



## Penerapan Menghisap Es Batu untuk Mengurangi Rasa Haus pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisa di Ruang ICU RSUD Pandan Arang Boyolali

### *Application of Sucking Ice Cubes to Reduce Thirst in Chronic Kidney Failure Patients Undergoing Hemodialysis in the ICU Room at Pandan Arang Hospital, Boyolali*

Heni Sulistyarningsih<sup>1\*</sup>, Fida' Husain<sup>2</sup>, Panggah Widodo<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta | [henisulistyarningsih01.students@aiska-university.ac.id](mailto:henisulistyarningsih01.students@aiska-university.ac.id)

<sup>2</sup>Program Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta | [fidahusain@aiska-university.ac.id](mailto:fidahusain@aiska-university.ac.id)

<sup>3</sup>Program Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta | [Panggahwidodo@gmail.com](mailto:Panggahwidodo@gmail.com)

\*Corresponding Author: E-mail: [henisulistyarningsih01.students@aiska-university.ac.id](mailto:henisulistyarningsih01.students@aiska-university.ac.id)

#### Artikel Penelitian

##### Article History:

Received: 7 July, 2024

Revised: 7 August, 2024

Accepted: 25 September, 2024

##### Kata Kunci:

Gagal Ginjal Kronik;

Es Batu;

Hemodialisa;

Manajemen Rasa Haus

##### Keywords:

*Chronic Renal Failure;*

*Ice;*

*Hemodialysis;*

*Thirst Managment*

DOI: [10.56338/jks.v7i9.5897](https://doi.org/10.56338/jks.v7i9.5897)

#### ABSTRAK

Gagal ginjal kronik adalah gangguan fungsi ginjal yang bersifat progresif dan tidak dapat pulih kembali, dimana tubuh tidak mampu memelihara metabolisme, keseimbangan cairan, dan elektrolit yang berakibat pada ureum. Pasien yang menderita gagal ginjal kronik sedang menjalani hemodialisa diharuskan untuk membatasi asupan cairan. Pembatasan cairan pada dapat menimbulkan rasa haus yang mengakibatkan pasien tidak mematuhi diet asupan cairan. Untuk mengurangi rasa haus adalah memberikan terapi es batu adalah salah satu terapi dengan cara mengulum es batu yang dapat memberikan efek menahan rasa haus untuk mencegah ketidakseimbangan tubuh karena overhidrasi. Penelitian ini bertujuan mengetahui hasil penerapan menghisap es batu untuk mengurangi rasa haus pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Desain penelitian dengan metode deskriptif studi kasus kepada 2 responden yang sedang menjalani hemodialisa. Rasa haus diobservasi sebelum dan sesudah terapi menghisap es batu. Menggunakan skala VAS (*Visual Analog Scale*). Penelitian ini menunjukkan bahwa setelah terapi menghisap es batu diberikan pada kedua pasien yaitu terjadi penurunan tingkat rasa haus yang dialami oleh kedua pasien yaitu awalnya mengalami rasa haus sedang setelah diberikan terapi menghisap es batu tingkat rasa haus menurun. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa menghisap es batu yang dilakukan oleh penulis mampu menurunkan tingkat rasa haus pada pasien gagal ginjal kronik yang sedang menjalani hemodialisa. Penelitian ini menyimpulkan bahwa setelah dilakukan penerapan terapi menghisap es batu didapatkan hasil bahwa terapi menghisap es batu dapat menurunkan tingkat rasa haus pada pasien gagal ginjal kronik yang sedang menjalani hemodialisa.

#### ABSTRACT

*Chronic kidney failure is a progressive and irreversible disorder of kidney function, where the body is unable to maintain metabolism, fluid balance and electrolytes which results in urea. Patients suffering from chronic kidney failure who are undergoing hemodialysis are required to limit fluid intake. Restricting fluids can cause thirst which results in patients not adhering to a fluid intake diet. To reduce thirst, give ice cube therapy, which is a form of therapy by sucking ice cubes which can have the effect of holding back thirst to prevent body imbalance due to overhydration. This study aims to determine the results of applying sucking ice cubes to reduce thirst in chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis. The research design used a descriptive case study method for 2 respondents who were undergoing hemodialysis. Thirst was observed before and after ice cube sucking therapy. Using the VAS scale (*Visual Analog Scale*). This research shows that after ice cube sucking therapy was given to both patients, there was a decrease in the level of thirst experienced by both patients, namely that initially they experienced moderate thirst. After being given ice cube sucking therapy, the level of thirst decreased. Based on these results, it shows that the author's sucking of ice cubes is able to reduce the level of thirst in chronic kidney failure patients who are undergoing hemodialysis. This study concluded that after applying ice cube sucking therapy, the results showed that ice cube sucking therapy could reduce the level of thirst in chronic kidney failure patients who were undergoing hemodialysis.*

