



ANALISIS PENERAPAN TERAPI *REIKI* DALAM PENURUNAN KADAR GLUKOSADARAH PADA PASIEN DM TIPE 2

Novi Afrianti*, Dewiyuliana, Eri Riana Pertiwi

Fakultas Keperawatan, Universitas Syiah Kuala, Jl. Teungku Tanoh Abee, Kopelma Darussalam, Syiah Kuala,
Banda Aceh, Aceh 23111, Indonesia

*novi.afrianti140489@gmail.com

ABSTRAK

Insiden penyakit diabetes mellitus semakin meningkat setiap tahunnya dengan angka kematian mencapai 1,5. Sebagian besar penderita DM tersebut bertempat tinggal di Negara dengan berpenghasilan menengah kebawah. Penyakit DM akan menimbulkan berbagai dampak seperti neuropati, tekanan darah tinggi, penyakit jantung, retinopati, nefropati dan ulkus diabetikum, komplikasi ini akan terjadi apabila Kadar Glukosa Darah (KGD) tidak dapat terkontrol dengan baik. Penurunan KGD dapat dilakukan dengan salah satu etrapi ayitu terapi reiki, terapi ini dipercaya mampu meregenerasi sel beta pankreas sehingga sesitifitas tubuh terhadap pankreas akan meningkat. Adapun tujuan penulisan ini adalah untuk mengetahui analisis penerapan terapi reiki dalam penurunan KGD pada pasien DM tipe 2. Desain penelitian yang digunakan adalah literature review dimana data database yang digunakan oleh penulis berupa google scholar menggunakan framework PICO, sehingga didapatkan tiga artikel (tahun 2012-2022) sesuai kriteria inklusi. Hasil literature Review ini didapatkan bahwa penerapan terapi reiki efektif menurunkan KGD pada pasien DM, sehingga diharapkan dalam menurunkan KGD pada pasien DM maka dapat dilakukan dengan pemberian terapi reiki.

Kata kunci: diabetes melitus tipe 2; penurunan kadar glukosa darah; terapi reiki

ANALYSIS OF *REIKI* THERAPY APPLICATION IN REDUCING BLOOD GLUCOSE LEVELS IN TYPE 2 DM PATIENTS

ABSTRACT

The incidence of diabetes mellitus is increasing every year with the death rate reaching 1.5. The majority of DM sufferers live in countries with lower middle income. DM disease will cause various impacts such as neuropathy, high blood pressure, heart disease, retinopathy, nephropathy and diabetic ulcers, these complications will occur if Blood Glucose Levels (KGD) cannot be controlled properly. Reducing KGD can be done with one of the therapies, namely reiki therapy, this therapy is believed to be able to regenerate pancreatic beta cells so that the body's sensitivity to the pancreas will increase. The purpose of this writing is to determine the analysis of the application of Reiki therapy in reducing KGD in type 2 DM patients. The research design used was a literature review where the database data used by the author was Google Scholar using the PICO framework, so that three articles were obtained (2012-2022). according to the inclusion criteria. The results of this literature review show that the application of Reiki therapy is effective in reducing KGD in DM patients, so it is hoped that reducing KGD in DM patients can be done by administering Reiki therapy.

Keywords: diabetes mellitus type 2, blood glukose levels, reiki therapy

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus merupakan suatu kelainan metabolisme akibat kurangnya insulin dalam darah seseorang. Hormon insulin yang dihasilkan di sel beta pankreas sangat berperan penting bagi tubuh dalam membatu proses pemecahan glukosa untuk diedarkan keseluruh sel. Metabolism glukosa yang tidak baik akan menyebabkan tingginya kadar glukosa sehingga tubuh tidak mampu menyerab glukosa yang nantinya akan menghambat kegiatan metabolisme

dalam sel. Kondisi ini akan menyebabkan pasien DM mengalami kekurangan energi sehingga akan mudah mengalami perasaan lelah dan penurunan berat badan. KGD yang tidak terserap oleh tubuh akan beredar bersama darah dan nantinya akan dikeluarkan bersama urine (Maulana, 2016).

