HJK HOLISTIK JURNAL KESEHATAN
ISSN 1978-3337 (Print)
ISSN 2620-7478 (Online)
DOI: 10.33024

Nomor: 79/E/KPT/2023

INFORMASI ARTIKEL
Received: November, 28, 2025
Revised: February, 26, 2026
Available online: February, 27, 2026
at: https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk

Intervensi untuk mengatasi rasa haus pada pasien penyakit ginjal kronis yang menjalani hemodialisis: *A scoping review*

Essy Sridiawati*, Kusman Ibrahim, Sri Hartati Pratiwi

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Essy Sridiawati. *Email: sridiawatiessy@gmail.com

Abstract

Background: Patients with chronic kidney disease (CKD) often experience thirst when restricting their fluid intake. To improve patient survival, interventions to manage thirst in hemodialysis patients are needed, with the hope of reducing fluid intake in HD patients. Thirst remains an unresolved issue in hemodialysis (HD) patients.
Purpose: To map and synthesize the current evidence on interventions to manage thirst in chronic kidney disease (CKD) patients undergoing hemodialysis.
Method: A scoping review was conducted using the PRISMA-ScR framework. Articles were identified through PubMed, Scopus, EBSCOhost, and Google Scholar using keywords related to "Interventions to manage thirst in chronic kidney disease (CKD) patients undergoing hemodialysis." Eligible studies were interventional, observational, published in English, and focused on interventions to manage thirst in chronic kidney disease (CKD) patients undergoing hemodialysis. Twenty-one studies met the inclusion criteria and were analyzed thematically using a descriptive and exploratory approach.
Results: Based on the literature reviewed, various interventions, such as sucking on unsweetened ice cubes, mint-flavored popsicles, lemon-flavored popsicles, chewing gum, squirting cold boiled water into the mouth, visual fluid restriction education, and brochures, have been consistently and continuously shown to reduce thirst in CKD patients.
Conclusion: Interventions such as sucking on ice cubes, mint-flavored popsicles, lemon-flavored popsicles, chewing gum, squirting cold boiled water into the mouth, visual fluid restriction education, and brochures have been consistently and continuously shown to reduce thirst in CKD patients.

Keywords: Chronic Kidney Disease Patients; Hemodialysis; Thirst.

Pendahuluan: Pasien dengan Penyakit Ginjal Kronis (PGK) sering mengalami rasa haus sementara itu mereka harus membatasi asupan cairan. Untuk meningkatkan keberlangsungan hidup pasien diperlukan intervensi penatalaksanaan rasa haus pada pasien hemodialisis dengan harapan asupan cairan pada pasien HD dapat dikurangi. Rasa haus masih menjadi masalah yang belum terpecahkan pada pasien hemodalisis (HD).
Tujuan: Untuk memetakan dan mensintesis bukti terkini tentang intervensi mengatasi rasa haus pada pasien penyakit ginjal kronis yang menjalani hemodialisis.
Metode: *Scooping review* dilakukan dengan menggunakan kerangka kerja PRISMA-ScR. Artikel diidentifikasi melalui PubMed, Scopus, EBSCOhost, dan Google scholar menggunakan kata kunci terkait Intervensi mengatasi rasa haus pada pasien penyakit ginjal kronis yang menjalani hemodialisis. Studi yang memenuhi syarat bersifat intervensi, observasional, dipublikasikan dalam bahasa Inggris, dan berfokus pada intervensi mengatasi rasa haus pada pasien penyakit ginjal kronis yang menjalani hemodialisis sebanyak 21 studi memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis secara tematis menggunakan pendekatan deskriptif eksploratif.