## PENDAHULUAN

Arus globalisasi yang semakin berkembang pesat di segala bidang, membawa perubahan gaya hidup masyarakat, dan kondisi lingkungan seperti perubahan konsumsi makanan, aktifitas fisik masyarakat yang semakin berkurang dan polusi lingkungan yang semakin meningkat. Tanpa disadari membawa pengaruh terhadap terjadinya transisi epidemiologi dengan penyakit tidak menular yang semakin meningkat, Salah satunya yaitu *Chronic Kidney Disease* (CKD) yang merupakan proses terjadinya kerusakan ginjal dalam rentan waktu tiga bulan. Pada kondisi tersebut, ginjal kehilangan fungsinya untuk mempertahankan komposisi cairan tubuh dan volume dalam batas asupan makanan normal (Muayanah & Astutiningrum, 2022).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO, 2018) menjelaskan bahwa prevalensi penyakit Gagal Ginjal Kronik merupakan masalah kesehatan dimana 1/10 penduduk dunia teridentifikasi menderita penyakit tersebut, diperkirakan 5-10 juta pasien meninggal setiap tahunnya, dan diperkirakan 1,7 juta kematian akibat gagal ginjal akut setiap tahunnya (WHO, 2018). Prevalensi gagal ginjal kronis di seluruh dunia mencapai 10% dari populasi. Prevalensi gagal ginjal kronis terjadi peningkatan di seluruh dunia, sebuah studi menginformasikan mengenai temuannya tentang prevalensi secara keseluruhan dengan menyatukan hasil dari 33 studi perwakilan yang berbasis populasi seluruh dunia. Jadi jumlah total individu yang menderita gagal ginjal kronis saat ini di seluruh dunia dengan stadium 1- 5 yaitu diperkirakan sejumlah 843,6 juta (Kovesdy, 2022).

Data Riskesdas tahun 2021 menunjukkan kasus gagal ginjal menjadi peringkat ke empat di Indonesia dengan jumlah 1.417.104 dari total 19.617.272 kasus. (Kemenkes RI, 2021). Data *Indonesia Renal Registry* (IRR) menunjukkan, jumlah pasien aktif yang menjalani hemodialysis sebanyak 77.892 orang, sementara pasien baru adalah 30.843 orang. Provinsi Jawa Tengah menempati urutan keenam dari 33 provinsi, yaitu dengan jumlah tindakan hemodialysis rutin perbulan sejumlah 65.755 tindakan (PERNEFRI, 2019). Jumlah penyakit gagal ginjal kronik di Jawa Tengah mencapai 131.846 jiwa dan menjadi provinsi tertinggi di Indonesia, Jawa Tengah menduduki urutan kedua dengan angka mencapai 113.045 jiwa (Dinkes Jateng, 2020).

Prevalensi pasien yang menjalani Hemodialisis di ICU RS Pandan Arang Boyolali selama 3 bulan terakhir sejumlah 28 pasien, dan saat di lakukan wawancara langsung kepada petugas perawat ICU RS Pandan Arang Boyolali di dapatkan informasi bahwa selama ini saat ada pasien yang mengalami haus yang di lakukan tindakan Hemodialysis belum pernah di berikan terapi apapun hanya di berikan minum air tapi sedikit – sedikit hal ini tentu saja menjadi perhatian khusus bagi perawat dalam memberikan terapi tambahan/komplementer kepada pasien dengan *chronic kidney disease* (CKD). Sehingga peneliti dalam merumuskan terapi yang tepat bagi pasien *chronic kidney disease* (CKD) yang merasakan haus selama proses hemodialisis salah satunya yaitu dengan terapi mengelumun es batu ke dalam mulut (RSUD Pandan Arang Boyolali, 2024). Kemudian penerapan ini akan di berikan untuk 2 pasien yaitu Tn A yang menjalani HD 2 kali dalam seminggu yang perharinya didapatkan hasil balance cairannya sejumlah +168 cc dan Ny S yang menjalani HD 2 kali ndalam seminggu yang perharinya di dapatkan belence cairannya sejumlah kurang lebih +135 cc yang di rawat di ruang ICU RS Pandan Arang Boyolali yang menjalani Hemodialisis.

Terapi *hemodialysis* (HD) adalah suatu teknologi tinggi sebagai bahan terapi pengganti untuk mengeluarkan sisa sisa metablisme atau racun tertentu dari peredaran darah manusia seperti: air, batrium, kalium, hydrogen, dan zat-zat yang lian melalui membran semi permeable sebagai pemisah darah dan cairan dialisat pada ginjal buatan dimana terjadi difusi, osmosis dan ultra filtrasi (Dewi & Mustofa, 2021). Penderita *chronic kidney disease* (CKD) yang dalam menjalani hemodialisa (HD) harus memaputi diet, minum obat, dan pembatasan aktivitas, dalam proses *hemodialysis*, terutama pembatasan cairan dalam tubuh. Apabila jika cairan antara sesi *dialysis*, maka akan akan mnyebabkan dampak berupa penambahan berat badan , edema dan peningkatan tekanan darah (Sarina, 2023).

