

MANAJEMEN HAUS PADA PENDERITA GAGAL GINJAL KRONIS YANG MENJALANI HEMODIALISA : A LITERATUR REVIEW

Wayunah^{1*}, Adi Asariana², Anis Dasela

^{1,2,3}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indramayu, Indonesia

Corresponding Author: wayunah.stikesindramayu@gmail.com, Tlp: +628772730xxxx

ABSTRAK

Gagal ginjal kronik merupakan penyakit dimana terjadi gangguan fungsi ginjal progresif dan *irreversible*. Masalah utama pasien yang menjalani hemodialisa adalah penambahan berat badan diantara dua waktu hemodialisis (*Interdialytic weight gain* = IDWG). Manajemen haus sangat penting dilakukan penderita GGK yang menjalankan hemodialisa untuk menurunkan rasa haus. Studi ini bertujuan untuk mengetahui manajemen haus yang paling efektif mengurangi rasa haus untuk penderita gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisis. Artikel diskriminasi sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Batas tahun dari 2010 s.d 2020. Kata kunci manajemen haus, gagal ginjal kronik, dan hemodialisis. Hasil penelitian 8 artikel diketahui manajemen haus berupa mengunyah permen karet, mengulum es batu, berkumur menggunakan obat kumur dan berkumur menggunakan air matang terbukti dapat menurunkan rasa haus. Namun intervensi mengulum es batu dianggap intervensi paling efektif dalam menurunkan rasa haus, baik berdasarkan derajat rasa haus maupun waktu menahan haus. Saran bagi perawat untuk dapat menerapkan salah satu intervensi manajemen haus pada penderita GGK dalam mengurangi rasa haus sehingga komplikasi dapat dicegah.

Kata Kunci : Gagal ginjal kronik, Hemodialisis, Manajemen haus

ABSTRACT

Chronic renal failure is a disease in which there is progressive and irreversible impairment of kidney function. The main problem in patients undergoing hemodialysis is the weight gain between the two hemodialysis times (Interdialytic weight gain = IDWG). Thirst management is very important for people with chronic kidney disease who undergoing hemodialysis to reduce thirst. This study aims to know the most effective thirst management reduces thirst to patients with chronic renal failure undergoing hemodialysis. Articles were screened according to inclusion and exclusion criteria. The year limit is from 2010 to 2020. Keywords thirst management, chronic renal failure, and hemodialysis. The results of the 8-article study showed the thirst management chewing gum, suck ice cubes, gurgling with mouthwash, and gurgling the ripe water has been shown to reduce thirst. However, suck ice cubes is considered the most effective intervention in reducing thirst, both based on the degree of thirst and the time to hold thirst. Suggestions for nurses to be able to implement one of the thirst management interventions for people with CRF in reduction thirst so that complications can be prevented.

Keywords: Chronic renal failure, Hemodialysis, Thirst management

I. PENDAHULUAN

Gagal ginjal kronik (GGK) merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan penurunan fungsi ginjal secara progresif dan *irreversible*, yang disebabkan oleh berbagai faktor. Akibatnya tubuh mengalami kegagalan dalam mempertahankan keseimbangan cairan, elektrolit, dan asam basa. (Black & Hawk, 2014).

Prevalensi penyakit GGK di dunia terus mengalami peningkatan dan saat ini menjadi masalah kesehatan serius. Berdasarkan hasil *systematic review* dan meta analisis yang dilakukan oleh Hill, et al (2016) dalam Pusat data dan Informasi (Pusdatin) Kemenkes RI, (2017), ditemukan prevalensi GGK secara global sebesar 13,4%. Menurut hasil data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 diketahui jumlah penderita gagal ginjal kronis di Indonesia sebesar 0,2% pada tahun 2013, meningkat menjadi 0,38% pada tahun 2018. Sementara jumlah penderita GGK di wilayah Jawa Barat mengalami kenaikan, dari 0,30% pada tahun 2013, menjadi 0,48% pada tahun 2018. Itu artinya pada masing-masing data tersebut terdapat kenaikan sebesar 0,18% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018).

