

TERAPI ICE CUBE TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS RASA HAUS PADA PASIEN GAGAL GINJAL MENJALANI HEMODIALISIS

ICE CUBE'S THERAPY FOR REDUCING THIRST INTENSITY IN KIDNEY FAILURE PATIENTS UNDERGOING HEMODIALYSIS

¹ Apriyani* | ² Zulaika | ³ Dela Putri Asmarita

¹ Fakultas Ilmu Kesehatan, IKesT Muhammadiyah Palembang, e-mail: Apriyani0286@gmail.com

² Fakultas Ilmu Kesehatan, IKesT Muhammadiyah Palembang, e-mail: Zulaika@gmail.com

³ Fakultas Ilmu Kesehatan, IKesT Muhammadiyah Palembang, e-mail: Delaput@gmail.com

*Corresponding Author: Apriyani0286@gmail.com

ARTICLE INFO

Article Received: October, 2024

Article Accepted: October, 2024

Article Published: June, 2025

ABSTRAK

Latar belakang: Penyakit GGK bersifat menetap dan tidak dapat disembuhkan. Kondisi ini memerlukan tindakan pengobatan jangka panjang, misalnya dialisis peritoneal, transplantasi ginjal, hemodialisis, serta rawat jalan. Hemodialisis memiliki peranan yang sangat penting dalam menyeimbangkan cairan dalam tubuh, membantu dalam pengelolaan penyakit ginjal, kualitas hidup pasien meningkat. Rasa haus sangat penting untuk dikurangi sebagai upaya untuk intervensi pada pasien GGK. Intervensi yang digunakan salah satunya yaitu terapi ice cube's.

Tujuan: diketahuinya pengaruh terapi ice cube terhadap penurunan intensitas asupan cairan pada pasien gagal ginjal kronik dengan proses hemodialisis.

Metode: Penelitian kuantitatif pra-eksperimen ini menggunakan desain one-group pretest-posttest. Penelitian ini menggunakan metode purposive. Dengan 30 responden. Pasien diberi 10 cc es batu untuk dihisap selama 5 menit sebagai terapi. VAS digunakan untuk pengukuran. Analisis statistik Wilcoxon digunakan.

Hasil: Terapi es batu mengurangi konsumsi cairan pada pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisis dengan tingkat rasa haus rata-rata 3,53 sebelum intervensi dan 3,10 setelah intervensi. Nilai p adalah 0,000.

Implikasi: Penelitian menemukan bahwa terapi es batu mengurangi rasa haus pada pasien hemodialisis dengan gagal ginjal. Rasa haus pasien seharusnya dapat distabilkan dengan penemuan ini. Selanjutnya, peneliti diharapkan untuk menambahkan variabel serta kelompok kontrol dalam penelitian berikutnya.

Kata Kunci: Gagal Ginjal Kronik; Ice Cube's; Intensitas Rasa Haus

ABSTRACT

Background: CKD disease is permanent and cannot be cured. This condition requires long-term treatment, such as peritoneal dialysis, kidney transplantation, hemodialysis, and outpatient care. Hemodialysis has a very important role in balancing fluids in the body, helping in the management of kidney disease, and increasing the patient's quality of life. Thirst is very important to be reduced as an effort to intervene in CKD patients. One of the interventions used is ice cube therapy.

Purpose: the influence of ice cube therapy on reducing the intensity of fluid intake in chronic kidney failure patients undergoing hemodialysis is known.

Methods: This quantitative pre-experimental study uses a one-group pretest-posttest design. This research used purposive methods. With 30 responders. Patients were given 10 cc ice cubes to suck for 5 minutes as therapy. VAS was utilized for measuring. Wilcoxon statistical analysis was used.

Result: Ice cube treatment reduced fluid consumption in renal failure patients on hemodialysis with a mean thirst level of 3.53 before the intervention and 3.10 afterward. The p-value was 0.000.

Implication: The study found that ice cube therapy reduced thirst in hemodialysis patients with kidney failure. The patient's thirst should be stabilized with this finding. Furthermore, researchers are expected to add variables and control groups in subsequent studies.