Terapi pengganti ginjal yang paling banyak dipilih yaitu *Hemodialysis*. Fungsi dialisis yaitu membantu mengendalikan penyakit ginjal dan mengatasi ketidakseimbangan cairan serta meningkatkan kualitas hidup pasien *chronic kidney disease* (CKD). Idealnya Hemodialisis dilakukan sekitar 10-12 jam setiap minggu guna adekuasi tercapai. Biasanya pasien menjalani hemodialisis 2 sampai 3 hari dalam satu minggu dengan lama waktu tiap durasi hemodialisis sekitar 3-5 jam, dan ketika pada hari-

hari diantara dua waktu dialisis pasien tidak menjalani hemodialisis pasien akan mengalami masalah penumpukan cairan di dalam tubuh(Nur *et al*, 2023).

Besarnya dampak yang ditimbulkan pada pasien *chronic kidney disease* (CKD)menjadikan hal ini harus diatasi dengan baik. yaitu dengan cara melakukan program pembatasan intake cairan yang merupakan salah satu penatalaksanaan yang sering dilakukan di rumah sakit (Sarina, 2023). Namun, Pembatasan cairan menyebabkan terjadinya penurunan intake per oral. Ini yang menjadi penyebab rasa kering dimulut dan lidah jarang teraliri air keadaan inilah yang menjadi pemicu keluhan rasa haus, dalam proses fisiologi tubuh setelah minum perasaan haus akan muncul kembali dalam waktu sekitar 30-60 menit (Dewi & Mustofa, 2021).

Salah satu cara untuk mengurangi rasa haus dan meminimalkan kenaikan berat badan adalah terapi es, yang membantu melepas dahaga dan menyejukkan tenggorokan. Slimber ice adalah metode menahan es didalam mulut selama 5 menit, seiring waktu es tersebut akan meleleh untuk membuat mulut terasa sejuk, menyegarkan, dan memuaskan dahaga pasien (Saranga *et al.*, 2023).

Penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Dewi & Mustofa, (2021) dengan judul Penurunan Intensitas Rasa Haus Pasien Penyakit Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Dengan Menghisap Es Batu didapatkan hasil pemberian intervensi terjadi penurunan intensitas rasa haus. Hasil penerapan menunjukkan intensitas rasa haus turun dari intensitas sedang ke intensitas ringan. Intervensi ini dapat menjadi salah satu manajemen terapi yang dapat diaplikasikan untuk mengurangi keluhan rasa haus baik di rumah maupun di rumah sakit.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hasil penerapan menghisap es batu untuk mengurangi rasa haus pada pasien gagal ginjal konik yang menjalani hemodialisa di ruang ICU RSUD Pandan Arang Boyolali.

## **METODE**

Penelitian ini bersifat deskriptif dengan desain penelitian studi kasus. Studi kasus adalah suatu jenis yang memiliki batasan tertentu yaitu seperti sasaran dan objek yang akan dituju merupakan manusia, peristiwa, latar dan dokumen. Sasaran ini akan dikaji secara menyeluruh sesuai dengan latar yang dikaji guna untuk mempelajari dan memahami hubungan atau yang berkaitan dengan kasus-kasus tersebut. Desain ini digunakan untuk menerapkan tindakan intervensi terapi menghisap es batu yang sedang menjalani hemodialisa di Ruang ICU RSUD Pandan Arang Boyolali. Desain penelitian studi kasus meliputi pengkajian keperawatan, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan. Dalam penelitian ini, subjek studi kasus yang diambil adalah 2 orang pasien dengan masalah *chronic kidney disease* (CKD), dimana pasien tersebut nantinya akan diberikan tindakan keperawatan yang sesuai.

Penerapan ini dilakukan di RSUD Pandan Arang Boyolali. pada pasien yang menderita *chronic kidney disease* (CKD). Penerapan ini dilakukan pada bulan Maret 2024. Adapun tahap pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini meliputi tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap akhir. Setelah tahap akhir dari pengumpulan data selanjutnya adalah pengolahan data. Data yang sudah didapatkan selanjutnya akan dihitung dan ditelaah dari penerapan pertama hingga terakhir. Kemudian dianalisis dari 1 kali penerapan tersebut, antara pre test dan post test terapi menghisap es batu, apakah mengalami kenaikan skor atau penurunan skor pada skala ukur rasa haus menggunakan Visual Analog Scale. Setelah data hasil dari penerapan didapatkan kemudian dituliskan dalam bentuk narasi yang menjelaskan hasil dari penerapan yang telah dilakukan selama penelitian.

## **HASIL**

### **Hasil Penerapan**

Penerapan ini digunakan untuk mengetahui tingkat rasa haus pada pasien gagal ginjal kronik

yang sedang menjalani hemodialisa, penerapan ini dilakukan pada bulan Maret 2024 dengan hasil:

**Tabel 1.** tingkat rasa haus pada pasien gagal ginjal kronik yang sedang menjalani hemodialisa sebelum dilakukan terapi menghisap es batu menggunakan Visual Analog Scale

Subjek	Tanggal penerapan	Sebelum
Ny. S	27 Februari 2024	Skor 6 (Haus Sedang)
	1 Maret 2024	Skor 5 (Haus Sedang)
Tn. A	5 Maret 2024	Skor 6 (Haus Sedang)
	8 Maret 2024	Skor 5 (Haus Sedang)

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan data sebelum dilakukan penerapan terapi menghisap es batu didapatkan pasien mengalami tingkat rasa haus saat menjalani hemodialisa. Diperoleh hasil Ny.S mengalami haus sedang dan Tn. A mengalami haus sedang.

