

PENGARUH ICE CUBES THERAPY TERHADAP SKALA HAUS PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISIS DI RSU DIPONEGORO DUA SATU KLATEN

Nita Murwati¹, Anik Suwarni², Widiyono³

^{1,2,3} Program Studi Keperawatan Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta

e-mail: Nithamurti0703@gmail.com

Abstrak

Pasien Gagal Ginjal Kronik (GGK) yang menjalani hemodialisis sering mengalami rasa haus yang intens akibat pembatasan asupan cairan. Kondisi ini dapat menyebabkan ketidakpatuhan terhadap pembatasan cairan, berujung pada kelebihan volume cairan, edema, dan peningkatan risiko komplikasi kardiovaskular. Ice Cubes Therapy merupakan intervensi keperawatan non-farmakologis yang potensial untuk mengurangi rasa haus pada populasi ini. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh Ice Cubes Therapy terhadap skala haus pasien GGK yang menjalani hemodialisis. Desain penelitian pra-eksperimental dengan pendekatan One Group Pretest-Posttest Design digunakan. Sampel terdiri dari 26 pasien GGK yang menjalani hemodialisis di RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten, dipilih melalui purposive sampling. Skala haus diukur menggunakan Visual Analogue Scale (VAS) sebelum dan sesudah intervensi Ice Cubes Therapy (pemberian 5 es batu berukuran 10 ml selama 7 menit). Data dianalisis menggunakan Uji Wilcoxon. Sebelum intervensi, mayoritas responden (73.1%) mengalami haus sedang, dan 19.2% mengalami haus berat. Setelah intervensi, sebagian besar responden (84.6%) menunjukkan haus ringan, dan tidak ada yang mengalami haus berat. Uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan yang signifikan pada skala haus sebelum dan sesudah pemberian Ice Cubes Therapy (p-value = 0.000). Ice Cubes Therapy efektif dalam mengurangi skala haus pada pasien Gagal Ginjal Kronik yang menjalani hemodialisis. Intervensi ini direkomendasikan sebagai strategi manajemen rasa haus yang sederhana dan efektif.

Kata kunci : Gagal Ginjal Kronik; Hemodialisis; Rasa Haus; Ice Cubes Therapy; VAS

Abstract

Chronic Kidney Disease (CKD) patients undergoing hemodialysis often experience intense thirst due to fluid restriction. This

Received: Agustus 2025

Reviewed: Agustus 2025

Published: Agustus 2025

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :
10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

condition can lead to non-adherence to fluid limitations, resulting in fluid overload, edema, and an increased risk of cardiovascular complications. Ice Cubes Therapy is a potential non-pharmacological nursing intervention to alleviate thirst in this population. This study aimed to analyze the effect of Ice Cubes Therapy on the thirst scale of CKD patients undergoing hemodialysis. A pre-experimental design with a One Group Pretest-Posttest Design approach was employed. The sample consisted of 26 CKD patients undergoing hemodialysis at Diponegoro Dua Satu Klaten General Hospital, selected through purposive sampling. Thirst scale was measured using the Visual Analogue Scale (VAS) before and after the Ice Cubes Therapy intervention (administration of 5 ice cubes of 10 ml each for 7 minutes). Data were analyzed using the Wilcoxon. Before the intervention, the majority of respondents (73.1%) experienced moderate thirst, and 19.2% experienced severe thirst. After the intervention, most respondents (84.6%) reported mild thirst, with none experiencing severe thirst. The Wilcoxon test showed a significant difference in thirst scale before and after Ice Cubes Therapy (p-value = 0.000). Ice Cubes Therapy is effective in reducing the thirst scale in Chronic Kidney Disease patients undergoing hemodialysis. This intervention is recommended as a simple and effective thirst management strategy.

Keywords : *Chronic Kidney Disease; Hemodialysis; Thirst; Ice Cubes Therapy; VAS*

PENDAHULUAN

Benign Prostatic Hyperplasia (BPH) merupakan Penyumbatan yang terlihat pada Penyakit Gagal Ginjal Kronis (GGK) atau *Chronic Kidney Disease (CKD)* merupakan penyakit yang bersifat ireversibel dengan kelainan struktur maupun fungsi ginjal. Gagal ginjal kronis dapat menyebabkan penumpukan zat yang tidak dapat dikeluarkan dari tubuh. Penatalaksanaan gagal ginjal kronis dengan pemberian terapi obat dan terapi hemodialisis (Cahyani *et al.*, 2022). Hemodialisa merupakan penatalaksanaan gagal ginjal kronis dengan prosedur menyaring limbah dan air di darah menggantikan fungsi ginjal (Hassivaini *et al.*, 2025). Hemodialisis juga membantu menyeimbangkan mineral penting, seperti kalsium, kalium, dan natrium serta mengontrol tekanan darah (Abdillah *et al.*, 2025).

