

Jurnal Penelitian Keperawatan Medik	Vol. 4 No. 1	Edition: Mei 2021 – Oktober 2021
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPKM	
Received: 10 Juni 2021	Revised: 16 Juli 2021	Accepted: 28 Agustus 2021

PENGARUH TERAPI *ICE CUBES* TERHADAP PENURUNAN RASA HAUS PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISA DI RSU SEMBIRING

Meta Rosaulina, Zuliawati, Cici Indrayani

Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

e-mail: hutagalungmeta04@gmail.com

Abstract

Chronic renal failure patients undergoing hemodialysis must comply with fluid restrictions, to prevent excess fluid from occurring which can worsen the condition of chronic kidney failure patients, but fluid restriction can lead to a decrease in oral intake resulting in dry mouth and tongue rarely flowing water and this condition can trigger thirst. One of the ways to manage thirst is with ice cube's therapy. The purpose of this study was to determine the effect of ice cube's therapy on reducing thirst in chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis. Pre-experimental research design using a one group pretest-posttest design. The samples in this study amounted to 18 respondents using purposive sampling technique. The instrument for applying ice cube's therapy uses the VAS (Visual Analog Scale) for Assessment of Thirst Intensity. Ice cube's therapy is given for 5 minutes during the dialysis process. The results of the Paired T-test statistic in this study showed that there was a decrease in the intensity of thirst by an average of 2.56 with a significance value of p value = 0.000 ($p < 0.05$). Based on the research findings, there is an effect of ice cube's therapy on reducing thirst in chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis. The application of ice cube's therapy is proven to be able to reduce thirst so that it can be useful and applied to chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis.

Key Words: *Ice Cubes Therapy, Thirsty, Ckd Patients*

1. PENDAHULUAN

Gagal ginjal kronik adalah jenis penyakit tidak menular namun perlu mendapat perhatian dikarenakan sudah menjadi masalah kesehatan bagi masyarakat dengan angka kejadian yang tinggi dan dapat berdampak terhadap morbiditas, mortalitas dan juga sosial ekonomi masyarakat akibat tingginya biaya perawatan penyakit. (Isroin, 2016).

Menurut WHO tahun 2015, gagal ginjal sangat berkontribusi terhadap beban penyakit di dunia dengan angka kematian mencapai 850.000 orang per tahun (Lapangan Pongsi, 2016). Penelitian dari Global Burden of Disease 2010 menyatakan bahwa, gagal ginjal kronis menempati urutan ke-27 penyebab kematian di dunia, pada tahun 1990 dan meningkat menjadi urutan ke-18 pada tahun 2010 (Kemenkes RI, 2013). Prevalensi dari gagal ginjal kronik menurut

(Riskesdas, 2018) berdasarkan diagnosis dokter di Indonesia sebesar 2,0% pada tahun 2013 dan mengalami peningkatan sebesar 3,8% pada tahun 2018.

Saat ini hemodialisis dapat menjadi terapi pengganti ginjal dengan menggunakan alat khusus yang bertujuan membuang toksin uremik dan mengatur cairan akibat dari penurunan laju filtrasi glomerulus, sehingga dapat mengambil alih fungsi ginjal yang menurun. Hemodialisis berfungsi mengatasi keseimbangan cairan, membantu mengontrol penyakit ginjal dan dapat meningkatkan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronis. Hemodialisis dilakukan selama 10-12 jam per minggu untuk mencapai kecukupan.

Di Indonesia, pasien hemodialisis tidak menjalani hemodialisis setiap harinya. Hemodialisis biasanya dilakukan 2-3 kali dalam seminggu dengan lama durasi 3-5 jam. Jika pasien tidak menjalani hemodialisis pada hari antara dialisis, pasien dapat mengalami suatu masalah pengaturan waktu cairan dalam tubuh. Pasien harus membatasi asupan cairan harian untuk menghindari overhidrasi pada pasien yang tidak menjalani dialisis (Armiyati et al, 2019). Cairan yang tidak terjaga akan mengalami kelebihan cairan (overhydration) di antara sesi dialisis, sehingga dapat menimbulkan efek samping seperti penambahan berat badan yang dapat menyebabkan edema, dan

peningkatan tekanan darah (Dasuki & Basok, 2018).

Pembatasan asupan cairan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis cukup sulit karena menyebabkan penurunan asupan oral yang dapat mengakibatkan mulut kering dan lidah jarang dialiri udara sehingga kondisi ini dapat menimbulkan rasa haus (Guyton, 2016).