Keywords: Chronic Kidney Failure; Ice Cube's; Thirst Intensity

Website:

<https://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/>

E-mail:

jkmmalang@gmail.com

DOI:

<https://doi.org/10.36916/jkm>

LATAR BELAKANG

Gagal ginjal kronik merupakan salah satu penyakit tidak menular yang membutuhkan perhatian serius. Kondisi ini menjadi permasalahan kesehatan yang signifikan di masyarakat karena tingginya angka kejadian. Gagal ginjal kronik juga memberikan dampak ekonomi yang besar akibat biaya pengobatan yang cukup tinggi (Isroin, 2015). Berdasarkan WHO minimal 500 juta jiwa yang menderita penyakit ginjal kronis dan perawatan hemodialisa yaitu sekitar 1,5 juta orang. Prevalensi gagal ginjal kronis di Amerika Serikat mencapai 14% dan berkisar antara 5-15% di seluruh dunia (Susanti Hani, 2019).

Penyakit ginjal kronik ditandai dengan sifatnya yang menetap dan memerlukan tindakan pengobatan yang berkelanjutan, misalnya hemodialisis, dialisis peritoneal, transplantasi ginjal, atau pengobatan jangka waktu (Black Joyce M & Hawks Jane Hokanson, 2014). Hemodialisis memiliki fungsi dalam menangani ketidakseimbangan cairan, membantu dalam pengelolaan penyakit ginjal, dan meningkatkan kualitas hidup (Armiyati Yunie, 2019). Saat ini, prosedur hemodialisis merupakan terapi yang banyak dipilih untuk terapi pengganti ginjal dikarenakan tindakan ini tidak hanya memiliki tujuan agar menambah usia pasien juga untuk memaksimalkan kualitas hidup mereka.

Pasien hemodialisis dengan kualitas hidup buruk mengalami penurunan kualitas hidup cukup besar, seperti yang ditunjukkan oleh beberapa orang. Kecukupan hemodialisis yang tidak memadai menurunkan kualitas hidup. Mempertimbangkan nilai ureum dan kreatinin sebelum dan sesudah hemodialisis dan cara mengobatinya selama hemodialisis dapat membantu menentukan frekuensi hemodialisis. Namun, individu gagal ginjal dapat hidup dengan baik dengan pengobatan yang cermat. Melakukan hemodialisis secara rutin, disertai kepatuhan, pengawasan yang baik, serta dukungan dari keluarga, dapat berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup mereka (Aufa et al., 2024).

Pasien dengan penyakit ginjal kronis mengalami kerusakan fungsi ginjal secara progresif serta tidak bisa dikembalikan, yang mengakibatkan terganggunya fungsi ginjal dalam menyaring racun dari darah (Dorgalaleh Akbar et al, 2013). Untuk mengatasi kondisi gagal ginjal kronis, pasien biasanya menjalani terapi hemodialisis antara satu hingga tiga kali seminggu, tergantung pada stadium penyakitnya. Menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit merupakan aspek utama hemodialisis. Jarak waktu dalam menjalani proses hemodialisis yang dilakukan pada pasien sering sekali menimbulkan masalah tentang penumpukan cairan (Buss Jaime Stockslager, 2013). Masalah kelebihan cairan dapat

diidentifikasi melalui peningkatan berat badan (BB) pasien di antara sesi dialysis atau interdialytic weight gain (IDWG) (Natural Kidney Foundation, 2015).

Tubuh dapat mentoleransi peningkatan berat badan 1,0–1,5 kg antara fase hemodialisis. Pasien GGK yang menjalani hemodialisis dengan stadium akhir harus membatasi asupan cairan guna pencegahan kelebihan cairan yang mengakibatkan resiko pembengkakan atau edema, gagal jantung dan hipertensi (Nursalam, 2014). Pembatasan asupan cairan akan mengakibatkan mulut kering, kondisi ini akan memicu masalah haus, sesuai dengan Proses fisiologis tubuh menunjukkan bahwa rasa haus setelah mengonsumsi cairan akan kembali muncul dalam waktu 30 hingga 60 menit (Guyton, A.C., & Hall, J.E., 2016).

Pasien dengan GGK memerlukan berbagai tindakan untuk mengurangi rasa haus yang mereka alami. Salah satu metode untuk meredakan rasa haus tersebut adalah dengan menerapkan terapi es batu. Terapi es batu merupakan pendekatan dengan tujuan rasa haus berkurang serta memberikan kesegaran di tenggorokan. (Arfany, N. w., Armiyati, Y., Kusuma, 2014). Pasien gagal ginjal dilakukan Pembatasan asupan cairan mengonsumsi potongan es batu mampu memberikan sensasi menyegarkan dibandingkan dengan meneguk air secara perlahan. Berkurangnya rasa haus dikarenakan proses es batu yang mencair di dalam mulut sehingga tenggorokan terasa lembab hal ini mengakibatkan osmoreseptor memberikan sinyal pada hipotalamus bahwa tubuh telah terpenuhi untuk kecukupan cairannya serta memberikan respon bahwa rasa haus telah berkurang (Philip., 2017).