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.1920

Hasil: Berdasarkan litereratur yang telah di review, setelah dilakukan berbagai macam intervensi, seperti megulum es batu tawar, es loli rasa mint, es loli rasa lemon, mengunyah permen karet, semprotan air sprai ke mulut dengan air dingin matang, edukasi pembatasan cairan dengan media visual, dan aflet yang dilakukan secara berkala dan berkelanjutan terbukti dapat mengurangi rasa haus pada pasien PGK.
Simpulan: Intervensi mengulum es batu, es loli rasa mint, es loli rasa lemon, mengunyah permen karet, semprotan air spray ke mulut dengan air dingin matang, edukasi pembatasan cairan dengan media visual dan leaflet yang dilakukan secara berkala dan berkelanjutan terbukti dapat mengurangi rasa haus pada pasien PGK.

Kata Kunci: Hemodialisis; Pasien Penyakit Ginjal Kronis; Rasa Haus.

PENDAHULUAN

Penyakit ginjal kronik (PGK) merupakan masalah kesehatan masyarakat global. Penyakit ginjal kronik didefinisikan berdasarkan adanya kerusakan ginjal atau penurunan laju filtrasi glomerulus (*glomerular filtration rate*/GFR), yang dianggap sebagai indeks terbaik secara keseluruhan untuk fungsi ginjal (Himmelfarb & Ikizler, 2019). PGK merupakan sindrom klinis sekunder yang dihasilkan dari perubahan definitif fungsi dan/atau struktur ginjal, yang ditandai dengan sifatnya yang irreversibel serta berkembang secara perlahan dan progresif (Ammirati, 2020). PGK didefinisikan sebagai penurunan fungsi ginjal yang progresif selama beberapa bulan hingga tahun. Kondisi ini bersifat tidak dapat pulih kembali dan pada akhirnya memengaruhi seluruh organ tubuh. Parenkim dan nefron pada pasien penyakit ginjal kronik (PGK) mengalami kerusakan sehingga menyebabkan penurunan fungsi ginjal yang progresif (Asgharpour, Enayati, Rezaei Sadrabadi, Mohamadi Afrakati, Khavandegar, Mardi, & Bakhtiyari, 2022).

Prevalensi pasien PGK berdasarkan hasil penelitian *Chronic Kidney Disease in the United States* tahun 2023, menunjukkan bahwa sebanyak 35.5 juta (14%) populasi dewasa di Amerika Serikat diperkirakan menderita PGK. Data tahun 2023 juga menemukan, bahwa 9 dari 10 orang dewasa di Amerika Serikat tidak menyadari bahwa mereka memiliki penyakit ginjal kronik. Indonesia merupakan negara dengan jumlah penduduk terbesar keempat di dunia dan memiliki kejadian PGK yang cenderung meningkat setiap tahun. Berdasarkan hasil survei tahun 2022 oleh *Indonesian Nephrology Association* terhadap 9,412 subjek di Indonesia, terdapat penurunan fungsi ginjal. Hal ini berarti sekitar 25–30 juta penduduk Indonesia telah mengalami penurunan fungsi ginjal (Nurhadi, Kekalih, Ilyas, Soemarko, & Sugiarta, 2024). Jawa Barat merupakan provinsi dengan jumlah penduduk terbesar di Indonesia dan dapat dijadikan sebagai tolak ukur kejadian gagal ginjal kronik secara nasional. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (BHR) tahun 2018, prevalensi penyakit ginjal kronik di Jawa Barat sebesar 0.48%, dengan perkiraan adanya penurunan fungsi ginjal (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019).

