

PENELITIAN

PENGARUH TERAPI AIR PUTIH TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DM TIPE 2 DI POLI KLINIK KHUSUS ENDOKRIN RSUP DR M DJAMIL PADANG TAHUN 2011

Penelitian Keperawatan Medikal Bedah



TETI YUNIARTI

BP: 0910325168

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2011**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bertambahnya angka harapan hidup bangsa Indonesia, menjadikan perhatian masalah kesehatan, beralih dari penyakit infeksi ke penyakit degeneratif. Salah satu penyakit degeneratif adalah Diabetes Melitus yang merupakan penyakit tidak menular yang akan meningkat jumlahnya di masa yang akan datang. Diabetes Mellitus merupakan salah satu ancaman utama bagi kesehatan umat manusia pada abad 21. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) membuat perkiraan bahwa pada tahun 2025, di seluruh dunia jumlah penderita Diabetes Melitus di atas umur 20 tahun akan meningkat menjadi 300 juta orang (dikutip dari Suyono, 2006).

Diabetes Melitus merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau kedua-duanya (ADA, 2005). Ada beberapa tipe Diabetes Melitus berdasarkan klasifikasinya yaitu Diabetes Melitus Tipe 1 (IDDM), Diabetes Melitus Tipe 2 (NIDDM), dan Diabetes Melitus Gestasional.

Menurut Brunnert & Suddarth (2002), lebih kurang 90% -95% penderita Diabetes mengalami Diabetes Melitus tipe 2. Berdasarkan data WHO, Diabetes

Melitus Tipe 2 sudah menjadi epidemik dan merupakan salah satu ancaman kesehatan di dunia.

Sekitar 3,2 juta kematian berhubungan dengan Diabetes Melitus tipe 2. Sedikitnya satu di antara 10 kematian orang dewasa (35 - 64 tahun) juga berhubungan dengan Diabetes Melitus Tipe 2.

Indonesia merupakan negara urutan keempat setelah India, China, dan Amerika Serikat dengan jumlah penderita Diabetes Melitus terbesar yakni hampir 8,5 juta orang (Pangkalan , 2007). Diabetes Melitus Tipe 2 merupakan penyebab kematian menduduki peringkat pertama yaitu 1,34% (Dep.Kes RI, 2009). Berdasarkan data 10 penyakit utama penyebab kematian di rumah sakit di Indonesia tahun 2005, Diabetes Melitus tipe 2 menempati urutan ke sembilan penyebab kematian di Indonesia. Dilihat dari pola 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat jalan di rumah sakit tahun 2005 pasien dengan Diabetes Melitus tipe 2 menempati urutan ke delapan (Dep.Kes RI, 2009).

Diabetes Mellitus Tipe 2 ini biasanya menyerang orang – orang yang menjalankan gaya hidup yang tidak sehat, misalnya kebanyakan makan makanan berlemak dan berkolesterol namun rendah serat dan vitamin. Keadaan ini memicu terjadinya obesitas yang merupakan salah satu terjadinya diabetes mellitus tipe 2. Daniels & Popkin (2010) dalam penelitiannya mengatakan bahwa dengan meminum air putih dapat mengurangi obesitas. Untuk memenuhi kebutuhan serat dan cairan dapat dilakukan terapi kesehatan yang paling murah dan sangat besar manfaatnya yaitu dengan membiasakan minum air putih sebanyak – banyaknya, atau minimal 8

gelas perhari. Konsumsi air putih membantu proses pembuangan semua racun – racun di dalam tubuh, termasuk gula berlebih (Sudarmoko, 2010). Hal ini diperkuat dengan penelitian James (2010) bahwa dengan minum air putih menyebabkan terjadinya pemecahan gula. Untuk membantu mengeluarkan zat-zat kimia seperti glukosa dan zat-zat melalui ginjal serta proses pembersihan organ tubuh, diperlukan jumlah cairan yang banyak dalam satu kali pemberian di pagi hari.