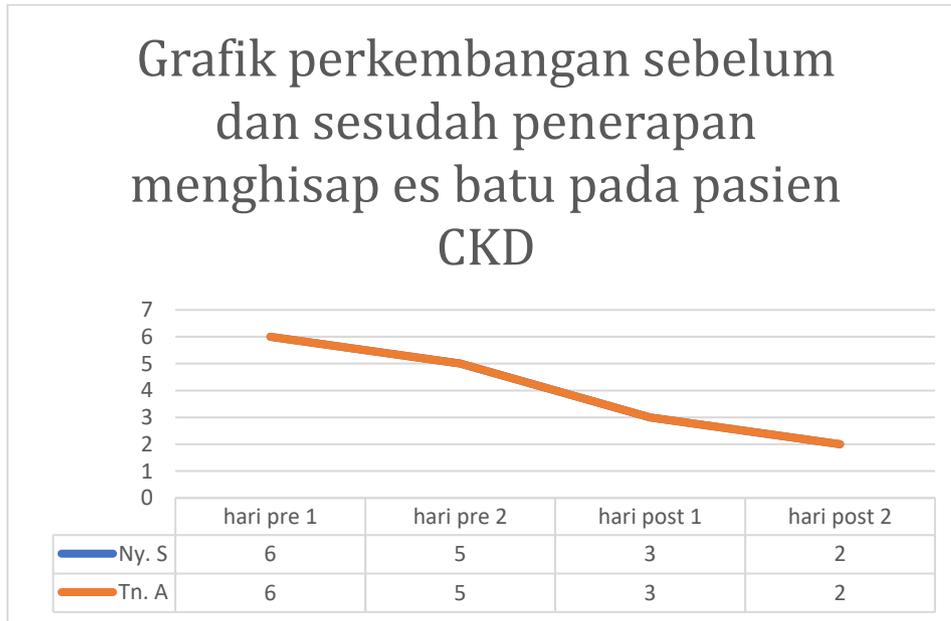
**Tabel 2.** tingkat rasa haus pada pasien gagal ginjal kronik yang sedang menjalani hemodialisa sesudah dilakukan terapi menghisap es batu menggunakan Visual Analog Scale

Subjek	Tanggal penerapan	Sesudah
Ny. S	27 Februari 2024	Skor 3 (Haus Ringan)
	1 Maret 2024	Skor 2 (Haus Ringan)
Tn. A	5 Maret 2024	Skor 3 (Haus Ringan)
	8 Maret 2024	Skor 2 (Haus Ringan)

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan data sesudah dilakukan penerapan terapi menghisap es batu didapatkan pasien mengalami penurunan tingkat rasa haus. Diperoleh hasil Ny. S haus ringan dan Tn. A haus ringan setelah dilakukan terapimenghisap es batu.

**Tabel 3.** perkembangan tingkat rasa haus pada pasien gagal ginjal kronik yang sedang menjalani hemodialisa sebelum dan sesudah dilakukan terapi menghisap es batu menggunakan Visual Analog Scale

Subjek	Tanggal penerapan	sebelum	Sesudah
Ny. S	27 Februari 2024	Skor 6 (Haus Sedang)	Skor 3 (Haus Ringan)
		Skor 5 (Haus Sedang)	Skor 2 (Haus Ringan)
	1 Maret 2024	Skor 6 (Haus Sedang)	Skor 3 (Haus Ringan)
		Skor 5 (Haus Sedang)	Skor 2 (Haus Ringan)
Tn. A	5 Maret 2024		
	8 Maret 2024		



**Grafik 1.** Grafik perkembangan sebelum dan sesudah penerapan menghisap es batu pada pasien *chronic kidney disease* (CKD)

Berdasarkan hasil penerapan sebelum dan sesudah yang diukur menggunakan *Visual Analog Scale* pada tabel diatas menunjukkan bahwa kedua subjek mengalami penurunan tingkat rasa haus. Penurunan rasa haus pada kedua subjek berbeda sesuai dengan tingkat kecemasan yang dialami. Pada tabel diatas Ny.S mengalami penurunan skor rasa haus menjadi haus ringan. Sedangkan Tn.A mengalami penurunan skor rasa haus yaitu haus ringan.