Ketika ginjal tidak mampu mengekstrak sisa metabolismik dan mengatur keseimbangan cairan dan elektrolit, maka kondisi tersebut menyebabkan penumpukan cairan dan sampah metabolismik dalam darah berupa uremia atau azotemia. Apabila tidak diatasi, maka dapat menimbulkan berbagai komplikasi, bahkan menyebabkan kematian (Black & Hawk, 2014; Ignatavicius and Workman, 2010; LeMone, Barke, and Bauldoff, 2016). Salah satu tahap penyakit GGK yaitu pada stadium 5 atau stadium akhir (disebut *end-stage renal disease*, ESRD). Pada stadium ini pasti akan mengalami rentensi cairan sebagai akibat dari penurunan fungsi ginjal, sehingga memerlukan terapi pengganti ginjal berupa dialisis atau transplantasi ginjal (Black & Hawk, 2009; Brunner & Suddarth, 2004; dalam Wayunah, Saefulloh, & Aeni, 2016).

Penatalaksanaan penyakit GGK stadium akhir adalah dengan terapi hemodialisa. Terapi hemodialisa mampu mengatasi gejala ESRD, namun tidak dapat menyembuhkan penyakit GGK ataupun mengembalikan fungsi ginjal secara normal. Terapi hemodialisa dilakukan untuk membuang kelebihan cairan dan sampah metabolismik lainnya (LeMone, Barke, and Bauldoff, 2016; Smeltzer & Bare, 2015). Fungsi dari hemodialisis sendiri adalah untuk mengatur ketidakseimbangan cairan dan mampu mengontrol penyakit ginjal stadium akhir serta mencegah kematian pada pasien gagal ginjal kronis. (Black & Hawk, 2014). Terapi hemodialisa menurut LeMone, et al (2016) dilakukan sebanyak 3 kali seminggu untuk total 9 sampai 12 jam. Sementara menurut PERNEFRI (2008) menetapkan waktu hemodialisa adalah 2 kali seminggu dengan waktu pelaksanaan hemodialisa selama 5 jam.

Masalah utama pada pasien yang menjalani hemodialisa adalah terjadi penambahan berat badan diantara dua waktu hemodialisis (*Interdialytic*

weight gain = IDWG). Keadaan tersebut disebabkan Karena ginjal tidak mampu melakukan eksresi cairan, sehingga terjadi penambahan berat badan. Penambahan IDWG yang berlebihan akan menimbulkan gejala edema, sesak nafas dan rasa tidak nyaman (Smeltzer dan Bare, 2015). Oleh karena itu, penderita GGK harus melakukan pembatasan cairan dengan ketat melalui pengaturan manajemen haus.

Manajemen haus bertujuan untuk mengurangi rasa haus pada pasien GGK yang menjalani hemodialisa. Beberapa kiat mengurangi rasa haus menurut National Kidney Foundation (2021) antara lain minum dengan menggunakan gelas kecil, mengurangi intake garam, mengunyah permen (mint, lemon, atau bola asam), berkumur dengan obat kumur yang segar, sering membersihkan mulut dan menyikat gigi. Dalam beberapa penelitian, mengulum es batu atau *frozen grapes* juga bisa menjadi pilihan dalam mengurangi rasa haus.

Manajemen haus sangat penting dilakukan oleh penderita GGK yang menjalankan hemodialisa untuk menurunkan rasa haus, sehingga intake cairan dapat dikurangi. Beberapa penelitian telah mengidentifikasi pengaruh manajemen haus dalam mengurangi intake cairan pada penderita gagal ginjal kronis, namun belum ada peneliti yang me-review hasil penelitian terkait metode mengurangi rasa haus apa saja yang efektif mengurangi rasa haus pasien GGK.

II. METODE PENELITIAN

Studi literature ini bertujuan untuk mendeskripsikan metode manajemen haus apa saja yang efektif mengurangi rasa haus pada penderita gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialysis. Metode penelitian yang digunakan adalah *literature review* berjenis *systematic literature review*. Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu *original article* dalam bentuk *full text*, publikasi terbitan dari tahun 2010-2020, jenis penelitian *quasi experiment* dan *true experiment* dengan populasi penderita GGK yang menjalani hemodialisis, dan berbahasa Indonesia atau Bahasa Inggris. Adapun kriteria eksklusi adalah artikel dalam bentuk *literature review* atau artikel yang belum dipublikasi.

