Prosiding Seminar Nasional Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
E-ISSN : 2715-616X

PENGARUH TERAPI *ICE CUBE'S* SEBAGAI *EVIDANCE BASED NURSING* UNTUK MENGURANGI RASA HAUS PADA PASIEN YANG MENJALANI HEMODIALISA

Annisa Nurul Fajri[1*], Sulastri[2], Puji Kristini [3]
[1]Mahasiswa Program Studi Keperawatan Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
[2]Dosen Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
[3]Perawat Senior, Rumah Sakit Umum Daerah Pandan Arang Boyolali
annisanurulfajri15@gmail.com,

Keywords:
GGK, Rasa Haus, Terapi Ice Cube's.

Abstrak

Latar Belakang: *Pasien dengan gagal ginjal kronik harus menjaga dan harus membatasi intake cairan untuk mencegah terjadinya kelebihan cairan dalam tubuh. Pembatasan cairan menjadikan penurunan intake per oral ini akan menyebabkan mulut kering dan lidah jarang teraliri air dan keadaan ini yang memicu keluhan haus.* ***Metode:*** *Ada beberapa cara untuk mengurangi rasa haus yaitu dengan terapi ice cube's yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi ice cube's untuk mengurangi rasa haus pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa di RSUD Pandan Arang Boyolali. Pelaksanaan evidance based nursing terapi ice cube's ini diberikan kepada 10 responden dengan teknik purposive sampling. Instrumen penerapan terapi ini menggunakan kuesioner DTI (Dialysis Thirst Inventory). Penerapan terapi ice cube's ini diberikan selama 5 menit pada saat proses dialisis.. Karakteristik responden dibedakan pada usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan.* ***Hasil:*** *Hasil statistik uji T, tidak terdapat perbedaan antara kelompok intervensi yang diberikan terapi ice cube's dengan p-value 0.000 dan kelompok kontrol yang diberikan penyuluhan mengenai pembatasan cairan p-value 0.022.* ***Kesimpulan:****Ada pengaruh terapi ice cube's untuk mengurangi rasa haus pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Penerapan terapi ice cube's terbukti mampu menurunkan rasa haus sehingga bermanfaat untuk diterapkan pada pasien yang menjalani hemodialisa.*

1. PENDAHULUAN

Gagal ginjal kronik adalah gangguan fungsi ginjal yang progresif dan tidak dapat pulih kembali, dimana tubuh tidak mampu memelihara metabolisme, keseimbangan cairan, dan elektrolit yang berakibat pada peningkatan ureum. Pada pasien gagal ginjal kronik mempunyai karakteristrik bersifat menetap, tidak bisa disembuhkan, dan memerlukan pengobatan berupa transplantasi ginjal, dialisis peritoneal, hemodialisis, dan rawat jalan dalam jangka waktu lama (Black & Hawk, 2014).

Tarwoto & Watonah (2015) gagal ginjal kronik adalah ginjal kehilangan kemampuannya untuk mempertahankan volume dan komposisi cairan tubuh dalam keadaan normal dengan oligurian (penurunan jumlah berkemih) <400ml/24jam. Moissl, et al (2013) pembatasan cairan mempunyai tujuan untuk mengurangi kelebihan cairan pada periode dialitik. Interdialytic Weight Gain (IDWG) merupakan peningkatan volume cairan yang dimanifestasikan dengan peningkatan berat badan sebagai dasar untuk mengetahui jumlah cairan yang masuk selama periode dialitik. Pertambahan berat badan

E-ISSN : 2715-616X

diantara dua sesi hemodialisa ditoleransi oleh tubuh 1,0 kg-1,5 kg. IDWG melebihi 4,8% akan meningkatkan mortalitas. Adanya peningkatan IDWG yang tinggi akan menimbulkan efek negatif seperti terjadi hipotensi, kram otot, sesak nafas, mual dan muntah. Menurut Nursalam (2014) kebanyakan pasien dengan stadium akhir gagal ginjal (end stage renal disease) yang menjalani hemodialisa harus menjaga diet cairan dibatasi untuk mencegah kelebihan cairan yang beresiko menyebabkan edema, gagal jantung dan hipertensi.