World Health Organization (WHO) tahun 2022 menyebutkan bahwa penderita DM diseluruh dunia mencapai sekitar 422 juta dengan mortalitas setiap tahunnya mencapai 1,5 juta kasus. Menurut data WHO, Sebagian besar penderitanya DM tinggal di daerah dengan penghasilan menengah kebawah. Lebih lanjut juga disebutkan bahwa Baik jumlah kasus maupun prevalensi diabetes terus meningkat selama beberapa dekade terakhir. Prevalen diabetes di Indonesia menurut hasil Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa adanya peningkatan prevalensi DM pada umur ≥ 15 tahun yaitu 1,5% pada tahun 2013 menjadi 2% pada tahun 2018 (berdasarkan diagnosis dokter). Peningkatan juga terjadi untuk wilayah Aceh, dimana sebelumnya terdapat sebanyak 1,8% pada tahun 2013 menjadi 2,5% pada tahun 2018. Berdasarkan data ini dapat dilihat bahwa insiden DM di Aceh lebih mengalami peningkatan yang signifikan dibandingkan secara Nasional.

Banyak Masyarakat tidak menyadari bahwa dirinya mengalami peningkatan kadar glukosa darah. Hal ini disebabkan banyak orang berpendapat bahwa penyakit DM ini adalah penyakit yang muncul karena diturunkan oleh orangtua atau karena keluarga sebelumnya juga menderita penyakit ini (penyakit keturunan). Padahal, Apabila seseorang tidak menjalani gaya hidup sehat, maka penyakit ini dapat terjadi pada siapapun tanpa memandang usia. Hal ini didukung dengan hasil riset dimana diketahui bahwa meskipun DM tipe 2 ini banyak diderita karena keturunan (5%) namun factor genetic ini saja tidaklah mendukung untuk seseorang menderita diabetes. Lebih lanjut disebutkan bahwa DM tipe II ini lebih banyak diderita pada orang dengan obesitas atau kegemukan akibat gaya hidup yang tidak sehat. (Maulana, 2016).

Upaya untuk menghindari atau menekan risiko mengidap penyakit diabetes maka perlu dilakukan Langkah berikutnya berupa pengobatan. Mempertahankan kadar glukosa darah dalam batas normal menjadi tujuan utama dari pengobatan diabetes mellitus (Saraswati,2019) Sehingga untuk mencegah munculnya dampak lanjut dari penyakit maka diperlukan adanya usaha guna pengendalian kadar glukosa darah. Dengan adanya usaha pengendalian KGD ini maka diharapkan dampak lanjut penyakit seperti terjadinya ulkus diabetikum, penyakit neuropati, nefropati, retinopati, dan penyakit jantung serta tekanan darah tinggi akan dapat dihindari (Miharja, 2019). Upaya Pengontrolan kadar glukosa darah dapat dilakukan dengan secara farmakologi maupun nonfarmakologi. Secara farmakologi, dapat diberikan obat antihiperlikemia baik secara oral (OHO) maupun injeksi, hal ini dilihat berdasarkan tingkat keparahan dari penyakit pasien (PERKENI, 2015). Sedangkan berdasarkan *National Center of Com-plementary and Alternative medicine* (NCCAM) Terapi komplementer yang dapat diberikan untuk penderita DM yang digolongkan dalam terapi "*energymedicine*" antara lain tai chi, chikung, dan reiki (Soegoro dalam Ester, dkk 2011).

Terapi Reiki adalah sebuah terapi pendamping yang dapat diberikan untuk membantu penurunan kadar gula darah. Terapi ini diyakini juga sebagai terapi yang sangat baik untuk menyembuhkan berbagai penyakit dikarenakan menggunakan energi alami tubuh yang berkarakter lembut namun memiliki getaran yang kuat. Untuk mengetahui adanya perubahan KGD maka perlu dilakukan pengukuran KGD sebelum dan setelah dilakukannya terapi reiki selama 20-30 menit (Arlina & riawati,2017). Terapi reiki menurunkan glukosa darah adalah

melalui faktor stress dan obesitas, hal ini merupakan salah satu penyebab menurunnya sensitivitas reseptor insulin. Kenaikan gula darah pada pasien DM, salah satunya dapat disebabkan oleh kondisi stress, dimana pada kondisi ini, tubuh akan mensekresi hormon stress yang dipercaya dapat menyebabkan gula dalam darah mengalami kenaikan (Lianamita,2019).