Prosedur pencarian dan seleksi artikel berdasarkan *Preferred Reporting Items for Systematic Review & Meta-analyses* (PRISMA). Hasil pencarian dari databased seperti *Google search*, *Google Scholar*, *Portal Garuda*, dan *BASE* dengan kata kunci “Manajemen haus, GGK, dan Hemodialisis” ditemukan sebanyak 35 artikel penelitian dan kemudian dilakukan proses *identification*, *screening* dan *eligibility*, dan telah dieksklusi sebanyak 27 artikel sehingga tersisa 8 artikel penelitian yang selanjutnya dilakukan analisis dan sintesis. Artikel yang dieksklusi adalah artikel yang tidak sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebanyak 8 artikel penelitian hasil penelusuran yang didapatkan sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Berikut hasil analisa artikel berdasarkan nama penulis, judul dan sumber, metode penelitian yang digunakan, manajemen haus, dan hasil dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

Tabel. 1

Hasil Penelitian

No.	Penulis	Judul Artikel	Metode	Manajemen Haus	Hasil
1.	(Arfany, N.W., Armiyati, Y., dan 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	<i>Quasy eksperiment</i> dengan pendekatan <i>two group pra-post test design</i> Jumlah sampel 34 Dibuat menjadi 2 kelompok 17 responden mengunyah permen karet rendah gula, 17 responden mengulum es batu	Metode: Mengunyah permen karet dan mengulum es batu Teknik: Observasi intervensi mengunyah permen karet dengan mengulum es batu	Ada perbedaan efektivitas manajemen haus dengan mengunyah permen karet dan mengukum es batu terhadap penurunan rasa haus (<i>p-value</i> 0,000) Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa metode manajemen haus dengan mengulum es batu dan mengunyah permen karet sama-sama dapat menurunkan rasa haus, namun mengulum es batu terbukti lebih efektif menurunkan rasa haus. Adapun perbedaannya adalah: Mengunyah permen karet rata-rata tingkat rasa haus turun menjadi 4,08 (menurun sebesar 20%), Sedangkan mengulum es batu rata-rata tingkat rasa haus turun menjadi 2,83 (menurun sebesar 56%)

No.	Penulis	Judul Artikel	Metode	Manajemen Haus	Hasil
2.	(Lina, L.S. & Wahyu, H., 2019)	Efektivitas Inovasi Intervensi Keperawatan Mengulum Es Batu terhadap Skala Haus Pasien Hemodialisis	Metode <i>Quasy experiment</i> pendekatan <i>one group pre test and post test design</i> Sampel dalam penelitian ini yaitu 15 responden	Metode: Teknik: Mengulum es batu, Potongan kecil es jeger yang dibuat dengan air 10 ml dan potongan es jeger dikulur ke dalam mulut sampai mencair dalam waktu 4 menit	Ada pengaruh mengulum es batu terhadap penurunan rasa haus pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialysis ($p\text{-value } 0,001$) Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa metode manajemen haus dengan mengulum es batu berpengaruh terhadap penurunan rasa haus dimana sebagian besar responden sebelum diberikan intervensi mengalami rasa haus berat, dan setelah diberikan intervensi sebagian besar skala rasa haus mengalami penurunan menjadi haus sedang
3.	(Rante padang, A. & Taeben u, G., G., 2019)	Pengaruh Mengunyah Permen Karet terhadap Rasa Haus pada Pasien Hemodialisa	Metode <i>Quasi-eksperiment al post test non equivalent control group design.</i> Sampel 30 responden dengan <i>purposive sampling</i>	Metode: Teknik: Mengunyah permen karet xylitol	Ada pengaruh mengunyah permen karet terhadap penurunan rasa haus pada pasien yang menjalani hemodialysis ($p\text{-value } 0,000$) Berdasarkan hasil penelitian ditemukan sebelum mengunyah permen karet rata rata rasa hausnya adalah 24,40 (rasa haus berat), dan setelah mengunyah permen karet rata-rata rasa haus pasien menurun menjadi 11,47 (rasa haus ringan)