Pembatasan cairan menjadikan penurunan intake per oral ini akan menyebabkan mulut kering dan lidah jarang teraliri air dan keadaan ini yang memicu keluhan haus, dalam proses fisiologi tubuh 30 menit-60 menit setelah minum perasaan haus akan muncul kembali (Guyton, 2016). Selain pembatasan cairan ada beberapa makanan yang dapat memicu pasien konsumsi air dengan porsi banyak yang harus dihindari sesuai dengan penelitian yang Antonia (2015) mengatakan bahwa studi korelasi menunjukkan pasien dengan gagal ginjal kronis menghindari makanan pedas dan mengikuti diet yang sudah direkomendasikan.

Pembatasan asupan cairan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa merupakan hal yang perlu diperhatikan. Salah satu cara untuk mengurangi rasa haus dan meminimalisir terjadinya peningkatan berat badan dengan terapi ice cube's untuk membantu mengurangi rasa haus dan menyegarkan tenggorokkan (Arfany, Armiyati & Kusuma, 2014). Menurut penelitian Dasuki & Basok (2018) pasien yang menghisap slimber ice dapat menurunkan intensitas rasa haus menjadi haus ringan bahkan tidak merasa haus serta dapat meminimalkan resiko kelebihan cairan.

Dari studi wawancara yang dilakukan di RSUD Pandan Arang Boyolali pada tanggal 7 Januari 2020, terdapat 20 pasien yang menjalani hemodialisa, didapatkan bahwa 1 orang mengeluh sangat sering haus, 11 orang mengeluh hampir sering haus, dan 8 orang mengeluh kadang-kadang haus. Ada 16 pasien mengatakan jika terasa haus langsung minum tanpa mengingat takaran minum dalam 24 jam, 4 pasien yang lain mengatakan kadang-kadang mencoba mengemut es batu jika terasa haus. Pasien yang tidak mampu mengontrol rasa haus menyebabkan peningkatan berat badan yang beresiko menyebabkan sesak nafas, edema.

Salah satu intervensi yang dapat diterapkan untuk mengatasi masalah rasa haus pada pasien gagal ginjal kronik yaitu dengan melakukan terapi ice cube'c yaitu dengan mengulum es batu karena dapat memberikan perasaan lebih segar daripada minum air mineral sedikit-sedikit (Philips, et al, 2017). Menghisap es batu dalam sehari maksimal 10 kubus dalam 1 kubus terdapat 5ml yang bisa dilakukan maksimal 3-4 kali dalam sehari (Sacrias, Rathinasany & Elavally. 2015).

Dari hasil pemaparan dan fenomena diatas, terapi ice cube's penting diterapkan untuk mengurangi rasa haus pada penderita gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

2. METODE

Analisa masalah terlebih dahulu dilakukan dengan menganalisis situasi ruangan dan pasien kemudian mengumpulkan literatur yang diperoleh dari 10 jurnal penelitian tentang terapi *ice cube's* pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa dan dilakukan terapi *ice cube's*. Jurnal didapatkan dengan mengakses situs google schoolar, Pubmed, ScienceDirect, Sinta dengan kata kunci *ice cube's Therapy*, terapi es batu, terapi mengulum es batu. Kemudia dipilih salah satu jurnal yang dipakai untuk dijadikan rujukan dalam penerapan hasil penelitian dan jurnal lain sebagai pendukung. Penerapan *evidance based nursing* ini dilakukan diinstalasi hemodialisa di RSUD Pandan Arang Boyolali pada 20 pasien yang menjalani hemodialisa dibagi atas 2 kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Penerapan *evidance based nursing* dilakukan pada 06 Desember 2019 sampai 15 Januari 2020. Terapi *ice cube's* dilakukan pada 10 pasien dan 10 pasien tidak dilakukan terapi *ice cube's* yang menjalani hemodialisa. Kriteria inklusi: pasien yang menjalani hemodialisa 2 kali dalam seminggu, mau menjadi responden EBN, memiliki lemari es, usia lebih dari 18 tahun. Kriteria Ekslusi: menolak menjadi responden, memiliki riwayat

E-ISSN : 2715-616X

gigi ngilu saat konsumsi es, memiliki riwayat penyakit yang merekomendasi untuk mengurangi konsumsi es.

Teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi yang terdiri dari jumlah konsumsi cairan dalam sehari, kenaikan berat badan datang dan berat badan pulang. Sebelum diberikan terapi *ice cube's* pasien mengisi kuesioner DTI *(Dialysis Thirst Inventory)* dan setelah dilakukan intervensi selama kuranglebih 5 minggu diberikan kuesioner yang sama untuk mengetahui tingkat haus pada pasien tersebut.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil temuan penelitian ini maka teridentifikasi karakteristik pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa (Tabel 1).

Tabel 1
Karakteristik Responden (n=20)

No	Karakteristik responden	Frekuensi	Presentase %
1	Usia		
	26-35 tahun	4	20
	36-45 tahun	7	35
	46-55 tahun	7	35
	56-65 tahun	2	10
	Total	20	100
2	Jenis kelamin		
	Laki-laki	9	45
	Perempuan	11	55
	Total	20	100
3	Pendidikan		
	Tidak sekolah	2	10
	SD	4	20
	SMP	5	25
	SMA	5	25
	S1	4	20
	Total	20	100
4	Pekerjaan		
	Tidak bekerja	3	15
	IRT	7	35
	Buruh	5	25
	Pedagang	2	10
	Petani	1	5
	Pegawai	1	5
	Pensiun	1	5
	Total	20	100

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat hasil p*evidance based nursing* tentang karakteristik responden dari 20 responden bahwa usia responden yang mengalami gagal ginjal kronik yaitu dewasa akhir (35-45 tahun) sebanyak 7 pasien (35%) dan lansia awal (46-55 tahun) sebanyak 7 pasien (35%), sejalan dengan penelitian Fatmah (2010) bahwa kebutuhan asupan cairan pada lansia menurun seiring dengan proses penuaan. Hal ini disebabkan oleh terjadinya perubahan komposisi tubuh, yaitu menurunnya sel-sel otot dan meningkatnya sel-sel lemak yang menyebabkan menurunnya kebutuhan cairan untuk menjalannya fungsi tubuh. selain itu peningkatan jumlah lemak pada lansia, penurunan fungsi ginjal dan penurunan sensitivitas osmoreseptor menyebabkan lansia seringkali tidak merasa haus.

Jenis kelamin responden yang mengalami gagal ginjal kronik pada tabel lebih banyak perempuan dengan jumlah 11 responden (55%) dan jumlah laki-laki sebanyak 9 responden (45%). Menurut Hidayat (2013) bahwa penderita gagal ginjal kronik lebih banyak terjadi pada laki-laki hal ini tidak sejalan dengan penelitin yang sudah dilakukan, karena laki-laki membutuhkan lebih banyak cairan dari pada perempuan, hal ini terjadi karena laki-laki memproduksi keringat lebih banyak dibandingkan dengan wanita. Selain itu massa otot pada laki-laki lebih besar serta metabolisme yang lebih tinggi yang mempengaruhi laki-laki membutuhkan cairan lebih banyak.

Tingkat pendidikan responden paling tinggi yaitu tingkst SMP sejumlah 5 responden (25%) dan SMA sebanyak 5 responden (25%), sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arfiyany, Armiyati dan Kusuma (2010) bahwa tingkat pendidikan SMP-SMA lebih banyak dari pada pendidikan tinggi, sesuai dengan teori bahwa tingkat pendidikan mempengaruhi pengetahuan seseorang terhadap penyakit.

Pekerjaan responden paling banyak yaitu IRT sejumlah 7 responden (35%) dan urutan kedua yaitu buruh sejumlah 5 pasien (25%).