## DISKUSI

### Tingkat rasa haus pada pasien gagal ginjal kronik yang sedang menjani hemodialisa sebelum diberikan terapi menghisap es batu

Kelebihan cairan merupakan masalah utama pada pasien Penyakit Ginjal Kronik (PGK) (Vaidya SR & Aeddula, 2022). Pasien *chronic kidney disease* (CKD) yang menjalani hemodialisis harus tetap membatasi asupan cairan selama periode interdialisis agar tidak terjadi kelebihan cairan (Bareendrakumar, Ramamoorthy, & Haridasan, 2018). Akibatnya pembatasan asupan cairan timbul rasa haus dan akan mempengaruhi kepatuhan pembatasan cairan (Nadri *et al.*, 2020).

Berdasarkan hasil observasi pengkajian studi kasus, pada awal sebelum melakukan intervensi keperawatan. Pada kedua kasus ditemukan kesamaan yaitu pasien merasa lemas serta haus saat dilakukan hemodialisa dan pasien mengatakan saat dilakukan hemodialisa membuat tenggorokan menjadi kering sehingga merasa haus dan ingin minum. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi rasa haus meningkat yaitu usia, berat badan, suhu lingkungan dan lama proses hemodialisa. Oleh karena itu penulis melakukan terapi menghisap es batu untuk menurunkan skala rasa haus pada pasien yang sedang menjalani hemodialisa, agar program intervensi bisa berjalan, dari hasil sebelum diberikan terapi menghisap es batu untuk skor rasa haus Ny.S pada tanggal 27 Februari yaitu skor 6 (haus sedang) kemudia pada tanggal 1 Maret skor 5 (haus sedang) dan Tn.A pada tanggal 5 Maret skor 6 (haus sedang) kemudian pada tanggal 8 Maret skor 5 (haus sedang).

### **Tingkat rasa haus pada pasien gagal ginjal kronik yang sedang menjani hemodialisa sesudah diberikan terapi menghisap es batu**

Hemodialisis merupakan proses terapi pengganti ginjal yang berfungsi mengeluarkan sisa-sisa metabolik dalam tubuh pada pasien *chronic kidney disease* (CKD). Pasien *chronic kidney disease* (CKD) mengalami kelebihan volume cairan, sehingga perlu adanya pembatasan cairan, adanya pembatasan cairan pada pasien hemodialisa menyebabkan mulut kering. Mulut kering yang dialami pasien dapat menyebabkan rasa haus yang tinggi, rasa haus yang tinggi dapat menyebabkan ketidakpatuhan terhadap diet pembatasan cairan. Akibat dari pembatasan cairan atau pengurangan intake cairan yang dilakukan pada pasien hemodialisis mengakibatkan timbulnya rasa haus menyebabkan pasien punya keinginan untuk minum (Esti *et al*, 2022).

Ketika dilakukan terapi menghisap es batu kedua pasien tampak lebih rileks, rasa haus menurun dan pasien mengatakan tenggorokan menjadi lebih sejuk, Kandungan air yang ada di dalam es batu sangat membantu memberikan efek dingin yang dapat menyegarkan serta mampu mengatasi rasa haus pada pasien yang menjalani hemodialisis (Armiyati *et al*, 2019). Es batu akan membuat mukosa dalam mulut lembab setelah es batu mencair, sehingga mulut pasien tidak kering yang dapat memicu munculnya rasa haus (Makrumah, 2017). Rasa haus juga berkurang karena air yang berasal dari es batu yang telah mencair ditelan, sehingga akan dapat membasahi kerongkongan yang menyebabkan osmo reseptor menyampaikan ke hipotalamus bahwa kebutuhan cairan tubuh terpenuhi, sehingga feedback dari kondisi ini adalah rasa haus berkurang (Lina, 2019). Dari hasil yang didapat sesudah pemberian terapi menghisap es batu didapatkan perubahan skor pada kedua responden yaitu Ny.S pada tanggal 27 Februari 2024 dari skor 6 turun menjadi skor 3 yaitu haus ringan kemudian pada tanggal 1 Maret dari skor 5 turun menjadi skor 2 yaitu haus ringan dan Tn. A pada tanggal 5 Maret dari skor 6 turun menjadi skor 3 yaitu haus ringan kemudian pada tanggal 8 Maret dari skor 5 turun menjadi skor 2 yaitu haus ringan.

Hasil penerapan ini sesuai dengan penelitian Armiyati *et al* (2019), dilakukan intervensi keperawatan pada pasien hemodialisis yang mengalami “kondisi menahan rasa haus” dengan menghisap es secara perlahan. Pelaksanaan intervensi diawali dengan penggunaan alat *Visual Analogue Scale* (VAS) untuk mengukur intensitas rasa haus dengan skala 0 sampai 10. Skor 0 bermakna tidak haus jika 10 bermakna sangat haus, skala VAS diartikan haus ringan (1 sampai 3), haus sedang (4 sampai 6) dan haus berat (7 sampai 10) (Stafford, 2012). Selanjutnya tindakan dilakukan dengan memberi es batu 10 ml dari air matang yang dibekukan. Ketika air es yang sudah dihisap mencair, maka air lelehan es tersebut dapat ditelan oleh responden. Pengukuran lama waktu menahan rasa haus menggunakan stopwatch.