Menurut Sibuea (2005) bahwa $\frac{2}{3}$ dari tubuh manusia adalah cairan intraselular dan $\frac{1}{3}$ lagi cairan ekstraselular. Dari cairan ekstraselular terdapat $\frac{2}{3}$ yang tidak berada dalam aliran darah dan tidak ada di dalam sel. Ini disebut cairan interstisial. Cairan ekstraselular yang $\frac{1}{3}$ lagi berada dalam aliran darah. Air merupakan komponen kritis dalam tubuh karena fungsi sel bergantung pada lingkungan cair. Air menyusun 60% hingga 70% dari seluruh berat badan. Pada usia 19 - 50 tahun, kebutuhan cairan sehari-hari adalah 50 ml/kgBB/hari, dan kebutuhan eliminasi 1500-1600ml/hari. Air merupakan salah satu dari enam kategori zat makanan selain karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral. Air adalah komponen yang sangat penting dalam tubuh dan bertindak sebagai penghancur makanan (Potter & Perry, 2006). Hasil penelitian Zeuthen (2010) mengatakan bahwa cairan bisa menyebabkan terjadinya peningkatan osmotik sehingga menyebabkan pengenceran glukosa di plasma.

Hidroterapi, sebagai salah satu penggunaan terapi air putih secara eksternal sudah lama dilakukan untuk menjaga tubuh tetap sehat dan mengobati penyakit. Terapi air putih pertama kali dikembangkan di India dan diyakini dapat mengatasi

berbagai masalah kesehatan, seperti: DM, konstipasi, TBC, arthritis, hipertensi, asam urat, dan lain-lain. Terapi air putih alami dapat didasarkan pada dua penggunaan yaitu penggunaan air secara internal atau dengan cara meminum air secara benar dan penggunaan air secara eksternal. Dalam hal ini penggunaan terapi air putih yang dimaksud adalah terapi air putih yang dilakukan secara internal yaitu dengan meminum air putih hangat sebanyak 1,5 liter setiap pagi segera setelah bangun tidur (Wike, 2007).

Aktivitas keperawatan yang dapat dilakukan perawat dalam manajemen hiperglikemia untuk mengatasi masalah hiperglikemia adalah mendorong pasien untuk meningkatkan *intake* cairan secara oral dan memonitor status cairan pasien (Dochterman & Bulechek, 2004). Dalam praktek keperawatan terapi komplementer diperlukan untuk melengkapi atau memperkuat pengobatan konvensional maupun biomedis (Cushman & Hoffman, 2004) agar bisa mempercepat proses penyembuhan. Pengobatan konvensional (kedokteran) lebih mengutamakan penanganan gejala penyakit, sedangkan pengobatan alami (komplementer) menangani penyebab penyakit serta memacu tubuh sendiri untuk menyembuhkan penyakit yang diderita (Sustrani, Alam & Hadibroto, 2005).

Rumah Sakit M.Djamil Padang merupakan rumah sakit rujukan di berbagai daerah Sumatera Barat, dimana sampai saat ini belum melakukan terapi air putih dalam intervensi keperawatan pada pasien Diabetes Mellitus. Dari survey awal di poliklinik khusus endokrin tanggal 19 Maret 2010 didapatkan data melalui wawancara pasien Diabetes Melitus sebanyak 10 orang kebiasaan mereka tiap pagi

hanya minum air putih 1-2 gelas dan setiap harinya minum sebanyak 7-8 gelas/hari. Berdasarkan data dari rekam medik Rumah Sakit M.Djamil Padang tanggal 21 Januari 2010 diperoleh data kunjungan poliklinik khusus endokrin RS.M.Djamil Padang, dimana penyakit diabetes merupakan jumlah kunjungan tertinggi untuk periode 1 Januari – 31 Desember 2009 tercatat 8.046 orang dan periode 1 Januari – 31 Desember 2010 tercatat 5626 kunjungan. Sedangkan data penderita dm tipe 2 untuk periode 1 Januari-31 Desember 2009 tercatat 713 orang, dan periode 1 Januari-31 Desember 2010 tercatat 1923 orang, dan 540 orang diantaranya merupakan kasus baru dari semua kalangan usia dan jenis kelamin.

Berdasarkan fenomena-fenomena di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul” Pengaruh terapi air putih terhadap penurunan kadar gula darah sesaat pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di ruangan poliklinik khusus endokrin RS.Dr.M.Djamil Padang.”