Berdasarkan penelitian dari Riawati (2021) terhadap 16 sample yang dipilih menggunakan purposive sampling didapatkan hasil adanya pengaruh terapi reiki dalam menurunkan kadar KGDS lansia yang mengalami DM. Hal sama didapatkan juga oleh Muliadi & Susanti (2019) yang meneliti terhadap 30 sampel dimana diperoleh hasil rata-rata kadar gula darah sewaktu sebelum dan setelah intervensi diberikan yaitu 294,40 sampai 132,72 dengan p value 0.000 ($\alpha=0,05$), hasil ini mengartikan bahwa terdapat perbedaan KGDS yang bermakna pada pengukuran sebelum dan setelah diberikan intervensi terapi reiki. Peneliti menyatakan apabila *Terapi Reiki* ini dilakukan secara teratur maka dipercaya akan dapat dijadikan sebagai solusi dalam menurunkan gula darah pada pasien DM. Berdasarkan uraian diatas bahwapenulis tertarik untuk menganalisis dalam bentuk *literature review* dengan judul “Analisis Penerapan Terapi *Reiki* Dalam Penurunan Kadar Glukosa Darah pada Pasien DM tipe 2”. Penelitian ini bertujuan untuk analisis penerapan terapi reiki dalam penurunan kadar glukosa darah pada pasien DM tipe 2 berdasarkan studi literatur dalam sepuluh tahun terakhir.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literature review* menggunakan framework PICO (problem, intervensi, comperation, dan outcome). Database yang digunakan melalui database *google scholar* yang digunakan untuk mencari artikel penelitian dalam sepuluh tahun terakhir yaitu tahun 2011-2022. Artikel yang diriview dalam penelitian ini adalah artikel yang sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan yaitu berdasarkan katakunci pasien Diabetes mellitus tipe 2 AND penurunan kadar glukosa darah AND terapireiki. Hasil akhir dari proses PICOS ini hanya mendapatkan 3 artikel yang sesuai untuk selanjutnya dilakukan review.

HASIL

Berdasarkan hasil pencarian melalui publikasi google scholar atau google cendekia menggunakan kata kunci pasien dm tipe 2 AND terapi reiki AND penurunan kadar glukosa darah, peneliti menemukan 3 artikel untuk direview. Dalam proses pencarian, penulis awalnya menemukan artikel sebanyak 40 artikel, namun setelah diskroning terdapat 14 artikel yang di eksklusi karena terbitan dibawah tahun 2011, sedangkan 26 sisa artikelnya dilakukan riview kelayakan berdasarkan PICOS sehingga dilakukan eksklusi lagi kriteria inklusi. Hasil penelitian oleh Arlina & Riawati (2021), dengan menggunakan metode rancangan pra eksperimental design dengan pendekatan *one-group pretest-post test design*, dengan teknik purposive *Sampling* dengan jumlah 16 responden, Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah glukometer untuk mengukur KGDS. Penelitian ini dianalisis dengan menggunakan analisis *paired sampel t test*. Hasil diperoleh berdasarkan ujistatistik yaitu $p=0,000$ ($<$ dari nilai $\alpha=0,05$) sehingga disimpulkan bahwa adanya pengaruh dilakukannya terapi reiki dalam menurunkan kadargula darah sewaktu lansia yang mengalami penyakit DM.

Hasil penelitian dari artikel Susanti, Rohmawati dan Muladi (2019), dengan desain yang digunakan yaitu metode praeksperimental melalui pendekatan *one grup pretest-posttest*. Penelitian ini dilakukan di DM *Rehab Club*, Instrumen yang digunakan adalah *Glukotest* (untuk mengukur KGDS), dan lembar observasi untuk mengisi data hasil wawancara dan observasi yang dilakukan oleh peneliti. Analisa data yang digunakan dalam penenilaian ini yaitu melalui analisis uji *t* dan uji anova. Hasil diperoleh adalah adanya perbedaan bermakna nilai kadar gula darah yang diukur sebelum dan setelah diberikan terapi reiki dimana

nilai rata-rata pengukuran KGDS yaitu 294.40-132.72 dengan p value 0.000 ($\alpha= 0,05$). Peneliti menyatakan bahwa terapi Reiki apabila dilakukan secara teratur dipercaya dapat menjadi sebagai alternatif terapi untuk menurunkan KGDS bagi penderita DM tipe 2.

Hasil penelitian Sylvia, Yetti, dan Hariyati (2011), dengan menggunakan metode pre eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest design, dengan teknik pengambilan *purposive sampling* dengan jumlah 18 orang pasien DM tipe 2, Instrument yang dipakai adalah Glukometer dan skala stress Holmes & Rahe yang sudah dimodifikasi. Penelitian ini dianalisis menggunakan program statistik. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan rerata KGDS sebesar 224.89-177.17 saat sebelum dan setelah diberikan intervensi selama 30 hari dengan nilai $p= 0,000$; $\alpha= 0,05$). Peneliti mengharapkan diberikannya terapi reiki sebagai salah satu intervensi keperawatan dalam merawat pasien lansia yang menderita diabetes mellitus.