No.	Penulis	Judul Artikel	Metode	Manajemen Haus	Hasil
4.	(Ardiyan ti, A., Armiyati , Y., & Arif, M. S., 2015)	Pengaruh Kumur dengan Obat Kumur Rasa Mint terhadap Rasa Haus pada Pasien Penyakit Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis di RS Telogorejo.	<i>Quasy experimental one group pre post test design</i> Sampel 16 responden	Metode: Teknik: Pengukuran rasa haus menggunakan <i>visual analogue scale (VAS) for assessment of thirst intensity.</i>	Ada pengaruh Kumur dengan obat kumur rasa mint terhadap penurunan rasa haus pada pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisa dengan <i>p-value</i> 0,001. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan sebelum diberikan intervensi sebagian besar intensitas rasa haus pasien dalam kategori sedang, dan setelah diberikan intervensi sebagian besar memiliki intensitas rasa haus dalam kategori ringan.
5.	(Dasuki, D. & Basok, B., 2018)	Pengaruh Menghisap Slimber Ice terhadap Intensitas Rasa Haus Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisa	<i>Quasi experimental pre-post with control group</i> Sampel 68 responden. 34 responden kelompok intervensi. 34 responden kelompok kontrol	Metode: Teknik: Menghisap Ice Slimber (potongan batu) Kelompok intervensi diberikan perlakuan menghisap slimber ice dengan volume 30 ml tiap pasien selama proses dialisis berlangsung dalam 1 (satu) sesi, sementara kelompok kontrol	Terdapat pengaruh menghisap slimber ice terhadap intensitas rasa haus dengan nilai <i>p-value</i> = 0.005. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa metode manajemen haus dengan menghisap slimber ice berpengaruh terhadap intensitas rasa haus. Intensitas rasa haus pada kelompok intervensi sebelum perlakuan dengan rerata rasa haus 6,00 (skala sedang), dan setelah perlakuan menjadi 2,97 (skala ringan) dengan nilai

No.	Penulis	Judul Artikel	Metode	Manajemen Haus	Hasil
				diberikan penyuluhan kesehatan tentang cara pembatasan cairan serta manajemen rasa haus	signifikan <i>p-value</i> 0.000 (<i>p</i> < 0.05). Sedangkan pada kelompok kontrol sebelum perlakuan dengan rerata rasa haus 6,35 (skala sedang), dan setelah perlakuan menjadi 6,00 (skala sedang) dengan nilai signifikan <i>p-value</i> 0.005 (<i>p</i> < 0.05).
6.	(Najikha h, U, & Warsono , 2020)	Penurunan Rasa Haus pada Pasien Chronic Kidney Disease (CKD) dengan Berkumur Air Matang	<i>Deskriptif study</i> Sampel 2 responden dengan teknik purposive sampling.	Metode: Berkumur air matang Teknik: Responden diberi air matang 25 ml untuk berkumur selama 30 detik yang diukur dengan <i>stopwatch</i> . Instrumen menggunakan <i>Visual Analog Scale</i> (VAS)	Berkumur dengan air matang dapat menurunkan rasa haus pada penderita GGK Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa Pasien yang berkumur dengan air matang dapat menahan rasa haus : tercepat 10 menit dan terlama 65 menit.
7.	(Armiyati, Y., Khoiriyah & Mustofa, A., 2019)	Optimizing of Thirst Management on CKD Patients Undergoing Hemodialysis by Sipping Ice Cube	Kuasi eksperimen dengan <i>pre-test post-test design</i> . Sampel penelitian sebagian pasien PGK yang menjalani hemodialisis di RS Roemani Muhammadiyah Semarang sebanyak 27 orang dan teknik	Metode: Mengulum es batu, berkumur dengan air matang, dan berkumur dengan obat kumur Teknik	Penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan yang bermakna lama waktu menahan rasa haus sebelum dan setelah diberikan perlakuan mengulum es batu, berkumur air matang dan berkumur dengan obat kumur (<i>p-value</i> 0,061). Rata-rata lama waktu menahan rasa haus