3.2 Hasil Pengaruh Terapi *ice cube's*

Tabel 2
Frekuensi Pre dan post intervensi

Variabel	Frekuensi	Mean	SD	SE
Kelompok intervensi				
Pre test	10	19.6	2.36	0.7
Post test	10	15.8	1.03	0.3
Total	**20**			
Kelompok kontrol				
Pre test	10	20.5	1.26	0.4
Post test	10	19.7	1.41	0.4
Total	**20**			

Sumber : Data Primer Januari 2020

Tabel 3
Pengaruh terapi *ice cube's* dan penyuluhan pembatasan cairan

Tingkat rasa haus	N	Mean	SD	SE	*P value*
Intervensi	10	3.80	2.20	0.69	0.000
Kontrol	10	0.800	0.91	0.29	0.02

Sumber : Data Primer Januari 2020

Berdasarkan tabel 3 diketahui hasil uji *Paired T-Test* bahwa intensitas rasa haus pada kelompok intervensi sebelum dilakukan terapi *ice cube's* rerata dengan *mean* 19.6 (dalam kategori kadang-kadang haus), setelah dilakukan perlakukan terapi *ice cube's* rerata dengan *mean* 15.8 (dalam kategori kadang-kadang haus). Jadi penurunan intensitas rasa haus rerata adalah 3.8 dengan nilai signifikas *p-value* 0.000 ($p<0.05$) maka Ha diterima yaitu ada perbedaan yang signifikan antara internsitas rasa haus sebelum dan sesudah diberikan terapi *ice cube's* pada kelompok intervensi yang artinya terdapat pengaruh terapi *ice cube's* untuk mengurangi rasa haus pada penderita gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

Kemudian kelompok kontrol pada temuan *evidance based nursing* ini juga mengalami penurunan intensitas rasa haus pasien yaitu dari nilai rerata 20.5 (hampir sering haus) menjadi 19.7 (kadang-kadang haus) dengan penurunan rerata adalah 0.80 dan nilai signifikan *p-value*= 0.022 ($p<0.05$), maka Ha diterima yaitu terdapat perbedaan signifikan antara rasa haus pasien sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan pada kelompok kontrol.

Hasil *evidance based nursing* menunjukan penurunan intensitas rasa haus baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol, hal ini dikerenakan kelompok kontrol telah diberikan pendidikan kesehatan terkait pengontrolan rasa haus selama proses hemodialisa sehingga terjadi penurunan rasa haus. Namun hasil penelitian pada kelompok intervensi dengan terapi *ice cube's* memiliki signifikan yang lebih tinggi karena menurunkan rasa haus dari kadang-kadang haus dengan skor batas tinggi menjadi kadang-kadang haus dengan skor batas rendah bahkan hampir tidak haus serta meminimalkan resiko terjadinya penumpukan cairan.

Berdasarkan hasil penerapan *evidance based nursing* terapi *ice cube's* diatas sejalan dengan beberapa penelitian yang telah dilakukan dibeberapa Rumah Sakit. Menurut Arfany, dkk (2014) mengatakan bahwa pasien hemodialisa yang mengalami haus setelah diberikan intervensi mengulum es batu mengalami penurunan tingkat haus sebesar 58% daripada diberikan terapi mengunyah permen karet sebesar 20%, serta diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Armiyati, Khoiriyah & Mustofa (2019) bahwa perbedaan bermakna skor haus sebelum dan setelah diberikan intervensi mengulum es batu, berkumur air matang dan berkumur dengan obat kumur. Lama waktu dapat menahan rasa haus pada kelompok mengulum es rerata 93 menit, pada kelompok kumur air matang rerata 55 menit, pada kelompok berkumur dengan obat kumur rerata 76.5 menit. Selain itu peneliti memberikan intervensi kepada kelompok intervensi dengan 1 kubus es yang mengandung 5 ml air mineral, hal ini didukung oleh penelitian Sacrias, *et al* (2015) bahwa hasil penelitiannya pretest dan posttest control group design menilai efektifitas intervensi keperawatan pada kasus haus dan interdialitic berat badan antara pasien yang menjalani hemodialisa. Intervensi yang diberikan yaitu mengajarkan cara menghisap es batu dari 1 kubus (5ml) dan maksimal 10 kubus selama sehari dan