Pasien harus menjalani terapi pengganti ginjal. Terapi pengganti ginjal yang paling umum di Indonesia adalah hemodialisis. Keberhasilan hemodialisis pada pasien dapat dilihat dari adekuasi hemodialisis. Salah satu penyebab menurunnya efektivitas intervensi hemodialisis adalah kelebihan cairan. Pasien yang menjalani hemodialisis (HD) biasanya mengalami penumpukan cairan di antara sesi dialisis karena ginjal tidak berfungsi optimal dalam mengeluarkan kelebihan cairan. Pembatasan asupan cairan (overhidrasi) pada pasien HD sangat penting untuk mencegah edema dan komplikasi kardiovaskular (Rajendran & Parimala, 2024). Pembatasan asupan cairan pada pasien hemodialisis meliputi semua cairan yang dikonsumsi baik secara oral, melalui selang, cairan, maupun komponen darah yang diberikan secara intravena. Jika pasien tidak mampu membatasi asupan cairan, maka cairan akan menumpuk di dalam tubuh. Selain itu, penumpukan cairan di paru-paru juga dapat menyebabkan sesak napas. Pembatasan asupan cairan pada pasien yang menjalani HD bertujuan untuk mencegah kekurangan nutrisi serta mempertahankan dan meningkatkan status gizi, sehingga pasien dapat melakukan aktivitas normal, menjaga keseimbangan elektrolit, dan mencegah penumpukan berlebihan produk sisa metabolisme (Fahmi, Hidayati, & Kendal, 2016).

Urgensi manajemen cairan pada pasien gagal ginjal kronik untuk mengurangi ketidakmampuan ginjal dalam mengekskresikan urin sangat penting untuk diperhatikan. Kepatuhan terhadap

Essy Sridiawati*, Kusman Ibrahim, Sri Hartati Pratiwi

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Essy Sridiawati. *Email: sridiawatiessy@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.1920

keseimbangan cairan memerlukan edukasi dan konseling berkelanjutan. Efektivitas manajemen keseimbangan cairan dapat memengaruhi asupan cairan sehingga memerlukan intervensi tenaga kesehatan, khususnya perawat, untuk membantu pasien menjadi lebih mandiri (Peterson, Pearce, Ferguson, & Langford, 2017).

Menurut beberapa penelitian, kepatuhan terhadap terapi cairan dan gaya hidup sehat, serta motivasi keluarga, memiliki dampak signifikan terhadap intervensi pasien yang menjalani hemodialisis (Zhianfar, Nadrian, & Shaghaghi, 2020). Rasa haus merupakan salah satu hambatan yang sering dialami pasien HD dan menyebabkan ketidakpatuhan terhadap pembatasan cairan. Berbagai penelitian menggambarkan bahwa banyak pasien HD sering merasakan haus. Sebagian besar pasien HD (77.36%) mengalami haus sedang, dan mayoritas pasien yang menjalani hemodialisis adalah laki-laki sebanyak 57%. Pasien HD rata-rata berada pada rentang usia 36–55 tahun (63.20%) dengan lama menjalani hemodialisis sekitar 1–5 tahun (63.20%) (Esti, Yenny, & Yemina, 2022).

Dampak rasa haus pada pasien PGK adalah kesulitan dalam mengontrol asupan cairan ke dalam tubuh. Asupan cairan yang tidak dibatasi dapat menyebabkan peningkatan beban sirkulasi dan edema. Kelebihan cairan dapat menimbulkan berbagai masalah seperti peningkatan frekuensi napas, pernapasan dangkal, dispnea, ronki, mual, perut kembung, sakit kepala, kelemahan otot, letargi, kebingungan, dan edema perifer. Selain itu, kondisi ini juga dapat menyebabkan komplikasi seperti peningkatan tekanan darah, edema (terutama pada ekstremitas bawah), sesak napas, takikardia, gagal jantung kongestif, hipertrofi ventrikel kanan, bahkan hipotensi mendadak saat dialisis (Siregar, 2020).

Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tepat untuk mengurangi rasa haus pada pasien HD. Dalam konteks budaya tertentu, edukasi kepada tenaga kesehatan mengenai pentingnya penggunaan alat kualitas hidup dalam menilai keberhasilan pengobatan direkomendasikan untuk meningkatkan terapi dialisis pada pasien yang menjalani pengobatan jangka panjang (Visweswaran, Shaffi, Mathew, Abraham, Lordson, Rajeev, & Pillai, 2020). Pasien dengan ginjal kronik (PGK) sering mengalami rasa haus sementara mereka harus membatasi asupan cairan. Untuk meningkatkan kelangsungan hidup pasien, diperlukan intervensi dalam manajemen rasa haus pada pasien hemodialisis dengan harapan asupan cairan pada pasien HD dapat dikurangi. Rasa haus masih menjadi masalah yang belum terselesaikan pada pasien hemodialisis (HD). Temuan penelitian menunjukkan bahwa usia, jenis kelamin, dan komorbiditas tidak memengaruhi penurunan IDWG dan rasa haus (Bhuwania, Veerappan, Sethuraman, & Rajgopal, 2022).

METODE

Desain *scoping review* untuk memetakan intervensi dalam mengatasi rasa haus pada pasien penyakit ginjal kronis yang menjalani hemodialisis. Proses *review* mengikuti tahapan terstruktur yang meliputi perumusan pertanyaan penelitian, identifikasi studi yang relevan, seleksi artikel sesuai kriteria, ekstraksi data, serta sintesis temuan. Kriteria kelayakan disusun menggunakan kerangka PCC: (1) Populasi pasien penyakit ginjal kronis yang menjalani hemodialisis; (2) Konsep intervensi manajemen rasa haus; dan (3) Konteks unit hemodialisis di fasilitas pelayanan kesehatan. Studi yang disertakan adalah artikel *full-text* yang dapat diakses, diterbitkan dalam bahasa Inggris atau Indonesia pada tahun 2019–2025, dengan desain quasi-eksperimental. Studi sekunder dan artikel yang tidak dapat diakses dikecualikan.

Pencarian artikel dilakukan secara sistematis pada empat basis data, yaitu *EBSCO Host, PubMed, Scopu*s, dan *Google Scholar* dengan kombinasi kata kunci terkait manajemen haus, intervensi non-farmakologis, edukasi pembatasan cairan, hemodialisis, dan penyakit ginjal kronis menggunakan operator Boolean AND/OR. Seleksi studi dilakukan secara independen oleh tiga peneliti. Duplikasi dihapus menggunakan perangkat lunak manajemen referensi, kemudian dilakukan penyaringan judul, abstrak, dan teks lengkap berdasarkan kriteria inklusi. Kualitas metodologi dinilai menggunakan lembar penilaian kritis, dan perbedaan pendapat diselesaikan melalui diskusi hingga mencapai kesepakatan. Ekstraksi data dilakukan menggunakan tabel terstruktur yang memuat karakteristik penelitian seperti penulis, tahun, negara, desain, jumlah sampel, instrumen, dan hasil.