### **Perkembangan pasien sebelum dan sesudah dilakukan terapi menghisap es batu dalam mengurangi rasa haus saat menjalani hemodialisa**

Perkembangan pasien sebelum dan sesudah dilakukan terapi menghisap es batu sangat berbeda. Perkembangan pasien sebelum dilakukan terapi es batu mereka cenderung sangat haus sedikit pucat dan merasa tenggorokannya kering. Tingkat rasa haus pada kedua subjek tersebut diukur menggunakan skala VAS didapatkan hasil sebelum penerapan yaitu Ny.S pada tanggal 27 Februari yaitu skor 6 (haus sedang) kemudian pada tanggal 1 Maret skor 5 (haus sedang) dan Tn.A pada tanggal 5 Maret skor 6 (haus sedang) kemudian pada tanggal 8 Maret skor 5 (haus sedang) dan hasil penerapan setelah diberikan terapi menghisap es batu yaitu Ny.S pada tanggal 27 Februari 2024 dari skor 6 turun menjadi skor 3 yaitu haus ringan kemudian pada tanggal 1 Maret dari skor 5 turun menjadi skor 2 yaitu haus ringan dan Tn. A pada tanggal 5 Maret dari skor 6 turun menjadi skor 3 yaitu haus ringan kemudian pada tanggal 8 Maret dari skor 5 turun menjadi skor 2 yaitu haus ringan. Lama menahan rasa haus diukur dengan menghitung lama waktu pasien menahan rasa haus setelah diberikan intervensi sampai merasa haus kembali (Pebrianti *et al.*, 2023).

Gerakan mulut ketika menghisap es batu akan membuat kontraksi pada otot-otot daerah bibir, lidah, dan pipi. Kontraksi ini akan merangsang kelenjar saliva di mulut untuk memproduksi saliva.

Peningkatan produksi saliva di mulut akan menyebabkan hilangnya rasa haus dan mulut kering karena sinyal yang diterima oleh hipotalamus dari osmoreseptor bahwa kebutuhan cairan terpenuhi. Pasien dengan *chronic kidney disease* (CKD) yang menjalani hemodialisis perlu mempertahankan keseimbangan volume cairan yang tepat yang dapat dicapai dengan cara pembatasan konsumsi cairan. Perilaku minum yang tidak tepat maka akan menyebabkan kelebihan cairan yang tentunya dapat mengakibatkan meningkatnya risiko kematian dini. Rasa haus yang berlebihan pada pasien *chronic kidney disease* (CKD) yang menjalani hemodialisis dirangsang oleh perasaan mulut kering (*xerostomia*) (Saranga *et al.*, 2023).

Kita minum ketika kita haus untuk menghapuskan sensasi yang tidak menyenangkan yang muncul di mulut ketika air liur tidak cukup untuk menjaga mulut dan faring lembab. Rasa haus normalnya akan segera hilang dengan cara minum, bahkan sebelum cairan diserap saluran pencernaan bahkan sebelum cairan diserap saluran pencernaan orang sakit selama periode panas yang berkepanjangan. Rasa haus juga dapat diatasi hanya dengan membasahi mulut tanpa ada air yang tertelan. Membasahi mulut dengan mengulum es batu atau berkumur dapat mengurangi rasa haus. Mengulum es batu paling lama menahan rasa haus dibandingkan dengan berkumur air matang dan berkumur dengan obat kumur. Hal ini karena air yang terkandung didalam es batu membantu memberikan efek dingin yang dapat menyegarkan dan mengatasi haus sehingga pasien dapat menahan rasa haus lebih lama (Sherwood, 2020). Mengulum es batu akan membuat mukosa dalam mulut lembab setelah es batu mencair, sehingga mulut pasien tidak kering yang dapat memicu munculnya rasa haus (Igbokwe & Obika, 2022). Hal yang perlu diperhatikan pada pasien PGK bahwa konsumsi jumlah es batu yang dikulum dalam mengurangi rasa haus juga harus dipertimbangkan, hitung cairan setengah dari volume es batu (jika es batu dalam wadah ukuran 200 ml, maka volume yang harus dihitung berjumlah 100 ml) (Armiyati *et al.*, 2019).

Hasil penerapan ini sejalan dengan penelitian Meta *et al* (2021) yang menyatakan bahwa adanya pengaruh terapi *ice cubes* terhadap penurunan rasa haus pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Rsu Sembiring Deli Tua dengan  $p \text{ value } 0,000 < \alpha = 0,05$  yang dilihat dari hasil statistik yang sudah dilakukan dengan menggunakan uji paired t test. Penelitian lain yang sejalan dengan hasil penerapan ini adalah penelitian yang dilakukan Rindawati (2023) yang menyatakan terdapat pengaruh terapi es batu untuk mengurangi rasa haus pada pasien *chronic kidney disease* (CKD) yang menjalani hemodialisis. Pelaksanaan penerapan ini sama dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Dewi & Mustofa (2021) penerapan dilaksanakan dengan 2 kali pertemuan dan dalam sehari dilakukan 1 kali penerapan selama 10-15 menit dengan frekuensi es batu sebanyak 6 kubus sama dengan 1 kubus 5ml.

## KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa tingkat rasa haus pasien sebelum dilakukan penerapan menghisap es batu pada kedua pasien yang sedang menjalani hemodialisa didapatkan kedua pasien merasakan haus sedang. Kemudian tingkat rasa haus pasien sesudah dilakukan terapi menghisap es batu pada kedua pasien yang sedang menjalani hemodialisa didapatkan kini pasien haus ringan. Dan hasil penerapan menunjukkan bahwa setelah terapi menghisap es batu diberikan pada kedua pasien yaitu terjadi penurunan tingkat rasa haus yang dialami oleh kedua pasien yaitu awalnya mengalami rasa haus sedang setelah diberikan terapi menghisap es batu tingkat rasa haus menurun. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa menghisap es batu yang dilakukan oleh penulis mampu menurunkan tingkat rasa haus pada pasien gagal ginjal kronik yang sedang menjalani hemodialisa.

## SARAN

Bagi Institusi Pendidikan, dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan sebagai bahan masukan dalam memberikan intervensi keperawatan khususnya tentang Pengaruh es batu Terhadap Skala Haus Pasien Yang Sedang Menjalani Hemodialisa.

Bagi Pasien, diharapkan kepada pasien dengan chronic kidney disease *chronic kidney disease* (CKD) yang sedang menjalani hemodialisa untuk mengurangi rasa haus dengan mengimplementasikan menghisap es batu dalam kehidupan sehari-hari untuk pembatasan cairan.

Bagi Perawat, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan skill perawat kepada pasien dengan *chronic kidney disease* (CKD) dengan membuat salah satu intervensi mandiri yang dapat diterapkan kepada pasien hemodialisa dengan kelebihan volume cairan yaitu memberikan terapi menghisap es batu.

Bagi Manajemen Rumah Sakit, agar menerapkan dan membuat standar prosedur operasional dengan intervensi menghisap es batu agar dapat dipakai sebagai intervensi mandiri yang dapat diterapkan pada pasien hemodialisa yang mengalami rasa haus.

Bagi Peneliti lain, Sebagai dasar untuk peneliti melakukan penelitian selanjutnya dengan memperhatikan keterbatasan. Penelitian ini di rekomendasikan untuk melakukan penelitian selanjutnya yang berbeda yang berhubungan dengan cara mengatasi rasa haus yang muncul pada pasien *chronic kidney disease* (CKD) dan menggunakan sampel yang lebih besar agar adanya perbandingan yang signifikan.

#### **KETERBATASAN**

Saat penerapan pemberian es batu pada pasien terjadi adanya kendala bentuk es batu yang berbeda – beda hal ini karena tempat penyimpanan es batu kurang tepat yaitu hanya di tempatkan di cup sehingga es batu perlahan – lahan mudah mencair, sehingga saat pemberian es batu pada pasien kurang tepat jumlahnya. Seharusnya es batu di simpan di *coolor box* agar lebih bentuk es batu tidak mudah mencair.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Abnafati, C., Abbas, K. M., Abbasi-Kangevari, M., Abd-Allah, F., Abdelalim, A., Abdollahi, M., Abdollahpour, I., Abegaz, K. H., Abolhassani, H., Aboyans, V., Abreu, L. G., Abrigo, M. R. M., Abualhasan, A., Abu-Raddad, L. J., Abushouk, A. I., Adabi, M., Adekanmbi, V., Adeoye, A. M., Adetokunboh, O. O., ... Amini, S. (2020). Global Burden Of 369 Diseases And Injuries In 204 Countries And Territories, 1990–2019: A Systematic Analysis For The Global Burden Of Disease Study 2019. *The Lancet*, 396(10258), 1204–1222. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30925-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30925-9)
- Anak, A. A. E. C., Didik, P., Moh, F. A., & Diah, P. (2022). Gambaran Diagnosis Pasien Pra-Hemodialisa Di Rsud Wangaya Tahun 2020-2021. *Jurnal Ilmiah Hospitality* 661, 11(1), 661–666. <http://stp-mataram.e-journal.id/JIH>
- Armiyati, Y., Khoiriyah, K., & Mustofa, A. (2019). Optimization Of Thirst Management On CKD Patients Undergoing Hemodialysis By Sipping Ice Cube. *Media Keperawatan Indonesia*, 2(1), 38. <https://doi.org/10.26714/mki.2.1.2019.38-48>
- Dewi, R. And Mustofa, A. (2021) 'Penurunan Intensitas Rasa Haus Pasien Penyakit Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Dengan Menghisap Es Batu', *Ners Muda*, 2(2), P. 17. Available At: <https://doi.org/10.26714/nm.v2i2.7154>.
- Esti, E., Yenny, Y. And Yemina, L. (2022) 'Gambaran Rasa Haus Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisis Di RS PGI Cikini', *Jurnal Keperawatan Cikini*, 3(1), Pp. 35–39. Available At: <https://doi.org/10.55644/jkc.v3i1.74>.
- Fajri, A. N., Sulastri, & Kristini, P. (2020). Pengaruh Terapi Ice Cube ' S Sebagai Evidence Based Nursing Untuk Mengurangi Rasa Haus Pada Pasien. *Prosiding Seminar Nasional Keperawatan*
-

