

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Meningkatnya kadar glukosa di dalam darah (hiperglikemia), yang disebabkan oleh kekurangan hormon insulin dan penurunan hormon insulin dalam tubuh, adalah gangguan metabolik yang dikenal sebagai diabetes mellitus (Wibisana & Chotimah, 2021). Banyak faktor yang dapat menyebabkan kadar glukosa darah meningkat, termasuk mengkonsumsi makanan yang tidak sehat, jumlah kalori harian yang kurang sehat, dan kurangnya asupan nutrisi. (Sy, Afrianti, Bahri, & Yuniarti, 2012). Gula darah sewaktu merupakan Pemeriksaan gula darah yang dilakukan setiap waktu, sepanjang hari tanpa memperhatikan makanan terakhir yang dimakan dan kondisi tubuh orang tersebut (Kinasih, 2022).

Upaya Untuk mengatasi gangguan nutrisi dan meningkatkan pemenuhan intake cairan pada pasien dengan diabetes tipe 2, program diet dan pola makan yang sehat dapat dilakukan (Kusniawati & Suhandi, 2017). Terapi komplementer diperlukan untuk melengkapi dan memperkuat pengobatan konvensional, agar dapat mempercepat proses pemulihan (Lim et al., 2021). Salah satu terapi yang dapat memenuhi kebutuhan cairan dan serat tubuh adalah minum air putih. Meminum air putih setidaknya delapan gelas sehari dapat membantu tubuh membersihkan diri, termasuk menghilangkan gula berlebih (Sunaryo et al., 2020). air putih merupakan salah satu pengobatan komplementer secara alamiah yang bertujuan untuk mengoptimalkan fungsi organ tubuh (Dewi & Rahmawati, 2019).

Pada 2021, International Diabetes Federation (IDF) mencatat 537 juta orang dewasa (umur 20-79 tahun) atau 1 dari 10 orang hidup dengan diabetes di seluruh dunia. Prevalensi diabetes diperkirakan meningkat seiring penambahan umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta orang pada umur 65-79 tahun. Angka diprediksi terus meningkat hingga mencapai 578 juta di tahun 2030 dan 700 juta ditahun 2045. Pada tahun 2021, Dinas Kesehatan Jawa Barat menemukan sejumlah 46.837 orang dengan Diabetes dan 17.379 atau 37,1% di antaranya tidak

mendapatkan perawatan kesehatan yang layak sesuai standar pemerintah (Dinkes provinsi Jawa Barat, 2022).

Untuk menurunkan kadar glukosa dalam darah pada pasien diabetes melitus, maka adapun jenis terapi yang dapat diberikan pada pasien diabetes melitus adalah terapi komplementer dan juga terapi farmakologi, pada terapi komplementer sendiri yang dilakukan adalah terapi minum air putih, alasan memilih terapi tersebut karena mudah didapat, tidak membutuhkan biaya yang besar, dapat dikonsumsi setiap orang dan terbukti dapat menurunkan kadar gula darah, salah satu terapi komplementer dalam aktivitas keperawatan adalah mendorong pasien untuk meningkatkan intake cairan secara oral dan memonitor status cairan pasien (Varena, 2021). Banyak manfaat yang bisa dijadikan alasan mengapa penting membiasakan diri rutin minum air putih, khususnya pada penderita diabetes yang memiliki kadar gula darah cukup tinggi (Qi et al., 2018). Berdasarkan fungsinya air didalam tubuh sebagai pelarut, akan dibawa oleh air di distribusikan ke semua sel-sel tubuh yang membutuhkan, kemudian air yang bersifat pelarut mampu mengangkut sisa hasil metabolisme tubuh yang tidak diperlukan dan keluar dari tubuh melalui urine dan kulit (Putra & Hasana, 2019).

Menurut (Hengky, 2021) dengan meminum air putih dapat mengurangi atau menstabilkan kadar gula darah, mengurangi berat badan, dan kebutuhan cairan dapat terpenuhi dengan melakukan terapi air putih. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari separuh (66,7%) penderita diabetes mellitus tipe 2 mengalami penurunan kadar gula darah sewaktu sebanyak 10 orang. Dengan mengkonsumsi air putih sesuai anjuran dapat menyebabkan pengenceran glukosa dalam plasma (Wibisana & Chotimah, 2021). Terapi air putih dapat membantu dalam proses pembuangan racun didalam tubuh, termasuk gula berlebih untuk menurunkan kadar glukosa dalam darah. Air putih membantu mengeluarkan zat kimia dari tubuh melalui urin, yang menunjukkan bahwa melakukan terapi air putih secara teratur akan bermanfaat bagi tubuh, terutama menurunkan kadar gula darah (Imelda, 2019).

Terapi komplementer yang mudah dan biasa digunakan dalam pengobatan Diabetes Mellitus Tipe 2 yaitu terapi air putih . Konsumsi air putih membantu proses pembuangan semua racun-racun di dalam tubuh termasuk gula berlebih dan zat-zat melalui ginjal serta proses pembersihan organ tubuh, diperlukan jumlah cairan yang banyak dalam satu kali pemberian dipagi hari (Putra, 2018). Hydroterapi atau terapi meminum air, alasan memilih terapi air putih karena mudah didapat, tidak membutuhkan biaya yang besar, dapat dikonsumsi setiap orang dan terbukti dapat menurunkan kadar gula darah. Salah satu terapi komplementer dalam aktivitas keperawatan adalah mendorong pasien untuk meningkatkan intake cairan secara oral dan memonitor status cairan pasien. Terapi tersebut adalah hidroterapi, atau terapi air. Terapi air putih adalah suatu cara maupun metode perawatan dan penyembuhan dengan menggunakan air, untuk mendapatkan efek terapi, atau penyembuhan (Kinasih, 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 14 maret 2024 di RSUD Waled Kabupaten Cirebon. Di ruang Dahlia1, Dahlia2, dan kemuning Di tahun 2024 dengan jumlah penderita diabetes melitus tipe2 terdapat 36 orang dengan usia rata-rata 40-50 tahun keatas. Hasil wawancara yang dilakukan terhadap 5 pasien, ada 3 orang yang mengatakan jarang mengkonsumsi air putih atau lebih sering mengkonsumsi minuman manis atau berwarna.