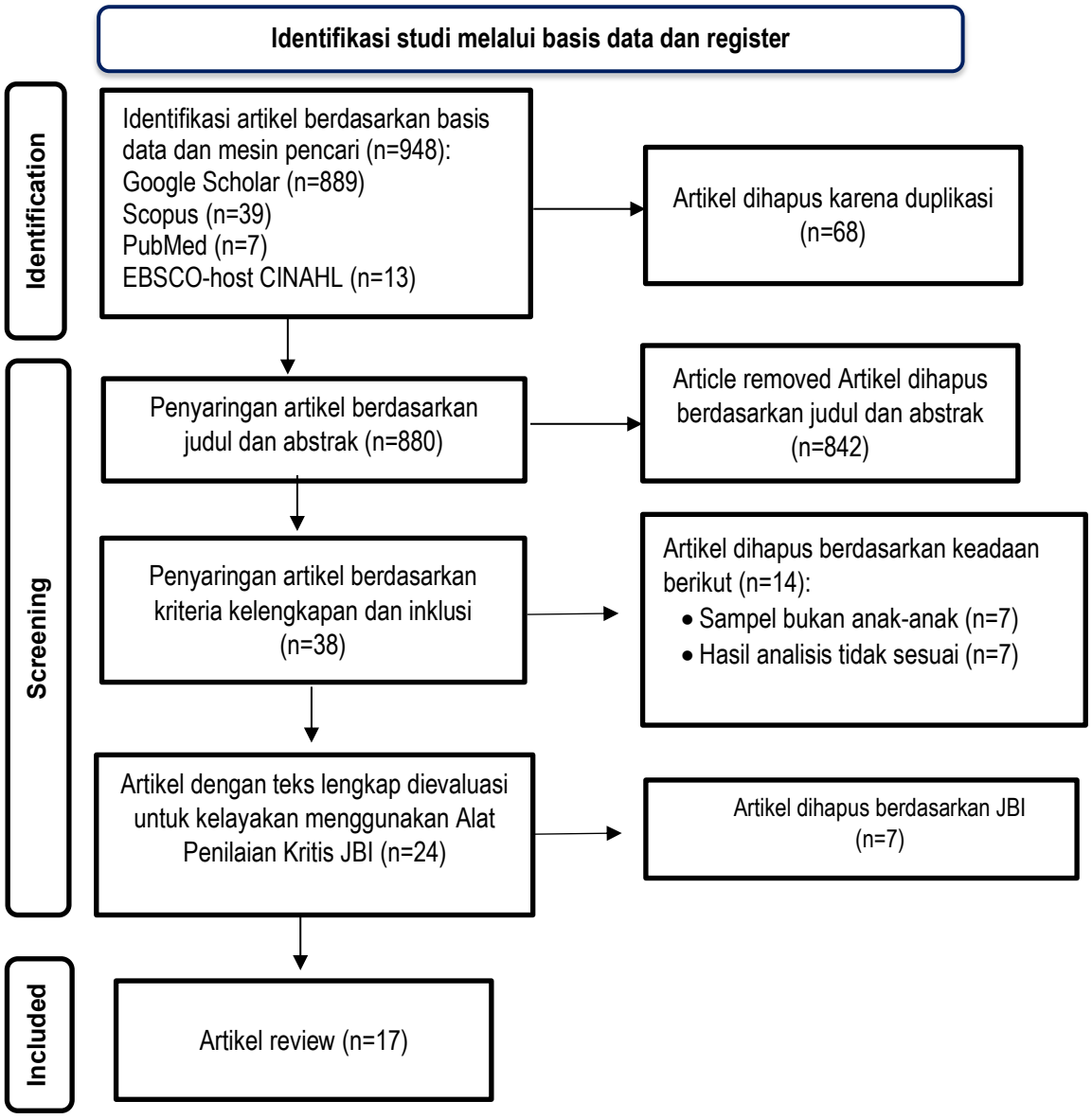
Analisis data dilakukan secara tematik dengan pendekatan deskriptif eksploratif. Proses analisis mencakup pengorganisasian temuan dalam tabel, interpretasi pola antar studi, serta pemeriksaan ulang data untuk memastikan akurasi. Dari hasil pencarian awal, sebanyak 17 studi memenuhi kriteria kelayakan dan dimasukkan dalam analisis akhir.

Essy Sridiawati*, Kusman Ibrahim, Sri Hartati Pratiwi

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Essy Sridiawati. *Email: sridiawatiessy@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.1920

HASIL



Gambar Diagram Alir PRISMA

.

Essy Sridiawati*, Kusman Ibrahim, Sri Hartati Pratiwi

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Essy Sridiawati. *Email: sridiawatiessy@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.1920