Pasien gagal ginjal kronis di dunia berjumlah 15% dari populasi dan telah menyebabkan 1,2 juta kasus kematian. Jumlah kasus kematian akibat gagal ginjal kronis sebanyak 254.028 kasus. Serta data pada tahun 2022 sebanyak lebih 843,6 juta, dan diperkirakan jumlah kematian akibat gagal ginjal kronis akan meningkat mencapai 41,5% pada tahun 2040. Angka

yang tinggi ini menunjukkan bahwa gagal ginjal kronis menempati urutan ke-12 di antara semua penyebab kematian. Sementara itu pasien GGK yang menjalani hemodialisis (HD) diperkirakan mencapai 1,5 juta orang di seluruh dunia. Angka kejadiannya diperkirakan meningkat 8% setiap tahunnya (WHO, 2023).

Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023), penyakit ginjal kronik telah meningkat dan muncul sebagai masalah kesehatan yang signifikan. Prevalensi penyakit ginjal kronik di antara penduduk Indonesia adalah 499.800 orang. Angka kejadian hemodialisis di Indonesia secara keseluruhan adalah 66.433 orang, dengan 132.142 pasien aktif menjalani perawatan hemodialisis. Prevalensi Penyakit Ginjal Kronik di Bangka Belitung meningkat setiap tahunnya (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Republik Indonesia, 2023). Data Registri Ginjal Indonesia tahun 2019 menunjukkan bahwa Jawa Tengah memiliki 1.075 pasien hemodialisis baru dan 1.236 pasien aktif. Sebaliknya, data RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten tahun 2024 mengungkapkan bahwa 130 pasien menjalani hemodialisis, dengan 88 menjalani perawatan rutin dua kali seminggu.

Dampak pembatasan cairan pada pasien Penyakit Ginjal Kronis yang menjalani hemodialisis meliputi timbulnya rasa haus dan xerostomia. Rasa haus dapat menyebabkan penderita penyakit ginjal kronis (PGK) mengabaikan pembatasan asupan cairan, yang mengakibatkan penumpukan cairan berlebih atau overhidrasi (Dewi & Mustofa, 2021). Jika tidak ada pembatasan asupan cairan, retensi cairan menyebabkan edema di seluruh tubuh, yang mengakibatkan peningkatan tekanan darah dan peningkatan beban kerja jantung. Penumpukan cairan ini juga dapat menyusup ke paru-paru, yang menyebabkan penderita penyakit ginjal kronis mengalami dispnea, sehingga secara tidak langsung berkontribusi pada peningkatan berat badan yang signifikan, melebihi ambang batas normal 0,5 kg per 24 jam (Rahayu & Sukraeny, 2021).

Pasien dengan gagal ginjal kronis akan mengalami hipervolemia, yang ditandai dengan penumpukan cairan yang berlebihan di dalam tubuh. Oleh karena itu, pasien-pasien ini harus mematuhi pembatasan cairan. Kegagalan untuk mematuhi pembatasan cairan mengakibatkan hipervolemia pada pasien hemodialisis, yang disebabkan oleh peningkatan konsumsi cairan yang didorong oleh rasa haus. Dampak dari pembatasan cairan pada pasien penyakit ginjal kronis yang menjalani hemodialisis meliputi rasa haus dan xerostomia. Dehidrasi dapat terjadi pada pasien penyakit ginjal kronis yang tidak mematuhi pembatasan asupan cairan, sehingga menyebabkan kelebihan cairan atau overhidrasi. Dengan tidak adanya pembatasan asupan cairan, terjadi retensi cairan, yang mengakibatkan edema di seluruh tubuh (Ibrahim et al., 2024).

