Nerspedia
Received Januari 2024, Accepted Juni 2024
@Nerspedia 2024
eISSN: 2722-6573; pISSN: 2721-1444

Asuhan Keperawatan pada Ny.X dengan Diagnosis Diabetes Melitus melalui Intervensi Efektivitas Terapi Air Putih

Riza Reswadi[1], Endang Pertiwiwati[2*]

[1,2] Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Jl. A. Yani Km. 36, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia, 70714

*Email korespondensi: een_effendi@ulm.ac.id

ABSTRAK
Diabetes mellitus adalah gangguan metabolisme yang ditandai dengan peningkatan gula darah. Terapi air merupakan metode terapi dan penyembuhan, terutama dalam pengobatan diabetes. Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan asuhan keperawatan dengan terapi air putih pada Ny. X dengan diagnosis diabetes mellitus tipe 2 di Desa Awang Bangkal Barat. Penelitian ini menggunakan metodologi studi kasus dengan mengumpulkan data menggunakan Formulir Evaluasi Keperawatan Model Gordon serta melakukan wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Kemudian dilanjutkan ke analisis data, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Kondisi umum Ny. X yang berusia 56 tahun dengan tanda-tanda vital: tekanan darah 206/115 mmHg, glukosa darah ±500 mg/dL. Diagnosis yang ditegakkan adalah Risiko Ketidakstabilan Glukosa Darah karena faktor risiko diabetes mellitus. Intervensi yang dilakukan adalah diet air putih untuk mengurangi konsumsi gula berlebih. Dilakukan selama dua minggu: minggu pertama sebagai latihan, minggu kedua sebagai intervensi. Setelah hidroterapi dilakukan, hasil GDS adalah ±108 mg/dL.

Kata Kunci: Diabetes Mellitus, Terapi Air Putih

ABSTRACT
Diabetes mellitus is a metabolic disorder characterized by an increase in blood glucose levels. Water therapy is one of the therapeutic and curative methods, especially in the management of diabetes. This study aimed to apply nursing care with water therapy to Mrs. X with a diagnosis of Diabetes mellitus 2 in Awang Village, West Bangkal. This study uses a case study method with data collection using a Gordon pattern nursing assessment sheet and by conducting interviews, observations and physical examinations. Then proceed with data analysis, diagnosis, intervention, implementation and evaluation. General condition of Mrs. X who is 56 years old with vital signs. Blood pressure: 206/115 mmHg, blood glucose ± 500 mg/dl, the accepted diagnosis is: Risk for blood glucose instability due to risk factors: Diabetes mellitus. The intervention is a water diet to reduce excess sugar consumption. It was carried out for two weeks, the first week as exercise, the second week as intervention, and hydrotherapy was carried out and the GDS results were ± 108mg/dl.

Keywords*: Diabetes Mellitus, Water Therapy*

Cite this as: Reswadi R dan Pertiwiwati E. (2024). Asuhan Keperawatan pada Ny.X dengan Diagnosis Diabetes Melitus melalui Intervensi Efektivitas Terapi Air Putih. Nerspedia; 6(4): 431-433.

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus adalah penyakit yang berhubungan dengan penurunan fungsi atau struktur jaringan atau organ dalam tubuh seiring waktu akibat usia atau pilihan gaya hidup. Penyakit ini juga dikenal sebagai penyakit gaya hidup modern, di mana masyarakat lebih memilih makanan cepat saji daripada berolahraga. Obesitas juga meningkatkan risiko terkena diabetes, misalnya karena penggunaan teknologi dan kendaraan bermotor dibandingkan berjalan kaki (1).

Ada dua jenis diabetes: tipe I dan tipe II. Diabetes mellitus tipe I adalah penyakit metabolisme di mana sel-sel beta pankreas dihancurkan karena suatu alasan, menyebabkan peningkatan gula darah. Penderita membutuhkan

tambahan insulin dari luar karena pankreas tidak memproduksi insulin sama sekali. Sedangkan diabetes mellitus tipe II merupakan bentuk diabetes di mana terjadi penurunan sekresi insulin oleh sel beta pankreas atau peningkatan resistensi insulin (2).

Menurut *International Diabetes Federation* (IDF), lebih dari 537 juta orang dewasa (usia 20-79 tahun) atau 1 dari 10 orang menderita diabetes di seluruh dunia, dan 6,7 juta orang meninggal dunia pada tahun 2021. China merupakan negara penderita diabetes terbesar di dunia dengan 140,87 juta orang, sedangkan Indonesia menempati urutan kelima dengan 19,47 juta penderita. IDF menemukan bahwa 4 dari 5 orang dengan diabetes (81%) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Menurut data *World Health Organization* (WHO), sekitar 70% penderita diabetes meninggal dunia pada tahun 2016 (3).