Menurut Sacries et al tahun 2015, masalah yang lazim ditemui pada pasien hemodialisis yaitu demam (50% - 60%), sesak napas (20% - 30%), emboli paru yang menyebabkan nyeri dada (13%), penyakit jantung iskemia (50%), hipotensi intradialitik (10%-50%), hipertensi (85%), pruritus (20% - 75%) dan gangguan rasa haus (95%). Dari proporsi tersebut dapat diketahui bahwa gangguan rasa haus adalah masalah yang paling sering terjadi pada pasien yang menjalani hemodialisa. Rasa haus merupakan suatu keinginan yang disadari terhadap kebutuhan cairan dalam tubuh. Dimana rasa haus dipengaruhi oleh mulut yang kering (Armiyati et al, 2019).

Menurut Said & Hanan tahun 2013, haus merupakan keinginan akan cairan yang menghasilkan naluri untuk minum. Rasa haus harus di manajemen agar pasien dapat patuh terhadap pembatasan intake cairan. Salah satu cara yang dapat dilakukan dalam mengurangi rasa haus dan meminimalisirkan terjadi peningkatan berat badan pasien

gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa adalah dengan terapi *ice cubes*. Terapi *Ice Cubes* dapat membantu dalam mengurangi rasa haus dan menyegarkan tenggorokan (Arfany *et al*, 2014). Terapi *ice cubes* yang dilakukan dengan cara mengulum es batu, dimana es batu bisa memberikan perasaan lebih segar dibanding minum air mineral sedikit-sedikit (Philips *et al*, 2017).

Terapi *ice cubes* dapat membuat mukosa mulut menjadi lebih lembab sesudah mencair, sehingga menyebabkan mulut tidak kering. Es batu memberikan sensasi dingin saat mencair di dalam mulut sehingga perasaan haus dapat berkurang dan diharapkan pasien dapat mematuhi pembatasan cairan agar tidak terjadi peningkatan berat badan (Isrofah *et al*, 2019). Terapi *ice cubes* dapat dilakukan selama 5 menit saat proses dialisis (Fajri *et al*, 2020).

Menurut Armiyati *et al* tahun 2019, lama waktu untuk menahan rasa haus dari berbagai manajemen intervensi dalam mengatasi rasa haus dilakukan seperti mengulum es batu, berkumur dengan air yang matang, dan berkumur dengan obat kumur. Terapi *Ice Cubes* menunjukkan bahwa rata-rata 93 menit dapat menahan haus sedangkan intervensi dengan berkumur air matang rata-rata 53 menit dan berkumur dengan obat kumur rata-rata 67,5 menit.

2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, desain *pre experiment* dan menggunakan *one group pretest posttest*. Populasi penelitian ini seluruh pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RSUD Sembiring Deli Tua. Teknik *purposive sampling* untuk sampel dengan kriteria inklusi: pasien bersedia menjadi responden, pasien yang tidak sensitive dengan suhu dingin, pasien yang merasakan haus, pasien dengan usia > 18 tahun. Kriteria eksklusi: pasien yang tidak bersedia untuk menjadi responden, pasien yang mempunyai riwayat gigi ngilu saat mengkonsumsi es, pasien yang mempunyai riwayat penyakit yang direkomendasikan untuk mengurangi konsumsi es, pasien yang tidak merasakan haus. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 18 responden. Pasien diberikan intervensi terapi *ice cubes* dengan cara mengulum es batu yang telah disediakan dengan volume es batu 10 ml tiap pasien selama 5 menit saat proses dialisis. Instrumen untuk mengukur intensitas rasa haus menggunakan *Visual Analog Scale (VAS) for assessment of thirst intensity*. Menurut (Kara, 2013) Skor VAS dapat diklasifikasikan: tidak haus (0), haus ringan (1-3), haus sedang (4-6), dan haus berat (7-10).

Analisa univariat yaitu skor intensitas haus sebelum dan setelah diberikan intervensi terapi *ice cubes* dan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan usia

yang disajikan dalam bentuk persentase. Sedangkan intensitas haus pada responden dalam bentuk *mean*, standar deviasi, nilai maksimum, dan nilai minimum. Analisa bivariat digunakan sebagai pembuktian hipotesis yaitu terapi *ice cubes* berpengaruh terhadap penurunan rasa haus pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa dengan menggunakan uji *paired t-test*.

3. HASIL

Karakteristik responden pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa

No	Karakteristik responden	F	(%)
1.	Jenis Kelamin		
	Laki - laki	10	55,6
	Perempuan	8	44,4
	Total	18	100
2.	Usia (Tahun)		
	18 - 34	2	11,1
	35 - 54	11	61,1
	55 - 64	5	27,8
	Total	18	100

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa dari 18 responden mayoritas responden pada penelitian ini berjenis kelamin laki - laki sebanyak 10 orang (55,6%) jenis kelamin perempuan sebanyak 8 orang (44,4%) dan mayoritas responden berusia 35 - 54 tahun (61,1%) minoritas adalah berusia 18 - 34 tahun (11,1).