Kondisi ini meningkatkan tekanan darah dan meningkatkan beban kerja jantung. Selain itu, akumulasi cairan dapat menyusup ke paru-paru, yang menyebabkan sesak napas pada kasus penyakit ginjal kronis (CKD), yang secara tidak langsung berkontribusi terhadap peningkatan berat badan yang signifikan, melebihi ambang batas normal sebesar 0,5 kg dalam waktu 24 jam (Rojabani et al., 2024). Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa perawatan pengendalian rasa haus dapat dilakukan melalui beberapa metode, termasuk menyikat gigi, mengonsumsi es batu, berkumur dengan air putih, berkumur dengan obat kumur, mengunyah

permen karet atau mint, dan menggunakan buah beku.

Perawatan menggunakan es batu melibatkan konsumsi es batu, yang dapat memberikan efek menghilangkan dahaga untuk mencegah ketidakseimbangan tubuh yang disebabkan oleh air yang berlebihan. *Ice Cubes Therapy* diberikan selama 5 menit, dengan menggunakan hingga 10 es batu, masing-masing berisi 10 ml (Rahayu & Sukraeny, 2021). Kandungan air dalam es batu memiliki efek dingin, menyebabkan lelehan air dalam mulut dapat mengurangi rasa haus pasien. Pasien dengan gagal ginjal kronis harus mempertimbangkan banyak faktor yang mempengaruhi penggunaan es batu untuk mengurangi rasa haus. Salah satu tujuannya adalah untuk menentukan volume cairan yang sesuai dengan setengah jumlah es batu yang tertelan. Jika es batu dimasukkan ke dalam wadah 100 ml, volume cairan yang harus dihitung adalah 50 ml. Hal ini sangat penting untuk dipertimbangkan untuk mempertahankan keseimbangan cairan dalam tubuh pasien (Kaniya et al., 2024).

Studi Pendahuluan dilakukan peneliti pada tanggal 24 Februari 2025 terhadap pasien penyakit ginjal kronis (PGK) yang menjalani hemodialisis rutin di RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten menggunakan Teknik wawancara didapatkan hasil bahwa 7 dari 14 pasien PGK dalam satu sifit mengakui perlunya membatasi asupan cairan harian. Namun, pasien mengatakan kesulitan untuk mematuhi karena sering merasa haus. Akibatnya, mengalami kenaikan berat badan berlebih di antara dua sesi hemodialisis. Di Rumah Sakit Umum Diponegoro Dua Satu Klaten, terapi *Ice Cubes* belum

pernah dilakukan pada pasien hemodialisis untuk mengurangi rasa haus. Peneliti bermaksud untuk menyelidiki penggunaan metode mengulum es batu untuk mengurangi rasa haus pada pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di Rumah Sakit Umum Diponegoro Dua Satu Klaten. Penelitian ini bertujuan untuk menilai penurunan tingkat rasa haus pada pasien PGK yang menjalani hemodialisis dengan menggunakan *Ice Cubes Therapy*.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimen dengan menggunakan *One Group Pretest Posttest Design*, di mana peneliti hanya melakukan intervensi pada satu kelompok tanpa ada pembandingan. Penelitian dilaksanakan bulan Mei - Juni 2025 di Instalasi Hemodialisis RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten. Populasi penelitian mencakup 88 orang yang menjalani hemodialisis di RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *Purposive sampling* yang menghasilkan sampel sejumlah 26 orang. Variabel independen dalam penelitian ini adalah *Ice Cubes Therapy*. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah skala rasa haus. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah lembar skala rasa haus. Pengolahan data dalam penelitian ini terdiri dari yaitu editing, *coding*, *processing* dan *cleaning*. Data diolah menggunakan metode analisis univariat, uji normalitas, dan analisis bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Penelitian ini telah dilaksanakan pada Mei 2025 di Instalasi Hemodialisis RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten. Responden dalam penelitian ini adalah 26 pasien yang menjalani hemodialisis. Berdasarkan hasil observasi maka distribusi frekuensi responden berdasarkan usia dan kelas ditampilkan pada tabel berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian (N=26)

Karakteristik Responden	Frekuensi (f=26)	Persentase (%)
Usia		
Dewasa (18-59)	21	80,2
Lansia (>60)	5	19,2
Jenis Kelamin		
Laki-laki	20	76,9
Perempuan	6	23,1
Pendidikan Terakhir		
SD	5	19,2
SMP	4	15,4
SMA	9	34,6
S1	8	30,8
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	2	7,7
IRT	3	11,5
PNS	1	3,8
Pensiunan	1	3,8
Swasta	10	38,5
Wiraswasta	3	11,5
Buruh	5	19,2
Peternak	1	3,8
Diagnosa Medis		
CKD Stage V	5	19,2
CKD Stage V + HT	15	57,7
CKD Stage V + DM	6	23,1
Total	26	100.0

