

PEMBERIAN TERAPI *ICE SCUBES* PADA GAGAL GINJAL KRONIK DI HEMODIALISA RSU SEMBIRING

Meta Rosaulina¹, Zuliawati², Reisy Tanet³, Hizkiaanta Sembiring⁴, Siti Marlina⁵, Lili Suryani Tumanggor⁶

^{1,2,3,4,5,6}Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

Informasi Artikel

Sejarah Artikel :

Diterima, Nov 28, 2021

Revisi, Des 5, 2021

Disetujui, Des 20, 2021

Kata kunci :

Terapi *Ice Cubes*,
GGK, Hemodialisa

ABSTRAK

Gagal ginjal kronik merupakan 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 karakteristik bersifat menetap, tidak bisa disembuhkan dan memerlukan pengobatan berupa transplantasi ginjal, dialisis peritoneal, hemodialisis, dan rawat jalan dalam jangka waktu yang lama. Saat ini hemodialisis menjadi terapi pengganti ginjal yang paling banyak dipilih. Fungsi hemodialisis untuk mengatasi ketidakseimbangan cairan dan membantu mengendalikan penyakit ginjal serta meningkatkan kualitas hidup pasien Gagal Ginjal Kronik. Keadaan ini yang dapat memicu rasa haus. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengoptimalkan terapi pengobatan yang diberikan kepada pasien gagal ginjal kronik dengan cara memberikan terapi *ice cubes* sebagai terapi komplementer. Tahapan kegiatan ini meliputi survei lokasi dan sosialisasi, persiapan alat dan bahan, pelaksanaan kegiatan, pendampingan pasien gagal ginjal kronik serta monitoring dan evaluasi. Secara umum pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan dapat dikatakan berhasil karena target kegiatan sudah terlaksana sesuai dengan *timeline*. Penerapan terapi *ice cubes* mampu menjadi salah satu intervensi dalam menurunkan rasa haus pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Korespondensi Penulis :

Meta Rosaulina

Fakultas Keperawatan,

Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua.

Jl. Besar Delitua No.77, Deli Tua Tim., Kec. Deli Tua, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara 20355, Indonesia.

Email: hutagalungmeta04@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Gagal ginjal kronik merupakan gangguan fungsi ginjal yang progresif dan irreversibel, dimana kemampuan tubuh gagal untuk mempertahankan metabolisme dan keseimbangan cairan dan elektrolit yang dapat menyebabkan uremia (retensi urea dan sampah nitrogen lain dalam darah) (Isroin, 2016). Gagal ginjal kronik mempunyai karakteristik yang bersifat menetap, tidak bisa disembuhkan, dan memerlukan pengobatan berupa transplantasi ginjal, dialisis peritoneal, hemodialisis dan rawat jalan dengan jangka waktu yang lama. Saat ini hemodialisis dapat menjadi terapi pengganti ginjal, 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).

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 2010 meningkat menjadi urutan ke-18 (Kemenkes RI, 2013). Menurut Riskesdas tahun 2018, prevalensi dari gagal ginjal kronik berdasarkan diagnosis dokter di Indonesia sebesar 2,0% pada tahun 2013 dan mengalami peningkatan sebesar 3,8% pada tahun 2018.

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). Rasa haus merupakan suatu keinginan yang disadari terhadap kebutuhan cairan dalam tubuh. Dimana rasa haus dipengaruhi oleh mulut yang kering (Armiyati et al, 2019). 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%) (Sacries et al, 2015).

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*, dimana terapi *Ice Cubes* dapat membantu dalam mengurangi rasa haus dan menyegarkan tenggorokan (Arfany et al, 2014). 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).