Menurut Yosmar dkk. (2018), beberapa faktor risiko diabetes meliputi: ras dan etnis, riwayat keluarga diabetes, usia (risiko gangguan glukosa meningkat seiring bertambahnya usia), riwayat melahirkan dengan berat badan lahir >4000 gram atau riwayat diabetes gestasional, riwayat berat badan lahir rendah (<2500 gram), kegemukan, kurang aktivitas fisik, hipertensi, dislipidemia, serta pola makan yang buruk (tinggi glukosa dan rendah serat) (2).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pengumpulan data melalui penilaian, observasi, dan pemeriksaan fisik. Selanjutnya dilanjutkan dengan analisis data, penegakan diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Implementasi keperawatan dilakukan selama 14 hari intervensi di rumah Ny. X dengan setiap pertemuan melakukan kontroling/pemantauan terkait terapi air putih yang diberikan kepada Ny. X.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan intervensi selama 14 hari pada Ny.X didapatkan masalah keperawatan risiko ketidakstabilan kadar glukosa darah. Yang dibuktikan klien saat ini mengeluh merasa cepat lapar padahal makan banyak, penglihatan kabur, sering berkemih, sering kesemutan, dan klien tampak lemas.

Intervensi kepada Ny. X selama 14 hari dan setelah dilakukan evaluasi pada hari terakhir didapatkan hasil dari GDS, dan keluhan pasien terkait merasa cepat lapar padahal makan banyak, penglihatan kabur, sering berkemih, sering kesemutan, dan klien tampak lemas, sudah berkurang dengan skor 5.

Perilaku, gaya hidup, dan faktor klinis atau kejiwaan dapat mempengaruhi perkembangan diabetes. Diabetes tipe II sering menyerang orang dengan gaya hidup tidak sehat seperti mengonsumsi makanan tinggi lemak dan kolesterol tetapi rendah serat dan vitamin. Kondisi ini menyebabkan obesitas, salah satu penyebab diabetes tipe II.

Salah satu pengobatan non obat untuk diabetes tipe II adalah terapi komplementer. Pengobatan komplementer adalah pengobatan naturopati. Seorang perawat dapat melakukan perawatan tambahan secara mandiri. Salah satu pengobatan komplementer yang sering digunakan dalam penatalaksanaan diabetes melitus adalah hidroterapi (4). Konsumsi air membantu mengeluarkan semua racun dari tubuh, termasuk kelebihan gula. Air minum menyebabkan gula terurai. Air juga berguna untuk mengeluarkan bahan bahan kimia seperti glukosa dan zat lain

melalui ginjal dan organ yang bersih, pertama-tama perlu minum air putih di pagi hari.

Terapi air dikaitkan dengan diabetes karena cairan dapat meningkatkan osmolalitas untuk mengencerkan glukosa plasma. Air adalah salah satu dari enam nutrisi, bersama dengan karbohidrat, protein dan lipid, vitamin dan mineral. Air merupakan komponen yang sangat penting dalam tubuh dan berperan sebagai penghancur makanan termasuk kelebihan gula. Minum air dapat mengurangi obesitas. Kebutuhan akan serat dan cairan dapat mempengaruhi kesehatan, oleh karena itu cara yang paling hemat dan terbaik adalah minum air putih sebanyak mungkin atau minimal 8 gelas sehari (5).

Hasil penilaian intervensi setelah hidroterapi menunjukkan adanya perubahan penurunan gula darah, sesuai dengan hasil penelitian Ahid Jahidin dkk (2019) bahwa hidroterapi dapat menurunkan gula darah.

KETERBATASAN

Peneliti menyadari bahwa dalam pelaksanaan Karya Tulis Ilmian Ners (KTIN) ini terdapat keterbatasan yang memperngaruhi proses penelitian yang dimana pada aturan tidak dielaskan bagaimana pemantauan dalam intervensi yang berlangsung pada saat minum air putih setiap pagi.

PENUTUP

Penerapan terapi air putih dapat diberikan pada pasien diabetes militus, yang di mana ada peubahan dari sebelum pemberian yang di mana kadar gula darah pada Ny. X ±500 mg/dl dan setelah intervensi selama 14 hari didapatkan hasil GDS pasien turun ±108 mg/dl. Sehingga intervensi pemberian air putih dapat diberikan pada pasien dengan diabetus mellitus.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kusnanto K, Sundari PM, Asmoro CP, Arifin H. Hubungan tingkat pengetahuan dan diabetes *self-management* dengan tingkat stres pasien diabetes melitus yang menjalani diet. J Keperawatan Indones. 2019;22(1):31-42.
2. Yosmar R, Almasdy D, Rahma F. Survei risiko penyakit diabetes melitus terhadap kesehatan masyarakat Kota Padang. J Sains Farm Klin. 2018;5(1):134-41.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Tetap produktif, cegah dan atasi diabetes melitus. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI; 2020.
4. Elmatris Sy, Afrianti E, Bahri N, Yuniarti. Efek hidroterapi pada penurunan kadar gula darah sesaat (KGDS) terhadap penderita diabetes melitus tipe 2. Maj Kedokt Andalas. 2012;36(2).
5. Jahidin A, Fitriani L, Wahab M. Pengaruh terapi minum air putih terhadap penurunan kadar gula darah sewaktu (GDS) pada pasien diabetes mellitus tipe II. Bina Generasi (J Kesehat). 2019;11(1).