Sumber : (Data Primer, 2025)

Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden berusia dewasa madya (41-60) tahun sebanyak 18 responden (69,2%) dan paling sedikit berusia dewasa awal (18-40) tahun sebanyak 3 responden (11,6%). Jenis kelamin responden sebagian besar laki-laki sebanyak 20

responden (76,9%) dan paling sedikit perempuan sebanyak 6 responden (2,31%). Pendidikan terakhir responden sebagian besar SMA sebanyak 9 responden (34,6%) dan paling sedikit SMP sebanyak 4 responden (15,4%). Pekerjaan responden sebagian besar swasta sebanyak 10 responden (38,5%) dan paling sedikit PNS, pensiunan dan peternak masing-masing 1 responden dengan presentase (3,8%) per responden. Diagnosa medis responden sebagian besar CKD stage V dengan hipertensi sebanyak 15 responden (57,7%) dan paling sedikit CKD satge V tanpa komorbid sebanyak 5 responden (19,2%).

2. Analisis Univariat Skala Haus

Hasil penelitian variabel skala haus diperoleh dari hasil pengamatan atas *Visual Analogue Scale (VAS) for Assessment of Thirst Intensity* pada 26 responden. Penilaian sesuai dengan definisi operasional, yaitu 0:Tidak haus, 1- 3:Haus ringan, 4-6:Haus sedang, 7-9: Haus berat, 10:Sangat haus.

Tabel 2. Hasil analisis pre-test skala haus pasien Hemodialisis

Skala haus	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Haus ringan	2	7.7
Haus sedang	19	73.1
Haus berat	5	19.2
Total	26	100.0

Sumber : (Data Primer, 2025)

Berdasarkan data pre-test mengenai tingkat kehausan yang dialami oleh pasien gagal ginjal kronik sebelum diberikan intervensi terapi mengulum *ice cubes*, diketahui bahwa skala haus responden paling banyak kategori haus sedang sebanyak 19 orang (73,1%). Sebanyak 5 responden (19,2%) tercatat mengalami haus berat, sedangkan hanya 2 responden (7,7%) yang mengalami haus ringan.

Tabel 3. Hasil analisis post-test skala haus pasien Hemodialisis

Skala haus	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Haus ringan	22	84.6
Haus sedang	4	15.4
Total	26	100.0

Sumber : (Data Primer, 2025)

Hasil evaluasi *post-test* setelah pemberian intervensi terapi mengulum *ice cubes* menunjukkan adanya penurunan tingkat kehausan yang signifikan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Mayoritas responden, yaitu sebanyak 22 orang (84,6%), berada dalam kategori haus ringan. Sementara itu, hanya 4 responden (15,4%) yang masih mengalami haus sedang, dan tidak terdapat pasien yang mengalami haus berat.

3. Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel dalam penelitian mempunyai sebaran distribusi normal atau tidak. Penghitungan uji normalitas data menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*.

Tabel 4. Hasil uji normalitas Skala Haus Pasien Hemodialisis

Variabel	<u>Shapiro-Wilk</u>		
	<i>Statistic</i>	df	Sig
nilai skala haus pre test	.872	26	.004
nilai skala haus post test	.836	26	.001

Sumber : (Data Primer, 2025)

Uji normalitas data dilakukan menggunakan uji *Shapiro-Wilk* dan data didapatkan nilai *p-value* pada skala haus *pre-test* sebesar $0,004 < 0,005$ sehingga disimpulkan bahwa data skala haus *pre-test* tidak berdistribusi normal, sedangkan nilai *p-value* pada skala haus *post-test* sebesar $0,001 < 0,005$ sehingga disimpulkan bahwa data skala haus *post-test* juga tidak berdistribusi normal. Peneliti menyimpulkan analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*

4. Analisis Bivariat

Tabel 5. Hasil uji Wilcoxon Skala Haus Pasien Hemodialisis

	Median (Min-Max)	P Value
Sebelum diberikan <i>Ice Cubes Therapy</i> (n=26)	0,872	0,001
Sesudah diberikan <i>Ice Cubes Therapy</i> (n=26)	0,836	

Sumber : (Data Primer, 2025)