2. METODE PENELITIAN

a. Tahap Persiapan

Tahap persiapan untuk kegiatan ini dengan mempersiapkan alat yang akan digunakan yaitu 1 buah es batu setara 10 ml air, sebelumnya telah diukur peneliti dengan spuit 10 ml lalu dibekukandi cetakan es batu dan gelas.

b. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan; memberi salam kepada pasien, menjelaskan tujuan dan prosedur Tindakan terapi *ice cubes*, menanyakan persetujuan dan kesiapan sebelum dilakukan Tindakan, mengatur posisi pasien duduk, menyiapkan es batu yang berada dalam gelas, memberikan es batu kepada pasien untuk dihisap/ dikulum selama 5 menit sampai esnya mencair. .

c. Evaluasi

i. Struktur

Peserta sebanyak 18 orang pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RSU Sembiring. Sebelum di berikan terapi diukur terlebih dahulu intensitas rasa haus dengan menggunakan lembar observasi *Visual Analog Scale (VAS) For Assesment Of Thrist Intenity* dan setelah selesai diberikan terapi diukur kembali intensitas rasa haus responden

ii. Proses

Pelaksanaan kegiatan dimulai pukul 08.00 – 14.00 WIB. Sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil kegiatan yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat yaitu perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Pada tahapan proses perencanaan dilakukan pertemuan koordinasi dalam menetapkan pembagian tugas tim pelaksana kegiatan vaksinasi tersebut, menetapkan lokasi yang akan digunakan, waktu pemberian terapi *ice cubes* dan sasaran pelaksanaan terapi *ice cubes*.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu pemberian terapi *ice cubes* dengan sasaran yaitu pasien gagal ginjal yang melakukan hemodialisa di RSUD Sembiring yang dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 16 Oktober 2021 telah berhasil dalam memberikan *ice cubes* kepada sasaran dengan jumlah 18 orang. Tujuan daripada kegiatan terapi *ice cubes* tersebut adalah untuk mengurangi efek rasa haus pada saat terapi *ice cubes*. Pemberian terapi *ice cubes* bertujuan untuk pengurangan rasa haus pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis (Armiyati *et al*, 2019).

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).

Es batu yang digunakan pada terapi *ice cubes* dengan cara mengulum es batu tersebut dapat memberikan perasaan yang menyegarkan. Mengonsumsi 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 (Lina & Wahyu, 2019).

Dengan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat pada terapi *ice cubes* maka dapat dirasakan adanya penurunan rasa haus dan mengulum es batu lebih lama dapat menahan rasa haus dibandingkan berkumur air matang dan berkumur obat kumur. Menghisap es batu juga dapat memberikan efek dingin yang dapat membuat perasaan menyegarkan dan mengatasi haus sehingga pasien dapat menahan haus lebih lama (Sherwood, 2011 dalam Armiyati *et al*, 2019). Terapi *ice cubes* dapat menggunakan potongan 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).

Berikut gambar pelaksanaan kegiatan :

Gambar 1. Es Batu Dalam Cetakan



Gambar 2. Penjelasan Prosedur



Gambar 3. Terapi Ice Cubes



4. KESIMPULAN

Pada hari Sabtu tanggal 16 Oktober 2021 telah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu *terapi ice cubes* dengan sasaran 18 orang pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RSUD Sembiring. Kegiatan *terapi ice cubes* ini merupakan terapi komplementer untuk mengurangi rasa haus pada saat hemodialisa. Besar harapan segala pihak yang terkait dalam program ini adalah untuk mengurangi efek ketika menjalani hemodialisa. Dalam pelaksanaan kegiatan ini masih banyak terdapat kekurangan yaitu kurang pemahamannya pasien gagal ginjal kronik untuk menggulung es tersebut dengan benar. Penulis berharap program pengabdian masyarakat dengan *terapi ice cubes* terhadap pasien ini nantinya dapat dilakukan secara benar.

REFERENSI

- Arfany, N. W., Armiyati, Y., & Kusuma, M. A. B. (2014). Efektifitas Mengunyah Permen Karet Rendah Gula Dan Mengulung 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. *JurnalKeperawatan 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, ThirstAnd Interdialytic Weight Gain In Patients On Hemodialysis. *Life Science Journal*, 2 (10).
- WHO (World Health Organization). 2015. *Global Satus Report OnNoncommunicable Desease*.