No.	Penulis	Judul Artikel	Metode	Manajemen Haus	Hasil
			<p>sampling menggunakan purposive sampling</p> <p>Responden dibagi 3 kelompok masing-masing 9 orang dengan intervensi mengulum es batu, berkumur dengan air matang, dan berkumur dengan obat kumur</p>	<p>Masing-masing kelompok diberikan intervensi sesuai dengan kelompoknya, yaitu mengulum es batu, berkumur dengan air matang, dan berkumur dengan obat kumur. Rasa haus diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan <i>Visual Analog Scale (VAS)</i>.</p>	<p>responden yang diberi perlakuan mengulum es batu adalah 93 menit. Rata-rata lama waktu menahan rasa haus responden yang diberi perlakuan berkumur air matang adalah 55 menit. Rata - rata lama waktu menahan rasa haus setelah berkumur dengan obat kumur selama 67,35 menit. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok responden yang diberi perlakuan mengulum es batu memiliki waktu lebih lama menahan haus dibandingkan dengan berkumur air matang dan berkumur dengan obat kumur.</p>
8.	(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	<p>Kuasi eksperimen dengan pre-post test design</p> <p>Jumlah sampel 20 pasien yang menjalani hemodialisa, dengan pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Sampel dibagi 2 kelompok yaitu 10 orang kelompok intervensi dan 10 orang kelompok kontrol.</p>	<p>Metode: Mengulum ice cube's (es batu)</p> <p>Teknik: Penerapan terapi ice cube's ini diberikan selama 5 menit pada saat proses dialisis.</p>	<p>Hasil evidence based nursing menunjukkan terdapat penurunan intensitas rasa haus baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol.</p> <p>Intensitas rasa haus pada kelompok intervensi setelah sebelum dan setelah dilakukan perlakuan terapi ice cube's terjadi penurunan intensitas rasa haus rerata adalah 3.8 dengan p-value 0.000. Sementara pada kelompok kontrol juga mengalami penurunan rerata intensitas rasa</p>

No.	Penulis	Judul Artikel	Metode	Manajemen Haus	Hasil
				kuesioner DTI (<i>Dialysis Thirst Inventory</i>)	haus, namun lebih rendah yaitu 0.80 dan nilai signifikan p-value= 0.022

Intervensi keperawatan utama pada penderita GGK adalah pembatasan cairan, karena ginjal tidak mampu menekan resikan kelebihan cairan dan sampah metabolismik lainnya. Selain itu pasien juga harus patuh menjalani terapi hemodialisa. Alobat pembatasan cairan, menimbulkan keluhan rasa haus berlebihan, yang ditandai bibir kering, mulut dan tenggorokan yang kering. Keluhan tersebut disebut *xerostomia*. Menurut Dirschnabel (2011) dalam Kusumawardhani & Yetti (2020) menjelaskan bahwa keluhan *xerostomia* sangat lazim terjadi pada pasien hemodialisis kronis, dengan kisaran antara 28,2%-66,7%. Manajemen haus dalam beberapa penelitian dapat dilakukan dengan berbagai cara, antara lain dengan menyikat gigi, menghisap es batu, berkumur, mengunyah permen karet atau permen mint dan menggunakan frozen grapes atau buah yang sudah dibekukan (National Kidney Fondation, 2021).

Berdasarkan hasil dari 8 jurnal yang telah dilakukan *review* menunjukkan bahwa manajemen haus memiliki berbagai metode untuk menurunkan rasa haus pada penderita GGK, diantaranya: mengunyah permen karet, mengunyah permen karet xylitol, mengulum es batu, kumur menggunakan obat kumur rasa *mint*, menghisap *ice slimber*, dan berkumur air matang. Secara umum berdasarkan artikel yang dianalisa ada 4 metode mengurangi rasa haus yaitu: mengunyah permen karet (2 artikel), mengulum es batu (4 artikel), berkumur dengan obat kumur (2 artikel), dan berkumur menggunakan air matang (2 artikel).

Manajemen haus dengan mengunyah permen karet berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rantepadang & Taebenu (2019) dan Arfany, dkk (2014) terbukti dapat menurunkan rasa haus. Dengan mengunyah permen karet dapat meningkatkan produksi saliva sehingga dapat menurunkan rasa haus pada penderita GGK. Menurut (Bosola, 2019), rasa haus yang terjadi yang menyebabkan *xerostomia* pada penderita GGK, dapat mengakibatkan gangguan yang serius, termasuk kesulitan mengunyah, berbicara, menelan, dan mengecap. Untuk itu, perlu dilakukan pencegahan secara terapeutik dengan menstimulasi peningkatan produksi saliva secara mekanis dengan mengunyah permen karet, berkumur menggunakan obat kumur, acupressure, atau stimulasi listrik transkutan.