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* terhadap perubahan skala haus pasien sebelum dan sesudah diberikan intervensi *ice cube therapy*, diperoleh nilai signifikansi (*p-value*) sebesar 0,000 dengan jumlah responden sebanyak 26 orang. Nilai *p-value* tersebut berada di bawah batas signifikansi yang telah ditentukan, yaitu $<0,005$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat rasa haus pasien sebelum dan sesudah intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa terapi mengulum es batu memberikan pengaruh nyata terhadap penurunan skala haus pada pasien dengan gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Hipotesis penelitian ini adalah sebagai berikut: “Ada Pengaruh *Ice Cubes Therapy* Terhadap Skala Haus Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis Di RSUD Diponegoro Dua Klaten”

Pembahasan

1. Analisa Univariat

a. Distribusi Frekuensi Menurut Karakteristik Responden

1) Usia

Usia adalah durasi waktu yang dimiliki seseorang sejak lahir. Usia dapat menambah atau mengurangi kerentanan terhadap penyakit tertentu. Pasien muda yang menjalani

hemodialisis cenderung menunjukkan motivasi yang lebih tinggi untuk sembuh, karena mereka memiliki kesadaran akan aspirasi masa depan dan peran penting dalam struktur keluarga mereka. Pasien yang lebih tua terkadang mengalami kelelahan dan rasa menunggu, yang menyebabkan berkurangnya semangat untuk melakukan hemodialisis. Pasien dengan gagal ginjal kronis sebagian besar berusia antara 18 dan 59 tahun (81,58%). Berdasarkan distribusi karakteristik responden dalam penelitian ini mayoritas responden berusia dewasa madya (41-60) tahun sebanyak 18 responden (69,2%) dan paling sedikit berusia dewasa awal (18-40) tahun sebanyak 3 responden (11,6%).

2) Jenis Kelamin

Berdasarkan distribusi karakteristik responden dalam penelitian mayoritas responden berusia dewasa madya (41-60) tahun sebanyak 18 responden (69,2%) dan paling sedikit berusia dewasa awal (18-40) tahun sebanyak 3 responden (11,6%). Berdasarkan distribusi karakteristik responden dalam penelitian ini mayoritas jenis kelamin responden sebagian besar laki-laki sebanyak 20 responden (76,9%) dan paling sedikit perempuan sebanyak 6 responden (2,31%).

Pria merupakan responden terbanyak, yaitu 20 orang atau 76,9%, dan wanita mewakili 23,1% sisanya. Kesimpulan ini dikaitkan dengan pengamatan bahwa pria dua kali lebih mungkin menderita gagal ginjal kronis dibandingkan wanita. Pria memiliki kerentanan lebih besar terhadap gagal ginjal kronis dibandingkan wanita, mungkin disebabkan oleh prioritas wanita terhadap kesehatan dan kepatuhan terhadap gaya hidup yang lebih sehat, karena mereka cenderung mengelola penggunaan obat mereka secara lebih efektif dan menunjukkan kepatuhan yang lebih baik terhadap pengobatan yang diresepkan daripada pria (Mitasari et al., 2025). Pria berkeringat lebih banyak daripada wanita, sehingga membutuhkan asupan hidrasi yang lebih besar bagi pria. Selain itu, pria membutuhkan peningkatan asupan cairan karena metabolisme mereka yang lebih cepat dan massa otot yang lebih besar (Kaniya et al., 2024).

3) Pendidikan

Pendidikan tinggi konvensional akan secara signifikan mempengaruhi pengetahuan orang yang menerima hemodialisis. Pendidikan yang lebih tinggi akan meningkatkan pengaturan diri dan kemampuan untuk mengatasi tantangan. Berdasarkan distribusi karakteristik responden dalam penelitian ini mayoritas pendidikan terakhir responden sebagian besar SMA sebanyak 9 responden (34,6%) dan paling sedikit SMP sebanyak 4 responden (15,4%).

4) Pekerjaan

Pendapatan seseorang berkorelasi langsung dengan pekerjaan yang dilakukan. Semakin rendah pendapatan pasien, semakin sedikit perawatan kesehatan yang mereka dapatkan karena dana yang tidak mencukupi untuk pengobatan atau biaya transportasi. Berdasarkan distribusi karakteristik responden dalam penelitian ini mayoritas pekerjaan responden sebagian besar swasta sebanyak 10 responden (38,5%) dan paling sedikit PNS, pensiunan dan peternak masing-masing 1 responden dengan presentase (3,8%) per responden.