PEMBAHASAN

Berdasarkan ketiga artikel yang dianalisis oleh penulis menunjukkan bahwa adanya keefektifan penerapan terapi reiki dalam membantu penurunan KGDS pasien dengan DM tipe 2. Menurut asumsi penulis, keefektifan terapi ini dalam menurunkan KGDS penderita DM tipe 2 dikarenakan dengan efek yang terjadi akibat energi reiki yang dapat berfungsi dalam proses regenerasi sel beta pankreas dalam menghasilkan insulin untuk membantu tubuh melakukan proses metabolis glukosa yang berasal dari makanan maupun minuman yang dikonsumsi seseorang. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Arlina (2021) yang mendapatkan adanya pengaruh terapi reiki dalam membantu menurunkan KGDS penderita DM. hal yang sama didapatkan oleh Aprilyadi (2023) dimana 70% penderita DM mengalami penurunan KGDS sebesar 15mg/dL setelah mendapat terapi reiki. Terapi reiki ini sangat mudah diaplikasikan sehingga penulis menyarankan agar terapi ini dapat dipraktekkan secara mandiri di rumah.

Selain karena penerapan reiki, kadar glukosa darah yang menurun pada penderita DM sebenarnya dipengaruhi juga oleh faktor usia, stress, dan obesitas. Salah satu faktor yang mempengaruhi DM tipe 2 faktor usia. Hasil analisa yang penulis lakukan dari artikel pertama yaitu Arlina & Riawati (2021), karakteristik usiapaling dominan 70-74 tahun (37,5%). Menurut asumsi penulis bahwa usia 70-74 rentan terkena penyakit diabetes melitus karena secara fisiologi, tubuh lansia sudah tidak mampu mensekresi insulin dengan jumlah yang memadai. Kondisi lansia yang seperti ini juga menjadi salah satu penyebab lansia lebih cenderung mengalami komplikasi lebih cepat daripada penderita yang relative lebih muda. Hal ini sejalan dengan teori Bustan (2014), menyatakan bahwa salah satu kelompok Masyarakat yang beresiko tinggi mengalami diabetes adalah masyarakat yang berusia lebih dari 45 tahun keatas. lebih lanjut disebutkan juga bahwa semakin meningkatnya umur hingga kelompok lanjut usia maka prevalensi DM juga akan semakin meningkat.

Diabetes melitus rentan terjadi pada lansia dikarenakan pada kelompok usia ini tubuh lansia sudah tidak mampu menggunakan insulin secara adekuat, terlebih lagi tubuh lansia juga sudah tidak bisa menghasilkan insulin dalam jumlah yang dibutuhkan tubuh (Nugroho, 2012). Organ tubuh seseorang pada lanjut usia biasanya akan mengalami lebihnya gula dalam darah, hal ini biasanya baru akan dirasakan oleh lansia saat sudah mengalami komplikasi atau akibat lanjut dari penyakit DM, jika kondisi ini sudah terjadi biasanya akan menimbulkan berbagai gejala pada organ yang terkena (Gibney, 2019). Selain faktor usia, factor psikologis yaitu stress juga merupakan salah satu factor yang dapat menyebabkan munculnya penyakit DM. Berdasarkan karakteristik responden stres hampir mendominasi yaitu sebanyak (42.5%) (Susanti, Rohmawati & Muladi, 2019). Menurut asumsi penulis bahwa stress dapat memicu

meningkatnya kadar gula darah, karena ketika orang mengalamistress maka pada penderita diabetes melitustipe 2 akan kesulitan mengontrol kadar gula darah. Hal ini sejalan dengan pendapat Mochamad & Wibowo (2015) Secara tidaklangsung, pada saat seseorang mengalami stress maka hal tersebut akan mempengaruhi seseorang dalam menjalani diet, Latihan jasmani dan perawatan diri, hal inilah yang diyakini mempengaruhi pengontrolan kadar gula darah pada pasien DM. Selain itu peningkatan hormon glukogon, Stres juga dapat meningkatkan hormon seperti glukagon, epinefrin, norepineprin kortisol dan hormon pertumbuhan yang dimana hormon inilah yang menjadi penyebab terganggunya kerja insulin dalam memetabolisme karbohidrat. Lebih lanjut Nugroho & purwanti (2010) juga menyatakan bahwa pengendalian diabetes yang tidak baik juga merupakan salah satu dampak dari adanya stres secara emosional.