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah penelitian ini adalah “ Berapakah pengaruh terapi air putih terhadap penurunan kadar gula darah sesaat pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui pengaruh terapi air putih terhadap penurunan kadar gula darah sesaat pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di ruangan Poliklinik khusus endokrin RS.Dr.M.Djamil Padang.

2. Tujuan khusus

Melalui penelitian ini dapat menjelaskan :

- a. Untuk mengidentifikasi kadar gula darah sesaat pasien diabetes melitus tipe2 sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol
- b. Untuk mengidentifikasi kadar gula darah sesaat pasien diabetes melitus tipe 2 sebelum dan sesudah dilakukan terapi air putih pada kelompok intervensi.
- c. Untuk menganalisa perbedaan kadar gula darah sesaat pasien diabetes melitus tipe 2 sebelum dan sesudah dilakukan terapi air putih pada kelompok kontrol dan intervensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Pelayanan keperawatan di rumah sakit

Memberikan masukan tentang pengaruh pemberian terapi air putih dalam menurunkan kadar gula darah sesaat pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2, sehingga dapat dipergunakan sebagai intervensi keperawatan mandiri.

2. Bagi perkembangan ilmu keperawatan

Menambah pengetahuan dan wawasan tentang pengaruh terapi air putih sebagai perilaku *kognitif* untuk menurunkan kadar gula darah sesaat pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2.

3. Bagi pendidikan keperawatan

Memberikan gambaran dan acuan hasil riset tentang terapi air putih sebagai suatu terapi perilaku *kognitif* untuk menurunkan kadar gula darah sesaat yang akan digunakan dalam melakukan penelitian lanjut.

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.

Dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya maka penelitian ini mengambil kesimpulan :

1. Kadar gula darah sesaat pasien diabetes melitus tipe 2 pada hari ke 1 (sebelum intervensi) adalah 243,25 mg/dl dan pada hari ke 14 (sesudah intervensi) adalah 240,07 mg/dl pada kelompok kontrol.
2. Kadar gula darah sesaat pasien diabetes melitus tipe 2 pada hari ke 1 (sebelum dilakukan terapi air putih) adalah 231 mg/dl dan pada hari ke 14 (sesudah dilakukan terapi air putih) adalah 154,25 mg/dl pada kelompok intervensi.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan terapi air putih antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

B. Saran.

1. Pelayanan keperawatan.

Bagi ketua komite keperawatan, kepala bidang keperawatan, dan manajer pelayanan keperawatan penyakit endokrin di rumah sakit agar dapat memasukkan terapi air putih ke dalam prosedur tetap penanganan DM khususnya pada pasien DM Tipe 2. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terapi air putih akan menjadi wacana baru dalam pemberian asuhan keperawatan pada pasien DM Tipe 2. Walaupun sesuatu hal yang baru, terapi air putih sangat bermanfaat bagi pasien

tersebut, karena terapi air putih ini relatif tidak memerlukan biaya yang harus dikeluarkan dan mudah mendapatkannya.

Sebagai bentuk intervensi keperawatan, terapi air putih dapat dimasukkan ke dalam salah satu intervensi mandiri pada masalah keperawatan mandiri pada pasien DM yaitu kekurangan volume cairan yang berhubungan dengan efek diuresis osmotik dan masalah keperawatan kolaboratif yaitu hiperglikemia.

2. Institusional pendidikan keperawatan.

Bagi institusi pendidikan disarankan agar terapi air putih dapat dijadikan sebagai salah satu bahan pengembangan metode pembelajaran tentang asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus.

3. Penelitian keperawatan.

Bagi penelitian keperawatan selanjutnya disarankan agar dapat melanjutkan penelitian serta menggali cara lain yang dapat menurunkan kadar gula darah sesaat pada pasien DM Tipe 2 sehingga ilmu pengetahuan keperawatan dapat berkembang dengan baik.

Bila berkaitan dengan masalah penelitian ini maka peneliti selanjutnya juga disarankan untuk memperpanjang waktu penelitian dengan sampel yang lebih banyak. Dengan demikian, hasil penelitiannya akan menjadi lebih baik.