Berdasarkan penelitian terkait menurut Lina & Wahyu (2019), bahwa dengan mengulum Potongan es pasien gagal ginjal dapat menurunkan rasa haus. Suasana mulut dengan sensasi dingin akan mengurangi kehausan. Berdasarkan penelitian Rosaulina et al., (2021) mengatakan bahwa Setelah dilakukan tindakan dengan terapi es batu, rasa haus akan berkurang.

Peneliti telah melakukan survey awal serta mempertimbangkan temuan penelitian sebelumnya, peneliti sangat berminat untuk melaksanakan penelitian mengenai Terapi Es Batu dalam Pengurangan Intensitas Rasa Haus pada Pasien dengan Gagal Ginjal yang Menjalani perawatan Hemodialisis.

METODE

Penelitian ini merupakan kuantitatif pra-eksperimental, pra-tes-pasca-tes satu kelompok. Semua pasien gagal ginjal kronis menjalani hemodialisis. Purposive sampling pada pengambilan responden dengan kriteria; rutin HD dua kali dalam seminggu serta bersedia untuk menandatangani lembar kesediaan sebagai responden. Alat dan bahan meliputi: es kristal, box es, penjepit es, tisu, serta APD.

Prosedur pemberian intervensi yaitu terapi es batu berukuran 10 ml diberikan kepada pasien kemudian es batu nya di diamkan di dalam mulut pasien selama 5 menit saat prosedur dialisis berlangsung. Sebelum intervensi dilakukan, pasien mendapat pendekatan serta penjelasan tentang teknik menghisap es batu dan kemudian diberikan pre-test. Instrumen VAS yang digunakan pada penilaian tingkat rasa haus. Instrumen VAS digunakan mengukur tingkat kehausan saat hemodialisis selesai. Pengukuran VAS menggunakan skala dari 0 hingga 10. Rasa haus tidak dirasakan (0), sangat haus (10). Penelitian ini dilakukan pada tanggal di ruang Hemodialisis. Setiap responden akan diberikan intervensi terapi ice cube selama 1 minggu. Penelitian telah dilakukan uji layak etik berdasarkan surat keputusan oleh komisi Etik Penelitian IKesT Muhammadiyah Palembang dengan nomor surat 001786/KEPIkesT Muhammadiyah Palembang/2024 pada 8 juli 2024.

HASIL

Data pada Tabel 1 dari 30 individu menunjukkan pembeda nilai signifikan sebelum maupun sesudah aktivitas. Uji Statistik Wilcoxon dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), disimpulkan rasa haus menurun pada pasien HD yang diberikan terapi Terapi Ice Cube.

Tabel 1. Hasil analisis intensitas haus sebelum dan sesudah Intervensi

Variabel	N	Median	Min	Max	P Value
Tingkat haus sebelum intervensi	30	4.00	2.00	5.00	0.000
Tingkat haus sesudah intervensi	30	3.00	2.00	4.00	

Sumber: Data Primer, 2024 (n=30)

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis uji Wilcoxon nilai p -value 0.000 (<0.05) memperlihatkan pengaruh terapi ice cube guna mengontrol rasa haus pasien dengan gagal ginjal mendapatkan perawatan hemodialisis dengan tingkat haus sebelum intervensi adalah median 4.00 dan sesudah intervensi adalah median 3,00. Penyakit ginjal kronik adalah keadaan di mana ketidakmampuan ginjal dalam mengelola jumlah dan volume cairan tubuh pada kondisi

normal. Terapi pengganti ginjal yang sering dipakai digunakan oleh pasien gagal ginjal adalah terapi hemodialisa. Prosedur hemodialisis bertujuan untuk menyeimbangkan cairan dalam tubuh, mengelola penyakit ginjal dan meningkatnya kualitas hidup penderita gagal ginjal. Pasien dengan gagal ginjal yang mengikuti perawatan hemodialisis, akan diterapkan pembatasan cairan untuk menghindari kelebihan cairan yang akan menyebabkan beberapa kondisi bagi tubuh misal racun hormonal, rasa haus, produksi kelenjar ludah menurun (Dewi & Mustofa, 2021).

