product moment hubungan aktifitas fisik dengan kadar gula darah diperoleh hasil - 0,460 dengan nilai signifikansi 0,00. Maka dapat disimpulkan ada hubungan antara kadar gula darah dengan tingkat depresi dan aktifitas fisik pada penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Gatak Sukoharjo. Dimana semakin tinggi tingkat depresinya, kadar gula darah semakin meningkat, sedangkan semakin tinggi aktifitas fisiknya maka kadar gula darah semakin rendah.
2. (Ozkaraman et al., 2018) Penelitian ini bertujuan untuk meneliti efek aromaterapi minyak lavender terhadap kecemasan dan kualitas tidur pada pasien yang menjalani kemoterapi. Penelitian ini menggunakan 70 pasien yang dipilih secara acak kekelompok minyak lavender, kelompok minyak pohon teh, dan kelompok kontrol tanpa minyak. Formulir identifikasi pasien, instrumen penelitian ini menggunakan formulir *State- Trait Anwxiety Inventory*, dan *Pittsburgh Quality Sleep Index*

(PSO) digunakan untuk mengukur kecemasan dan kualitas hidup sebelum dan sesudah kemoterapi. Dalam penelitian ini, keadaan kecemasan sebelum dan sesudah kemoterapi tidak bervariasi antar kelompok. Penulis membandingkan nilai-nilai sifat kecemasan sebelum dan sesudah kemoterapi dan menemukan perbedaan yang signifikan pada kelompok lavender. Selain itu, terjadi perubahan signifikan pada pengukuran PSQI sebelum dan sesudah kemoterapi.

3. (Setyawan & Oktavianto, 2020). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas aromaterapi terhadap tingkat kecemasan menghadapi OSCE pada mahasiswa keperawatan. Penelitian ini merupakan penelitian quasi experiment dengan pendekatan pre-post test with control design. Jumlah sampel sebanyak 32 responden yang terdiri dari 16 responden sebagai kelompok kontrol dan 16 responden sebagai kelompok intervensi (mendapat perlakuan aromaterapi lavender dengan cara inhalasi/menghirup aromaterapi yang telah diteteskan pada cotton bud). Sampel diambil menggunakan teknik simple random sample. Analisis data menggunakan Paired Sample Test. Hasil penelitian didapatkan terjadi penurunan kelompok intervensi sebelum pemberian aroma terapi 57,75 menjadi 51,31 dengan  $p = 0,001 < 0,05$ . Aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan kecemasan menghadapi OSCE pada mahasiswa keperawatan. Penurunan kecemasan terjadi karena salah satu kandungan lavender yaitu linalool yang mempunyai efek anxyolytic (anti kecemasan).
4. (Dewi et al., 2023). Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan mekanisme coping dengan kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe II di wilayah kerja puskesmas karang tengah kota sukabumi dengan sampel sebanyak 121 responden menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu total sampling. Instrumen penelitian pada variabel mekanisme coping menggunakan coping *orientation to problem Experienced* (COPE), dan pada variabel kecemasan menggunakan *Hamilton Anxiety Scale* (HARS). Teknik analisa data menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar kecemasan yaitu sedang sebanyak 64 orang (52,9%), dan sebagian besar mekanisme coping responden yaitu adaptif sebanyak 8 orang (71,1%). Hasil analisis bivariat menunjukkan

nilai P value =0,000 yang berarti  $< 0,05$  menunjukkan bahwa terdapat hubungan mekanisme koping dengan kecemasan di Puskesmas Karang Tengah Kota Sukabumi. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan mekanisme koping dengan kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe 2. Diharapkan Puskesmas Karang Tengah Kota Sukabumi lebih meningkatkan program *home care* dan penyuluhan terkait penyakit diabetes Melitus tipe 2.