Berdasarkan diagnosa medis responden sebagian besar CKD stage V dengan hipertensi sebanyak 15 responden (57,7%) dan paling sedikit CKD satge V tanpa komorbid sebanyak 5 responden (19,2%).

Karakter kronis dan progresif dari proses penyakit GJK menyebabkan frekuensi gagal ginjal kronis yang lebih tinggi seiring bertambahnya usia. Fungsi ginjal, saluran kemih, dan tubulus, khususnya kapasitas reabsorpsi, semuanya menurun seiring bertambahnya usia. Laju filtrasi glomerulus secara progresif menurun setelah usia 40 tahun, mencapai kurang dari 50% dari normal pada usia 70 tahun (Sulistyaningsih *et al.*, 2024).

b. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Skala Haus Sebelum dan Sesudah Diberikan *Ice Cubes Therapy*

Hasil penelitian menunjukkan distribusi frekuensi skala haus sebelum diberikan *ice cubes therapy* diketahui semua responden penderita gagal ginjal kronik merasakan rasa haus sebanyak 26 orang (100%). Pada pengukuran awal sebelum intervensi, tingkat kehausan rata-rata berada pada kategori sedang. Namun, terdapat variasi kondisi di antara responden, mulai dari yang mengalami haus ringan hingga ada pula yang menunjukkan gejala haus yang cukup berat.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa setelah intervensi diberikan, terjadi penurunan tingkat kehausan secara umum. Rata-rata tingkat kehausan turun ke kategori ringan, mendekati batas atas dari kategori tersebut. Kondisi ini mencerminkan adanya perbaikan setelah intervensi. Meskipun masih terdapat beberapa responden yang mengalami kehausan dalam kategori sedang, tingkat keparahannya lebih ringan dibandingkan sebelum intervensi. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa intervensi memberikan dampak positif terhadap pengurangan rasa haus pada responden.

Peningkatan volume cairan di antara sesi dialisis merupakan masalah umum yang dialami oleh individu dengan gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisis (Saranga *et al.*, 2023). Peningkatan konsumsi cairan merupakan reaksi terhadap xerostomia, yang meningkatkan rasa haus. Rasa haus disebabkan oleh dua alasan. Awalnya, peningkatan viskositas darah menandakan penipisan cairan yang terjadi tanpa disertai kehilangan komponen cairan lainnya, seperti keringat. Gejala haus yang paling signifikan adalah kondisi ini (Saputra *et al.*, 2023).

Otak memiliki sensor yang berfungsi sebagai pusat pengaturan keseimbangan cairan, yang mengirimkan sinyal ke pusat rasa haus, dan dapat secara langsung merasakan perubahan viskositas darah (Rosaulina *et al.*, 2021). Metode kedua melibatkan pengurangan tekanan darah dan volume darah, yang terjadi selama pendarahan. Dalam keadaan ini, sensor yang memantau fluktuasi tekanan dan volume darah akan aktif, yang mengarah pada sintesis protein yang mampu merangsang pusat rasa haus di otak (Prasetyo & Wasilah, 2022).

Pasien yang menjalani hemodialisis dapat mengurangi rasa haus dengan menghisap es batu selama lima menit, yang menghasilkan durasi rata-rata penekanan rasa haus selama sembilan puluh tiga menit. Kelembapan dalam es batu memberikan sensasi dingin dan menyegarkan yang meredakan rasa haus pasien (Arsa *et al.*, 2025). Mengunyah es batu menyebabkan es mencair, sehingga menghidrasi mukosa mulut. Penelitian menunjukkan bahwa mengonsumsi es batu dapat secara efektif meredakan rasa haus. Pasien gagal ginjal

kronis yang menjalani hemodialisis dapat mengalami pengurangan rasa haus saat mengonsumsi es batu dingin dan air yang mencair (Novela *et al.*, 2022).

2. Pengaruh *Ice Cubes Therapy* Terhadap Skala Haus Pasien

Peneliti berasumsi bahwa konsumsi es batu dapat mengurangi rasa haus yang parah pada penderita gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisis. Air yang mencair dan dinginnya es dapat mengurangi rasa haus dengan menyegarkan bibir dan tenggorokan. Es batu terbuat dari air mineral beku, yang memberikan sensasi menyegarkan saat larut di mulut. Kandungan air dalam es batu secara efektif memberikan sensasi dingin dan menyegarkan, mengurangi rasa haus pada penderita hemodialisis (Tampubolon *et al.*, 2024).