jika berkumur dengan obat kumur dalam sehari maksimal 100 ml air dan sehari maksimal 3-4 kali.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil temuan penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan pada kelompok intervensi bahwa jenis kelamin responden lebih banyak perempuan 11 responden (55%), usia responden dewasa akhir dan lansia awal masing-masing 7 responden (masing-masing 35%), pada karakteristik responden tingkat pendidikan didapatkan rerata SMP dan SMA masing-masing sejumlah 7 responden (35%), pekerjaan lebih rerata ibu rumah tangga sebanyak 7 responden (35%).

Hasil penerapan *evidance based nursing* terapi *ice cube's* kepada 10 responden menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi *ice cube's* untuk mengurangi rasa haus pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RSUD Pandan Arang Boyolali dengan *p-value* 0.000 dan pada kelompok kontrol juga terdapat perbedaan setelah diberikan informasi atau penyuluhan kesehatan mengenai pembatasan cairan dengan *p-value* 0.022.

REFERENSI

Antonia, F. J. C., 2015. *Efecacia das Restricoes Hidrica e Dietetica em Pacientes Renals Chronic em Hemodialysis.*

Arfany, N. W., Armiyati, Y., Kusuma, A.B., 2014. Efektifitas Mengunyah Permen Karet Rendah Gula dan Mengulum Es Batu Terhadap Penurunan Rasa Haus Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di RSUD Tugurejo Semarang. Jurnal Keperawatan dan Kebidanan. Semarang: Program Studi S1 Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang.

Armiyati, Y., Khoiriyah, Ahmad M., 2019. *Optimizing of Thirst Management On CKD Patients Undergoing Hemodialysis By Ice Cube.* Medika Keperawatan Indonesia, Vol.2 No.1. 2019.

Black & Hawk. 2014. Keperawatan Medikal Bedah Manajemen Klinis Untuk Hasil Yang Diharapkan. Edisi 8 Buku 2. USA: Elsivier.

Casper, P. B., *et al.*, 2014. *Interdialytic Weight Gain In Patients On Hemodialysis Is Associated With Dry Mouth And Thirst.*

Chironda, G., Busisiwe, B., 2017. *Adherence Of Adult Chronic Kidney Disease Patients With Regard To Their Dialysis, Medication, Dietary and Fluid Restriction.*

Chironda, G., Busisiwe, B., 2019. *Barriers to Management of Chronic Kidney Disease (CKD) In Renal Clinic in Kwazulunatal Province*, South Africa-A Qualitative Study.

Dasuki, Basok, B., 2018. Pengaruh Menghisap *Slimber Ice* Terhadap Intensitas Rasa Haus Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa.

Dewi, A., Sofiana, N., Jumaidi., 2018. Perbedaan Efektifitas Mengunyah Permen Karet Rendah Gula Dengan Mengulum *Grape Ice Cube* Terhadap Rasa Haus Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa.

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

Moissl, U., Guillen, M.A., Wabel, P, Fonseter, N., Carrera, M., Campistol, J.M., Maduell, F. 2013. *Bioimpedance Guided Fluid Management In Hemodialysis Patients. Clin J Am Soc Nephrol.* Diakses pada tanggal 24 Januari 2020 dari http:///www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3805085/.

Nursalam. 2014. Metode Penelitian Ilmu Keperawatan. Edisi 3. Jakarta: Salemba Medika.

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

Sacrias, G. G., Rathinasamy, E.L., Ellavally, S., & Arjunan. 2015. *Effect If Nursing Intervention On Thirst And Interdialytic Weight Gain Of Patients With Chronic Kidney Disease Subjected To Hemodialysis.* Brunei Darussalam Journal of Health. 2015.

Tarwoto & Wartonah. 2015. Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan. Edisi 3. Jakarta: Salemba Medika.

Wahdaniyah. 2017. Efektifitas Menghisap *Frozen* dan es loli Dalam Mengurangi Rasa Haus Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Di RSUD Tangerang.