Mengulum es batu sangat bermanfaat untuk mengurangi rasa haus

karena kandungan air yang terdapat pada es batu sangat membantu memberikan efek dingin dan menyegarkan dan juga mengatasi rasa haus pasien GGK yang menjalani hemodialisa. Dari 8 artikel yang dianalisa, terdapat 4 artikel penelitian menggunakan metode mengulum es batu untuk mengurangi rasa haus pada penderita GGK. Penelitian tersebut dilakukan oleh Lina & Wahyu (2019), Dasuki & Basok (2018), Armiyati, Khoiriyah & Mustofa (2019), dan penelitian Fajri, Sulastri, & Kristini (2020). Dari keempat artikel menunjukkan bahwa mengulum es batu terbukti paling efektif menurunkan rasa haus, baik dari derajat rasa haus, maupun rata-rata waktu timbulnya rasa haus (waktunya lebih lama dibanding metode kumur menggunakan air matang atau kumur menggunakan obat kumur. Pemberian potongan es batu dibatasi yaitu maksimal 30 mililiter selama periode hemodialisa. Pada beberapa penelitian menggunakan potongan es batu dari sari buah, seperti perasan jeruk yang mengandung vitamin C, bisa memberikan perawatan pada mulut penderita GGK.

Metode manajemen haus dengan berkumur menggunakan obat kumur terbukti dapat menurunkan rasa haus. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Ardiyanti, dkk (2015) dengan intervensi kumur dengan obat kumur rasa mint mendapatkan hasil rata-rata 50% penderita GGK mengalami penurunan rasa haus dari derajat sedang menjadi derajat ringan. Berkumur dengan obat kumur rasa mint dapat berpengaruh terhadap rasa haus karena sifat atau kandungan dari rasa mint dan dari gerakan berkumur yang dapat meningkatkan sekresi saliva, kandungan yang terdapat dari mint adalah menthol yang mempunyai rasa dingin dan menyegarkan pada mulut.

Tidak jauh berbeda penelitian yang dilakukan oleh Armiyati, dkk (2019) dengan intervensi menggunakan obat kumur (tanpa disebutkan lebih spesifik rasanya) terbukti dapat menahan rasa haus selama 67,35 menit. Meskipun jika dibandingkan dengan metode mengulum es batu, metode berkumur dengan obat kumur lebih pendek waktunya dalam menahan haus. Sementara dengan menggunakan metode mengulum es batu, rerata waktu menahan haus adalah selama 93 menit.

Metode yang terakhir adalah dengan berkumur menggunakan air matang. Metode inipun cukup dapat mengurangi rasa haus. Berdasarkan penelitian Najikhah & Warsono (2020), intervensi yang dilakukan adalah berkumur menggunakan air matang selama 30 detik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasien yang berkumur dengan air matang dapat menahan rasa haus rata-rata selama 50 menit. Dimana berdasarkan hasil penelitian, waktu tercepat adalah 10 menit dan waktu terlama adalah 65 menit. Inervensi tersebut efektif dalam menurunkan rasa haus karena gerakan berkumur dapat meningkatkan produksi saliva sehingga menghilangkan rasa kering di mulut dan menurunkan rasa haus.

Sementara penelitian yang dilakukan oleh Armiyati, dkk (2019), pemberian perlakuan berkumur menggunakan air matang terbukti dapat menurunkan rasa haus dengan rata-rata waktu menahan rasa haus adalah 55 menit. Namun metode ini paling sedikit waktu menahan hausnya dibandingkan

dengan metode mengulum es batu dan berkumur menggunakan obat kumur.

Berdasarkan hasil dari 8 jurnal yang telah dilakukan *review* dapat disimpulkan bahwa masing-masing intervensi manajemen haus berupa mengunyah permen karet, mengulum es baru, berkumur menggunakan obat kumur, dan berkumur menggunakan air matang, cukup efektif dalam menurunkan rasa haus. Namun dari 4 metode tersebut, mengulum es batu terbukti lebih efektif menurunkan rasa haus. Hal ini karena es batu mengandung air sehingga dapat mengurangi rasa haus. Selain itu saat es batu mencair, akan memberikan sensasi dingin sehingga menyegarkan tenggorokan dan menurunkan rasa haus. Namun perlu diingat bahwa penggunaan air untuk dibuat es batu harus diambil dari jumlah kebutuhan cairan pasien tersebut. Karena jika tidak diperhitungkan, maka intake cairan pasien akan berlebihan, yang dapat meningkatkan akumulasi cairan di dalam tubuh pasien.