Mulut yang dingin dapat mengurangi rasa haus dan menghidrasi tenggorokan. Situasi ini juga dapat mengaktifkan osmoreseptor untuk memberikan pesan ke otak yang menunjukkan bahwa cairan tubuh cukup, sehingga mengurangi rasa lapar (Lestari & Hidayati, 2022). Selain itu, otot-otot bibir, lidah, dan pipi akan berkontraksi akibat gerakan mulut selama proses menghisap es batu. Kontraksi tersebut merangsang kelenjar ludah di mulut untuk menghasilkan air liur, karena sinyal dari osmoreseptor memberi tahu hipotalamus bahwa kebutuhan cairan telah tercukupi; peningkatan air liur dapat menyebabkan mulut kering dan mengurangi rasa haus (Anggraeni *et al.*, 2023).

Pasien dapat menahan rasa haus dalam jangka waktu lama dengan menghisap es batu, yang memberikan efek dingin. Oleh karena itu, para ahli menyarankan pasien hemodialisis dengan gagal ginjal kronis untuk menggunakan es batu sebagai penekan rasa haus guna mencegah ketidakseimbangan cairan akibat kelebihan cairan.

SIMPULAN

Berdasarkan dari tujuan penelitian dan hasil penelitian yang diperoleh dari pengaruh *ice cubes therapy* terhadap skala haus pasien gagal ginjal kronik sebelum dan setelah diberikan *ice cubes therapy* di RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten, maka peneliti mengambil kesimpulan bahwa sebelum diberikan *ice cubes therapy* responden mengalami tingkat kehausan dalam kategori haus berat sebanyak 5 responden (19,2%), haus sedang sebanyak 19 responden (73,1%) dan haus ringan sebanyak 2 responden (7,7%). Setelah diberikan *ice cubes therapy* responden yang mengalami tingkat kehausan dalam kategori haus sedang sebanyak 4 responden (15,4%) dan haus ringan sebanyak 22 responden (84,6%). Berdasarkan hasil analisis sebelum dan setelah diberikan *ice cubes therapy* menggunakan uji *Wilcoxon* diperoleh hasil *p-value* 0,000 ($P < 0,05$) yang berarti *ice cubes therapy* berpengaruh terhadap skala haus pasien gagal ginjal kronik di RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, R., Putri, T. A., & Agustiyowati, T. H. (2023). The Effect Of Ice Cubes Sipping On Reducing Thirst Among Hemodialysis Patients. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 9(4), 548-555.
- Dewi, R., & Mustofa, A. (2021). Penurunan Intensitas Rasa Haus Pasien Penyakit Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Dengan Menghisap Es Batu. *Ners Muda*, 2(2), 17-23.

- Ibrahim, P. F., Umboh, V., & Manoppo, J. I. (2024). Gambaran Fungsi Ginjal Pada Anak Penderita Diare Dengan Dehidrasi Di RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *Medical Scoupe Journal*, 6(2), 289-295.
- Kaniya, P., Setiawan, I., Zahra, K., Manalu, F. G., Nasution, A. P., & Kaban, K. B. (2024). Pengaruh Terapi Ice Cube Untuk Mengurangi Haus Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di Rsu Royal Prima Medan. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 4(9), 4014-4022.
- Rahayu, F. A., & Sukraeny, N. (2021). Penurunan Rasa Haus Pada Kasus Penyakit Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Dengan Sipping Ice Cube Therapy. *Holistic Nursing Care Approach*, 1(2), 68-76.
- Rojabani, D. D., Sari, E. A., & Platini, H. (2024). Pursed Lip Breathing dapat Menurunkan Sesak Pada Pasien Chronic Kidney Disease (Ckd) Dengan Efusi Pleura: Case Report. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 3(2), 577-585.
- Rosaulina, M., Zuliawati, Tane, R., Sembiring, H., Marlina, S., & Tumanggor, L. S. (2021). Pemberian Terapi Ice Cubes Pada Gagal Ginjal Kronik Di Hemodialisa Rsu Sembiring. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 1(1), 13-18.
- Tampubolon, L. F., Ginting, A., & Hia, C. F. (2024). Pengaruh Pemberian Slimber Ice Terhadap Intensitas Rasa Haus Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di RS Santa Elisabeth Medan Tahun 2024. *Jurnal Ventilator*, 2(3), 400-418.