Tabel 2. Distribusi rata-rata intensitas rasa haus sebelum diberikan intervensi terapi *ice cubes*

Variable	N	Mean	SD	Min	Max
Intensitas rasa haus	18	5,78	1,734	2	8

Berdasarkan Tabel 2, diketahui rata-rata intensitas rasa haus responden sebelum diberikan intervensi terapi *ice cubes* adalah 5,78 dengan standar deviasi 1,734 dan nilai intensitas rasa haus pada responden terendah 2 dan tertinggi 8.

Tabel 3. Distribusi rata-rata intensitas rasa haus setelah diberikan intervensi terapi *ice cubes*

Variable	N	Mean	SD	Min	Max
Intensitas rasa haus	18	2,94	1,474	1	6

Berdasarkan Tabel 3, dapat diketahui bahwa rata-rata intensitas rasa haus responden setelah diberikan intervensi terapi *ice cubes* adalah 2,94 dengan standar deviasi 1,474 dan nilai intensitas rasa haus pada responden terendah 1 dan tertinggi 6.

Tabel 4. Analisis Pengaruh terapi *ice cubes* terhadap penurunan rasa haus

Rasa haus	N	Mean	SD	Selisih mean	P value
Sebelum	18	5,78	1,733	2,83	0,000
Setelah	18	2,94	1,474		

Berdasarkan tabel 4, hasil uji statistik *Paired T-test* pengaruh terapi *ice cubes* terhadap

penurunan rasa haus dapat diketahui bahwa nilai rata – rata sebelum diberikan intervensi terapi *ice cubes* adalah 5,77 dengan standar deviasi 1,733 dan setelah diberikan intervensi terapi *ice cubes* rata-rata adalah 2,94 dengan standar deviasi 1,474 dan nilai perbedaan kedua mean adalah 2,83 dengan *p value* $0,000 < \alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima berarti adanya pengaruh yang signifikan sebelum dan setelah diberikan intervensi terapi *ice cube*s terhadap penurunan rasa haus pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

4. PEMBAHASAN

1. Intensitas Rasa Haus Sebelum Diberikan Intervensi Terapi *Ice Cubes*

Hasil penelitian yang dilakukan pada 18 responden didapatkan rata-rata intensitas haus responden sebelum diberikan terapi *ice cubes* adalah 5,74 (haus sedang). Haus merupakan gejala yang lazim muncul pada pasien hemodialisa dengan persentase sebesar 95% (Sacrias *et al*, 2015). Menurut (Armiyati *et al*, 2019) rasa haus pada pasien gagal ginjal kronik muncul akibat adanya pembatasan asupan cairan yang dilakukan pasien, sehingga rasa haus yang berlebihan mengakibatkan pasien tidak patuh dalam melakukan pembatasan asupan cairan yang dapat menyebabkan kelebihan cairan, yang dapat menurunkan kualitas hidup pasien karena dapat

menimbulkan berbagai komplikasi seperti masalah kardiovaskuler. Haus yang dirasakan harus di manajemen, intervensi yang dapat dilakukan yaitu dengan terapi *ice cubes* yaitu dengan cara mengulum es batu (Fajri *et al*, 2020).

2. Intensitas Rasa Haus Setelah Diberikan Intervensi Terapi *Ice Cubes*

Hasil penelitian yang dilakukan pada 18 responden didapatkan rata-rata intensitas rasa haus responden setelah diberikan intervensi terapi *ice cubes* adalah 2,94 (haus ringan). Karena es batu yang digunakan pada terapi *ice cubes* dengan cara mengulum es batu tersebut dapat memberikan perasaan yang menyegarkan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Lina & Wahyu, 2019) mengatakan bahwa mengkonsumsi air dingin dapat membantu mengatasi rasa haus pasien yang menjalani hemodialisa. Dikarenakan kondisi mulut yang dingin dapat membuat rasa haus menjadi berkurang, dan dapat membasahi kerongkongan sehingga akan menyebabkan *osmoreseptor* menyampaikan ke hipotalamus bahwa cairan tubuh sudah terpenuhi, dan *feedback* dari kondisi tersebut menyebabkan rasa haus berkurang.

3. Pengaruh Terapi *Ice Cubes* Terhadap Penurunan Rasa Haus

Hasil penelitian ini diperoleh mayoritas responden mengatakan bahwa sesudah diberikan intervensi terapi *ice cubes* merasakan adanya

penurunan rasa haus. Hasil analisa statistik menggunakan uji *paired t test* didapatkan bahwa terdapat penurunan rasa haus dari rata - rata intensitas rasa haus sebelum intervensi adalah 5,50 (haus sedang) menjadi rata-rata 2,94 (haus ringan) setelah diberikan intervensi, dengan selisih kedua nilai mean 2,56 dan nilai signifikansi *p value* = 0,000 ($p < 0,05$), maka H_a diterima yaitu ada pengaruh terapi *ice cubes* terhadap penurunan rasa haus pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Rumah Sakit Umum Sembiring Deli Tua.