Hormone “stres” yang meningkat apabila diikuti oleh perilaku diet yang salah serta penggunaan insulin yang kurang tepat, dipercaya juga dapat menjadi penyebab meningkatnya kadar gula darah. Selain itu, munculnya hiperglikemi atau hipoglikem akibat stress dijelaskan sebagai dampak dari strategi koping yang dimiliki seseorang, dimana saat stress terjadi biasanya seseorang akan memiliki perilaku makan yang berlebih, kurang berolahraga dan cenderung melupakan konsumsi obat (Susanti, Rohmawati & Muladi, 2019). Menurut asumsi penulis bahwa obesitas dapat mempengaruhi kadar gula darahmeningkat karena pada orang oabesitas terdapat lemak berlebih yang menyebabkanresistensi insulin dan hiperglikemia. Hal ini sejalan dengan pendapat Olvist (2011) yang menyatakan bahwa Obesitas adalah suatu keadaan yang menggambarkan seseorang yang memiliki kadar lemak berlebih yang biasa disimpan tubuh dalam bentuk glikogen sehingga dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan. Dalam beberapa hasil penelitian disebutkan bahwa obesitas erat kaitannya dengan kejadian DM. hal ini dikarenakan insulun yang dihasilkan oleh pankreas penderita DM tidak berfungsi maksimal dalam proses metabolisme karbohidrat dan menghambat sel tubuh menyerap glukosa karena terganggu akibat tingginya kolesterol dan trigliserida pada orang dengan obesitas.

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan pada *literature review* dari ketiga artikel yang di analisis maka disimpulkan bahwa penerapan terapi *reiki* efektif dalam menurunkan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2. Pemberian terapi *reiki* di berikan selama 20-30 menit. Selanjutnya dilakukan pengukuran kadar glukosa darah untuk mengetahui pengaruh dari terapi *reiki* tersebut. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yang mempengaruhi diabetes melitus tipe 2 penerapan terapi *reiki* seperti usia, stres, berat badan, dan obesitas. Sedangkan faktor yang mendukung keberhasilan terapi *reiki* antara lain kadar glukosa darah dan frekuensi pelaksanaan terapi *reiki*.

DAFTAR PUSTAKA

- Lianamita, M. (2019). Materi terapu Reiki Ria. Online [pdfcoffe.com/materi-terapi-reiki.ria](https://pdfcoffee.com/materi-terapi-reiki-ria)
- Maulana M. (2016). *Mengenal Diabetes : Panduan Praktis Menangani Penyakit Kencing Manis*. Katahati, Yogyakarta. Nuha Medika
- Miharja, L. (2009). Faktor yang Berhubungan dengan Pengendalian Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus di perkotaan Indonesia. *Majalah kedokteran Indonesia*, 59(9)
- Mochamad & Wibowo (2015). *Standarasuhan keperawatan dan prosedur tetap dalam praktik keperawatan*. Jakarta. Selemba Medika.
- Nurghiwiati, E. (2015). Terapi alternatif &komplementer dalam bidang keperawatan. In

Media: Jakarta.

Ningsih, W. (2013). *Standar asuhankeperawatan*. Jakarta. Nuha Medika.

Padila. (2012). *Buku ajar keperawatan medikal bedah*. Yogyakarta. Nuha Medika.

Puspitasari, *et.al.* (2014). Terapi Reiki. Universitas Jember. Online
<https://livrosdeamor.com.br.documents/terapi-reiki-kumpuldoc-5c8f17d9c7267>.

Putri & Wijaya. (2013). *KMB 2 keperawatanmedikal bedah*. Yogyakarta.Nuha Medika.

Perkeni. (2015). Konsensus Pengendalian dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 diIndonesia 2015. In *Perkeni*. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>

Riset kesehatan dasar. (2018). *infodatin pusat data dan informasi kementerian kesehatanRI*.
<https://www.google.com/search?q=data+risk esdas+diabetes+melitus&oq=data+risk esdas+diabetes+melitus&aqs=chrome..69i57j0i22i30i5.23665j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8>

Rendy & TH. (2012). *Asuhan keperawatan medikal bedah dan penyakit dalam*. Yogyakarta: KDT

Rumorhobo, H. (2014). *Mencegah diabetes melitus dengan penurunan gaya hidup*. Bogor. IN MEDIA.

Sylvia. (2008). Pengaruh Reiki terhadap penurunan kadar glukosa darah pasien diabetes melitus tipe 2 di klub diabetes instalasi rehabilitasi medis RSUP Fatmawati Jakarta. Universitas Indonesia. Online <https://iib.ac.id>

WHO. (2022). https://www.who.int/health-topics/diabetes#tab=tab_1