- Universitas Muhammadiyah Surakarta, 1(3), 11–15.
- Husain, F. And Silvitasari, I. (2020) 'Management Keperawatan Mengurangi Rasa Haus Pada Pasien Dengan Chronic Kidney Disease : Literature Review', *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 10(2), Pp. 28–33. Available At: <https://doi.org/10.47701/infokes.V10i2.1030>.
- Handayani, R., Transyah, C.H. And Aflizarni, R. (2023) 'Terapi Menghisap Es Batu Untukmengurangirasa Haus Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik', *Jurnal Kesehatan Medika Sainika Volume*, 10(2), Pp. 11–24.
- Kamasita, S. E., Suryono, S., Nurdian, Y., Hermansyah, Y., Junaidi, E., & Fatekurohman, M. (2018a). The Effect Of Hemodialysis On Kinetic Segment Of Left Ventricular In Stage V Chronic Kidney Diseases Patients. *Nurseline Journal*, 3(1), 10. <https://doi.org/10.19184/Nlj.V3i1.6506>
- Kemendes RI. (2022). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2021. Kementrian Kesehatan RI, 53(9), 1689–1699.
- Lismayanur (2021) 'Gagal Ginjal Kronik Pada Pada Pasien Hemodialisa Prevalensi', *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., Pp. 2013–2015. Available At: [http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/9280/3/bab ii Tinjauan Pustaka.Pdf](http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/9280/3/bab%20ii%20tinjauan%20pustaka.pdf).
- Marchellany, C., Purwanti, O.S. And Prastiwi, Y.I. (2024) 'Penerapan Berkumur Air Matang Untuk Menurunkan Tingkat Rasa Haus Pasien Gagal Ginjal Kronik : Studi Kasus', 8, Pp. 675–680.
- Meta, R., Zuliawati, C.I. (2021) 'Pengaruh Terapi Ice Cubesterhadap Penurunan Rasa Haus Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di Rsu Sembiring', *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, Vol. 4No. Available At: <http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/jpkm>.
- Nur, A R., Setia, D, R., & Annisaa, E. (2021). The Swamedication Behaviour Profile For Pain, Diarrhea, Cough And Gastritis In Society : A Review. In *Generics : Journal Of Research In Pharmacy* (Vol. 1, Issue 2).
- Nur, K, U., Anam, M. And Tirtonegoro, K, S. (2023) 'Application Of Sucking Slimber Ice To Reduce Thirst In Chronic Kidney Disease (Ckd) Patients Undergoing Hemodialysis Primary Ners Of RSUP Dr', 43.
- Pebrianti, S., (2023) 'Intervensi Keperawatan Menurunkan Rasa Haus Pada Pasien Chronic Kidney Disease (CKD): A Rapid Review', *Malahayati Nursing Journal*, 5(12), Pp. 4352–4366. Available At: <https://doi.org/10.33024/mnj.V5i12.12488>.
- PERNEFRI. (2018). 11th Report Of Indonesian Renal Registry 2018. Indonesian Renal Registry (IRR), 14–15.
- Rahayu, F. A., & Sukraeny, N. (2021). Penurunan Rasa Haus Pada Kasus Penyakit Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodalisa Dengan Sipping Ice Cube Therapy.
- Rosaulina, M., Zuliawati, Z., & Indrayani, C. (2021). Pengaruh Terapi Ice Cubes Terhadap Penurunan Rasa Haus Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di Rsu Sembiring. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 4(1), 17–23. <https://doi.org/10.36656/jpkm.V4i1.670>
- Sacrias, G. G., & Rathinasamy, E. L. (2015). Effect Of Nursing Interventions On Thirst And Interdialytic Weight Gain Of Patients With Chronic Kidney Disease Subjected To Hemodialysis. *Brunei Darussalam Journal Of Health*, 6(1), 13–19.
- Salamah, N. A., Hasanah, U., & Dewi, N. R. (2022). Penerapan Pursed Lips Breathing Terhadap Fatigue Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(4), 479–486.
- Saranga, J.L. Et Al. (2023) 'The Effectiveness Of Slimber Ice Against Thirst Intensity In Hemodialysis Patients With Chronic Kidney Disease', *Media Keperawatan Indonesia*, 6(1), P. 33. Available At: <https://doi.org/10.26714/mki.6.1.2023.33-38>.
- Sarina Rumlawang, S.T.K. (2023) 'Pemberian Terapi Es Batu Dalam Menurunkan Rasa Haus Pada

Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di Ruang Hemodialisa Rsud Dr.  
Soediran Mangun Sumarso Wonogiri', 14, Pp. 1–10.

WHO. (2021). Chronic Kidney Disease. *The Lancet*, 398(10302), 786–802.  
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)00519-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)00519-5)