Berdasarkan teori,konsep dan fenomena tersebut penulis tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh Terapi Air Putih Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe2 di RSUD Waled Kabupaten Cirebon”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena diatas maka rumusan masalah yang dibuat oleh peneliti sebagai berikut “Apakah ada pengaruh konsumsi terapi air putih terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe2 di RSUD Waled?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh air putih terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe2.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk Mengetahui efektifitas kadar gula darah sebelum diberikan air putih
2. Untuk mengetahui efektifitas kadar gula darah setelah diberikan air putih
3. Untuk mengetahui pengaruh air putih terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe2

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan bahan masukan dan referensi untuk menambah pengembangan ilmu keperawatan tentang keperawatan medical bedah khususnya antara pengaruh air putih terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe2 di RSUD Waled.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Penderita Diabetes Melitus
Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi pengetahuan kepada penderita diabetes melitus tentang peran air putih dalam mengontrol kadar gula darah dapat membantu penderita diabetes melitus tipe2 meningkatkan kualitas hidup mereka dengan mengurangi komplikasi yang terkait dengan fluktuasi kadar gula darah.
2. Bagi Rumah Sakit
Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu rumah sakit dalam pengembangan program manajemen diabetes yang lebih holistic dan berfokus pada aspek-aspek nonfarmakologis, seperti asupan air putih, sebagai bagian dari strategi pengelolaan penyakit

3. Bagi Institusi Itokes Mahardika

Penelitian ini dapat dijadikan salah satu referensi untuk penelitian selanjutnya khususnya dalam bidang keperawatan medical bedah mengenai pengaruh pemberian air putih terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe2

1.5 Keaslian Penelitian

1. Ahid Jahidin (2019). Pengaruh terapi minum air putih terhadap penurunan kadar gula darah

Metode penelitian: Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan desain penelitian eksperimen dengan pendekatan One Group Pre-Test and Post-test design yaitu penelitian yang menggunakan satu kelompok subyek, pengukuran dilakukan sebelum dan latihan terapi minum air dan terapi minum air, yaitu untuk mengetahui Pengaruh Terapi Minum Air Putih Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II

Populasi: Populasi dalam penelitian ini adalah Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Desa Bumiayu Kecamatan Wonomulyo Kabupaten Polewali Mandar.

Hasil: hasil analisis univariat variabel kadar gula darah sewaktu sebelum (Pretest) diberikan terapi minum air putih pada responden Diabete Mellitus Tipe II di desa Bumiayu kecamatan Wonomulyo memiliki rata-rata (Mean) kadar gula darah 230.15 Mg/dl. Sedangkan nilai minimal 164 Mg/dl dan nilai maksimal 285 Mg/dl.

Persamaan penelitian: persamaan pada penelitian ini yaitu terapi air putih untuk penurunan kadar gula darah.

Perbedaan penelitian: Perbedaan pada penelitian ini terletak pada lokasi, metode, responden.

2. Rastipiati. 2023. Pengaruh air putih hangat dan air putih biasa terhadap penurunan kadar gula darah sewaktu (GDS) pada lansia diabetes melitus di desa luragung kecamatan luragung kabupaten kuningan.

Metode penelitian : Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian Quasy Eksperiment dengan menggunakan metode one group pretest-posttest, sampel pada penelitian ini yaitu lansia penderita diabetes melitus di desa Luragung Landeuh, Kecamatan Luragung, Kabupaten Kuningandengan populasi sebanyak 77 orang.

Hasil Penelitian : diperoleh data hasil demografi berdasarkan usia pada penerima terapi air putih hangat yang berusia 60-65 tahun sebanyak 11 orang (73,3%) dan lansia yang berusia 65-70 tahun sebanyak 4 orang (26,7%).

Persamaan penelitian : persamaan penelitian ini terletak pada variable independent yaitu pengaruh air putih

Perbedaan penelitian : perbedaan penelitian ini terletak pada air hangat dan air biasa.

3. I fon Driposwana Putra. 2022. Hydroteraphi minum air putih untuk menurunkan kadar gula darah sewaktu (GDS).

Metode penelitian: jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain penelitian quasi experiment dengan rancangan pre and post test without control.

Hasil penelitian: hasil penelitian rata-rata usia responden 51.20 dengan standar deviasi 5.281 dengan presentase (53,3%) penderita diabetes melitus tipe 2 adalah dengan rentang umur 51-60 tahun sebanyak 8 orang. Sebagian besar (80%) penderita diabetes melitus tipe2 dengan jenis kelamin Perempuan sebanyak 12 orang. Hampir seluruhnya (93,3%) penderita diabetes melitus tipe 2 dengan lama menderita diabetes >6 bulan sebanyak 14 orang.

Persamaan penelitian: persamaan penelitian ini terletak pada manfaat air putih untuk penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus

Perbedaan penelitian : perbedaan pada penelitian ini terletak pada penurunan kadar gula darah sewaktu (GDS)