Manajemen haus sangat direkomendasikan untuk penderita GGK untuk mengurangi rasa haus sehingga intake cairan tetap bisa dibatasi dan komplikasi akibat penumpukan cairan yang lebih berat dapat dicegah. Intervensi ini dapat diterapkan dengan mudah oleh penderita GGK dan bisa dilakukan secara mandiri. Peran perawat hemodialisa dapat memberikan edukasi kepada pasien GGK yang menjalani hemodialisa untuk menerapkan metode manajemen haus yang sesuai dengan kebutuhan pasien sehingga pasien dapat mengendalikan rasa haus dan menekan intake cairan.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Manajemen haus dengan mengunyah permen karet, mengulum es batu, berkumur dengan obat kumur, dan berkumur air matang terbukti mampu menurunkan rasa haus pada penderita GGK yang menjalani hemodialisa.

B. Saran

Saran untuk perawat diharapkan dapat menerapkan salah satu intervensi manajemen haus pada penderita GGK untuk mengurangi rasa haus sehingga komplikasi dapat dicegah.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiyanti, A., Armiyati, Y., & Arif, M. S. (2015). Pengaruh kumur dengan obat kumur rasa mint terhadap rasa haus pada pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di SMC RS Telogorjo. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*, 4.
- Arfany, N.W., Armiyati, Y., dan Kusuma, M. A. B. (2014). Efektifitas Mengunyah Permen Karet rendah Gula dan Megulum Es Batu Terhadap Penurunan Rasa Haus Pada Pasien Penyakit Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa di RSUD Tugurejo Semarang. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*, 3.
- Armiyati, Y., Khoiriyah & Mustofa, A. (2019). Optimizing of Thirst Management on CKD Patients Undergoing Hemodialysis by Sipping Ice Cube. *Media Keperawatan Indonesia*, 2(1), 38-48.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). *Hasil Utama Rikesdas 2018*.
- Black, J., & Hawk, J. H. (2014). *Keperawatan medikal bedah: Manajemen klinis untuk hasil yang diharapkan*. Elsevier.
- Bosola, M. (2019). Xerostomia in patients on chronic hemodialysis: An update. *Seminars in Dialysis*, 32(5), 467-474.
- Dasuki, D. & Basok, B. (2018). Pengaruh Menghisap Slimber Ice Terhadap Intensitas Rasa Haus Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 2(2), 77-83. <http://garuda.ristekbrin.go.id/documents/detail/1255832>
- 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*, 11-15.
- Ignatavicius, D.D. and Workman, M. (2010). *Medical-surgical nursing, Patient-centered collaborative care*. Saunders Elsevier Inc.
- Kusumawardhani, Y. & Yetti, K. (2020). Manajemen Xerostomia dan Interdialytic Weight Gain. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 7-16.
- LeMone, P., Barke, K.M., and Bauldoff, G. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. EGC.
- Lina, L.S. & Wahyu, H. (2019). Efektivitas Inovasi Intervensi Keperawatan Mengulum Es Batu Terhadap Skala Haus Pasien Hemodialisis. *Jurnal Ilmiah*,

7(2),106-113.

<http://jurnal.umb.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/499>

Najikhah, U. & Warsono (2020). Penurunan Rasa Haus Pada Pasien Chronic Kidney Disease (CKD) Dengan Berkumur Air Matang. *Ners Muda*, 1(2), 108-113.

National Kidney Fondation. (2021). *Thirst Tips for Dialysis Patients*.

PERNEFRI. (2008). *Pedoman Pelayanan Hemodialisis di Sarana pelayanan Kesehatan*. Direktorat Jendram Bina pelayanan Medik Depkes RI.

Pusat data dan Informasi (Pusdatin) Kemenkes RI. (2017). *Situasi Penyakit Ginjal Kronis*.
<https://pusdatin.kemkes.go.id/article/view/17050400002/situasi-penyakit-ginjal-kronis.html>

Rantepadang, A. & Taebenu, G. G. (2019). Pengaruh Mengunyah Permen Karet terhadap Rasa Haus pada Pasien hemodialisa. *Nutrix Journal*, 3(1), 1-7.

Smeltzer, S., C., dan Bare, G. (2015). *Buku ajar Keperawatan medikal Bedah Brunner & Suddarth*. EGC.

Wayunah, W., Saefulloh, M., & Aeni, W. N. (2016). Penerapan Edukasi terstruktur Meningkatkan Self Efficacy dan Menurunkan IDWG Pasien Hemodialisa di RSUD Indramayu. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 2(1), 22-28. <https://ejournal.upi.edu/index.php/JPKI/article/view/2941>