Temuan hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Fajri *et al*, 2020) didapatkan hasil intensitas rasa haus sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi *ice cubes* di dapat *p value* = 0,000 ($P < 0,05$) yang berarti ada perbedaan signifikan antara intensitas rasa haus sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi *ice cubes*.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Armiyati *et al*, 2019) bahwa terapat perbedaan bermakna lama waktu menahan haus dari beberapa intervensi manajemen rasa haus, untuk kelompok mengulum es batu dengan rata - rata 93 menit, kelompok air matang rata - rata 53 menit dan kelompok obat kumur rata - rata 67,5 menit dengan *p value* 0,061 ($p < 0,05$) sehingga hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa mengulum es batu pasien akan lebih lama dalam menahan rasa haus dibandingkan

berkumur air matang dan berkumur obat kumur.

Temuan hasil penelitian ini juga didukung oleh teori bahwa menghisap es batu dapat memberikan efek dingin yang dapat perasaan menyegarkan dan mengatasi haus sehingga pasien dapat menahan haus lebih lama (Sherwood, 2011 dalam Armiyati *et al*, 2019). Terapi *ice cubes* dapat menggunakan potongann kecil es batu yang dapat dibuat dari 10 ml air dan potongan es tersebut dikulum atau dimasukkan ke dalam mulut sampai mencair selama 5 menit, kandungan air yang terdapat dalam es batu memberikan sensasi dingin sehingga air yang mencair didalam mulut akan mengurangi rasa haus yang dirasakan pasien (Lina & Wahyu, 2019).

6. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti disimpulkan bahwa adanya pengaruh terapi *ice cubes* terhadap penurunan rasa haus pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Rsu Sembiring Deli Tua dengan *p value* $0,000 < \alpha = 0,05$ yang dilihat dari hasil statistik yang sudah dilakukan dengan menggunakan uji *paired t test*.

Saran

1. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan pihak rumah sakit khususnya ruangan HD agar dapat membuat terapi *ice cubes* untuk pasien gagal ginjal kronik

yang sedang menjalani hemodialisa dan mempromosikan mengenai manfaat terapi *ice cubes* dalam menurunkan rasa haus.

2. Bagi Pasien

Diharapkan agar penelitian ini dapat menjadi salah satu manajemen / terapi yang dapat di aplikasikan untuk mengurangi rasa haus pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

DAFTAR PUSTAKA

Arfany, N. W, Armiyati, Y, & Kusuma, M. A. B. (2014). Efektifitas Mengunyah Permen Karet Rendah Gula Dan Mengulum Es Batu Terhadap Penurunan Rasa Haus Pada Pasien Penyakit Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisis Di Rsud Tugurejo Semarang.

Armiyati, Y, & Khoiriyah, A. M. (2019). *Optimizing Of Thirst Management On Ckd Patients Undergoing Hemodialysis By Sipping Ice Cube.*

Dasuki, D, & Basok, B (2019). Pengaruh Menghisap Slimber Ice Terhadap Intensitas Rasa Haus Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa. *Indonesian Journal For Health Sciences.*

Fajri, A. N, Sulastri, S, & Kristini, P (2020). Pengaruh Terapi *Ice Cube's* Sebagai *Evidence Based Nursing* Untuk Mengurangi Rasa Haus Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa. Prosiding Seminar Nasional Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta 2020.

Isroin, Laily. 2016 Manajemen Cairan Pada Pasien Hemodialisis Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup. Ponorogo:Perpustakaan Nasional.

Guyton, A.C, & Hall, J.E, 2016. *Guyton And Hall Textbook Of Medical Phycology.* Ed 33. Philadelphia: Elsevier.

Lina, L. F., & Wahyu, H. (2019). Efektivitas Inovasi Intervensi Keperawatan Mengulum Es Batu Terhadap Skala Haus Pasien Hemodialisis. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu.*

Philips, et al. 2017. *Tips For Dialysis Patients With Fluid Restriction.* *Journal Renals Nutrition,* Vol 27 No.5, 2017.

Rikesdas 2018. Jakarta, Departemen Kesehatan Republik Indonesia.

Sacrias, G, Rathinasamy, E., & Elavally, S. (2015). Arjunan. *Effect Of Nursing Interventions On Thirst And Interdialytic Weight Gain Of Patients With Chronic Kidney Disease Subjected To Hemodialysis.* *Brunei Darussalam Journal Of Health.*

Said, H, & Mohammed, H (2013). Effect Of Chewing Gum On Xerostomia, Thirst And Interdialytic Weight Gain In Patients On Hemodialysis. *Life Science Journal,* 2 (10).

WHO (World Health Organization). 2015. *Global Satus Report On Noncommunicable Desease.*