Tabel Hasil Pemetaan Data Artikel

(Penulis)(Negara)	Tujuan	Metode	Hasil
(Phelan et al., 2023) (Amerika Serikat)	Untuk menyelidiki efektivitas menghisap es batu rasa mint dibandingkan es batu biasa dalam mengurangi rasa haus dan mulut kering.	Uji prospektif, acak, cross-over.	Sebelum intervensi, semua pasien mengalami mulut kering dan haus berat (≥5/10). Setelah intervensi, mulut kering menurun 1.6 (P<0.0001), es mint menurun 3.7 (P<0.0001), dan es biasa menurun 1.7 poin (P<0.006).
(van Belzen et al., 2017) (Belanda)	Untuk menyelidiki kemampuan menghilangkan rasa haus dari produk berbasis air yang berbeda suhu, tekstur, rasa, dan kandungan gula.	Dua eksperimen berturut-turut (studi eksperimental).	Eksperimen pertama menunjukkan makanan padat dingin (es loli) lebih efektif menghilangkan haus dibanding cairan dingin (air putih).
(Pico-Munyoz et al., 2023) (Spanyol)	Untuk menyelidiki bagaimana minum air, air kental, atau tidak minum memengaruhi hidrasi tubuh dan sensasi haus.	Studi eksperimental (partisipan mengikuti empat sesi selama 3 jam dengan stimulus berbeda).	Stimulan seperti air es, rasa lemon dan mint, atau asam bekerja lebih baik dibanding stimulan biasa, serta diperlukan formulasi minuman yang tepat.
(Chen et al., 2024) (China)	Untuk menyelidiki apakah mengunyah permen karet dapat memodulasi jumlah saliva, IDWG, dan tingkat haus pada pasien hemodialisis.	Randomized Controlled Trial (RCT).	Kelompok intervensi menunjukkan skor intensitas haus dan kenyamanan mulut lebih tinggi dibanding kontrol (<0.01). Penggunaan semprotan air dingin dapat mengurangi dan menghilangkan rasa haus.
(Dasuki & Basok, 2018) (Indonesia)	Untuk menganalisis pengaruh menghisap es terhadap intensitas haus pada pasien hemodialisis.	Quasi-eksperimen.	Rata-rata haus sebelum intervensi 6.00 (sedang) dan setelah intervensi 2.97 (ringan). Penurunan rata-rata 3.03 dengan p=0.000 (p<0.05).

Essy Sridiawati*, Kusman Ibrahim, Sri Hartati Pratiwi

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Essy Sridiawati. *Email: sridiawatiessy@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.1920

(Saranga et al., 2023) (India)	Untuk mengetahui efektivitas Slimber Ice terhadap intensitas haus pada pasien PGK yang menjalani hemodialisis.	Pre-eksperimental one group pre-test post-test.	Setelah intervensi, sebagian besar responden mengalami haus ringan (33 orang), 6 sedang, 1 berat.
(Nurhayati et al., 2022) (Indonesia)	Untuk mengetahui efektivitas mengunyah permen karet rendah gula dan menghisap es batu dalam menurunkan rasa haus pada pasien gagal ginjal kronik.	Quasi-eksperimental dua kelompok pre-post.	Kedua kelompok mengalami penurunan haus, namun terdapat perbedaan efektivitas antara permen karet dan es batu.
(Rghioui et al., 2020) (Maroko)	Untuk mengevaluasi efek intervensi es loli terhadap haus dan xerostomia.	Studi intervensi.	Es loli memberikan efek bermanfaat dalam menurunkan haus, xerostomia, IDWG, terutama pada minggu ke-3 dan ke-4.
(Novela et al., 2022) (Indonesia)	Untuk mengetahui efektivitas menghisap es batu air Zam-Zam terhadap tingkat haus pasien gagal ginjal kronik.	Pre-eksperimental one group pre-posttest.	VAS sebelum 5,60 dan sesudah 2,07, terdapat perbedaan signifikan setelah intervensi.
(Armiyati et al., 2019) (Indonesia)	Optimalisasi manajemen haus untuk menurunkan rasa haus pada pasien PGK.	Quasi eksperimen.	Terdapat perbedaan signifikan skor haus sebelum dan sesudah intervensi. Durasi penekanan haus: kumur air matang 55 menit, es batu 93 menit, mouthwash 67,5 menit.
(Dsouza et al., 2023) (India)	Untuk menilai efektivitas intervensi edukasi terhadap pengetahuan dan kepatuhan pembatasan cairan dan diet.	Randomized Controlled Trial (RCT).	Terjadi peningkatan signifikan pengetahuan dan kepatuhan pada kelompok intervensi setelah 6 bulan.