Haus adalah suatu kondisi umum yang dialami oleh individu yang menjalani hemodialisis, dengan angka mencapai 95%. Pada pasien dengan gagal ginjal kronis, rasa haus timbul sebagai akibat dari cairan yang dibatasi. Ketidakpatuhan pasien dalam mengkonsumsi cairan diakibatkan oleh rasa haus yang berlebih yang dirasakan oleh pasien. Keadaan kelebihan cairan pada penderita gagal ginjal kronis dapat merugikan kualitas hidup mereka, memicu beberapa komplikasi seperti isu jantung. Rasa haus yang muncul perlu dikelola, salah satu intervensi yang dapat diterapkan adalah terapi ice cube's (Fajri et al., 2020).

Penderita gagal ginjal menjalani hemodialisa merasakan rasa haus berlebih hal ini dari penambahan kadar Angiotensin II. Angiotensin II yaitu hormon beredar dalam tubuh dan berhubungan dengan area limbik di otak dengan stimulasi kuat untuk rasa haus, sehingga dapat mengaktifkan pusat rasa haus dan menyebabkan kenaikan konsumsi cairan. Angiotensin II berfungsi merangsang rasa haus di bagian hipotalamus dikarenakan volume darah mengalami peningkatan, sehingga pasien merasa dorongan untuk minum (Utami et al., 2021).

Beberapa data menunjukkan bahwa antara 68,9% hingga 86% orang yang menjalani hemodialisis merasakan mulut kering karena rasa haus meningkat. Hal ini akan menyebabkan ketidaknyamanan pada pasien gagal ginjal. Pasien gagal ginjal sering kali merasakan sensasi haus sehingga pasien tersebut perlu mendapatkan penanganan terkait masalah tersebut (Prasetyo & Wasilah, 2022).

Terapi es batu merupakan metode yang digunakan untuk mengontrol rasa haus maupun meminimalkan kenaikan berat badan pasien menjalani hemodialisis. Terapi ini dapat menurunkan rasa haus serta memberikan sensasi menyegarkan di tenggorokan. Penggunaan es batu dapat meningkatkan kelembapan pada mukosa mulut setelah mencair, sehingga membantu menghindari kondisi mulut kering. Ketika es batu mencair di dalam mulut, ia memberikan sensasi dingin yang dapat mengurangi rasa haus, diharapkan

pasien bisa lebih mematuhi pembatasan asupan cairan untuk mencegah penambahan berat badan yang tidak diinginkan (Rosaulina et al., 2021). Hal tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya yaitu terdapat perbedaan dalam penilaian sebelum dan sesudah intervensi, kumur-kumur dengan air biasa, dan kumur-kumur dengan obat kumur. Setelah dilakukan intervensi, semua partisipan menunjukkan penurunan dalam penilaian rasa haus. kelompok responden yang menghisap es batu selama 5 menit sebanyak 55,6% menyatakan tidak merasakan haus (0) (Armiyati Yunie, 2019).

Terapi ice cube's memberikan sensasi yang menyegarkan di dalam mulut dan tenggorokan sehingga dapat meredakan rasa haus. Hal ini ditunjukkan oleh osmoreseptor yang mengirimkan sinyal ke hipotalamus dan menyampaikan bahwa kebutuhan cairan tubuh sudah terpenuhi. Terapi ice cube's terbuat dari 10 ml air, Potongan es tersebut didiamkan di dalam mulut selama 5 menit sampai es batu tersebut mencair dan memberikan efek yang menyegarkan (Lina & Wahyu, 2019). Intervensi dengan menggunakan es batu sangat bermanfaat untuk mengatasi kondisi mulut yang kering dan menjaga supaya rasa haus pada pasien dapat teratasi sehingga intervensi dengan terapi es ini dapat membantu permasalahan yang selama ini dialami oleh pasien gagal ginjal (Lestari & Hidayati, 2022).

KESIMPULAN

Hasil analisa univariat didapatkan bahwa nilai mean sebelum dilakukan intervensi adalah 3.53 sedangkan, nilai mean intensitas rasa haus setelah intervensi adalah 23.2. Analisis bivariat pada tabel 1 menunjukkan perbedaan nilai sebelum dan sesudah intervensi untuk 30 responden. Perawatan es batu meminimalkan rasa haus pasien gagal ginjal dengan hemodialisis, menurut Uji Wilcoxon, yang menghasilkan nilai 0,001 (0,05).

DAFTAR PUSTAKA

- 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 Yunie, K. & M. A. (2019). Optimization of thirst management on CKD patients undergoing hemodialysis by sipping ice cube. *Media Keperawatan Indonesia*, 2(1). <https://doi.org/DOI: https://doi.org/10.26714/mki.2.1.2019.38-48>
- Aufa, M., Angfakh, R., Wildan |, M., & Cahyono, H. D. (2024). Hubungan Frekuensi Hemodialisis dengan Kualitas Hidup pada Pasien Gagal Ginjal Kronik The Relationship

- Between Hemodialysis Frequency and Quality of Life in Chronic Kidney Disease. *Jurnal Keperawatan Malang (JKM)*, 09(01), 89–99. <https://doi.org/10.36916/jkm>
- Black Joyce M & Hawks Jane Hokanson. (2014). *Keperawatan medikal bedah manajemen klinis untuk hasil yang diharapkan*. Elsevier.
- Buss Jaime Stockslager. (2013). *Buku Saku Patofisiologi* (EGC).
- Dewi, R., & Mustofa, A. (2021). Penurunan Intensitas Rasa Haus Pasien Penyakit Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Dengan Menghisap Es Batu. *Ners Muda*, 2(2), 17. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i2.7154>
- Dorgalaleh Akbar et al. (2013). Anemia and Thrombocytopenia in Acute and Chronic Renal Failure. *International Journal of Hematology-Oncology and Stem Cell Research*, 7(4), 34–39.
- Fajri, A. N., Sulastri, & 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*, 1(3), 11–15. GGK, Rasa Haus,%0ATerapi Ice Cube's.
- Guyton, A.C., & Hall, J.E. (2016). *Guyton and Hall Textbook Of Medical Phycology*. Ed 33. Philadelphia. Elsevier Ltd.
- Isroin, L. (2015). "Manajemen Cairan pada Pasien Hemodialisis untuk Meningkatkan Kualitas Hidup di RSUD Dr. Harjono Ponorogo." *Indonesian Journal of Nursing Practices*, 1(2), 146–156.
- Lestari, D. P., & Hidayati, E. (2022). Slimber Ice Efektif Menurunkan Rasa Haus pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialilisa di Khorfakkan Hospital Uni Emirate Arab. *Ners Muda*, 3(3). <https://doi.org/10.26714/nm.v3i3.6923>
- Lina, L. F., & Wahyu, H. (2019). Efektivitas Inovasi Intervensi Keperawatan Mengulum Es Batu terhadap penurunan skala haus pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis Di RSUD dr. M. Yunus Bengkulu. *Jurnal Ilmiah*, 10(2), 1–94.
- Natural Kidney Foundation. (2015). Clinical Practice Guideline for hemodialysis Adequacy. *American Journal of Kidney Disease*, 66(5). <https://doi.org/https://doi.org/10.1053/j.ajkd.2015.07.015>
- Nursalam. (2014). *metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika.
- Philip. (2017). Slimber Ice For Cronic Kidney Diseases (CKD) Intervention. *Nutrix Journal*.
- Prasetyo, R. D. P., & Wasilah, H. (2022). Thirst Management among Patients with Hemodialysis by Sucking Ice Cubes: A Literature Review. *JIKO (Jurnal Ilmiah Keperawatan Orthopedi)*, 6(2), 62–66. <https://doi.org/10.46749/jiko.v6i2.93>
- Rosalina, M., Zulianiati, & Tane, R. (2021). Pemberian Terapi Ice Cubes pada Gagal Ginjal Kronik di Hemodialisa RSU Sembiring. *Jurnal Pengabdian Kesehatan (JUPKes)*, 1(1), 13–18.
- Susanti Hani. (2019). *Memahami Interpretasi Pemeriksaan Laboratorium Penyakit Ginjal kronis*. UB Press.
- Utami, M. P. S., Widayani, L., & Wulandari, A. F. N. (2021). Literature review : Mengulum es batu sebagai manajemen rasa haus untuk pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa. *Jurnal Kesehatan Primer*, 6(2), 32–43.