Essy Sridiawati*, Kusman Ibrahim, Sri Hartati Pratiwi

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Essy Sridiawati. *Email: sridiawatiessy@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.1920

(Manurung et al., 2023) (Indonesia)	Untuk mengetahui pengaruh edukasi cairan dan mengunyah es batu terhadap skala haus dan IDWG.	Quasi-eksperimen pre-post dengan kelompok kontrol.	Terdapat pengaruh signifikan terhadap skala haus dan IDWG sebelum dan sesudah intervensi (p=0,000).
(Chhabra & Davenport, 2024) (India)	Untuk menentukan keseimbangan natrium dialisat dengan membandingkan DialNa 140 dan <140 mEq/L.	Cross-sectional.	Tidak ditemukan hubungan signifikan antara rasa haus subjektif dan kenaikan berat badan antar dialisis.
(Suhaemi et al., 2025) (Indonesia)	Untuk menilai dampak media pembelajaran visual dan buku panduan terhadap kontrol asupan cairan berdasarkan IDWG.	Quasi-eksperimental pretest-posttest control group.	Kelompok intervensi mengalami penurunan IDWG signifikan (p<0.001). Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap kepatuhan.
(Asgharpour et al., 2022) (Iran)	Untuk menilai efek biji Descurainia sophia terhadap rasa haus dan stres oksidatif pada pasien HD.	Randomized double-blind placebo-controlled cross-over.	Intervensi menurunkan skor haus, kolesterol, trigliserida, dan MDA serta meningkatkan TAC secara signifikan.
(Beerappa & Chandrababu, 2019) (India)	Untuk menilai tingkat kepatuhan terhadap pembatasan diet dan cairan.	Deskriptif observasional cross-sectional.	Kepatuhan rata-rata sekitar 51.6%. Intervensi yang disesuaikan dan motivasi berkelanjutan diperlukan untuk meningkatkan kepatuhan.

Essy Sridiawati*, Kusman Ibrahim, Sri Hartati Pratiwi

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Essy Sridiawati. *Email: sridiawatiessy@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.1920

PEMBAHASAN

Rasa haus merupakan masalah yang umum dan sering terjadi pada pasien penyakit ginjal kronik (PGK), sementara mereka harus membatasi asupan cairan karena penurunan fungsi ginjal menyebabkan tubuh tidak mampu mengekskresikan cairan secara optimal, menyaring kelebihan cairan, serta membuang elektrolit. Oleh karena itu, pasien PGK harus membatasi jumlah cairan yang dikonsumsi. Intervensi untuk mengatasi rasa haus pada pasien PGK sangat diperlukan, yaitu melalui edukasi yang berkelanjutan dan terus-menerus. Kepatuhan pasien terhadap pembatasan diet dan cairan bervariasi dari cukup hingga baik, namun tingkat kepatuhan rata-rata sekitar 51.6% (Beerappa & Chandrababu (2019). Penelitian tersebut menekankan bahwa intervensi yang disesuaikan dan motivasi yang berkelanjutan diperlukan untuk meningkatkan kepatuhan serta mencapai luaran klinis yang positif pada pasien hemodialisis. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan pentingnya dukungan dan edukasi berkelanjutan untuk membantu pasien hemodialisis mematuhi pembatasan diet dan cairan demi kesehatan yang optimal (Ammirati, 2020).

Edukasi pembatasan cairan menggunakan media visual dan buku panduan telah terbukti efektif dalam memberikan intervensi pada pasien PGK, dimana kelompok intervensi mengalami penurunan IDWG yang signifikan ($p< 0.001$), yang menunjukkan peningkatan kepatuhan terhadap pembatasan cairan. Analisis regresi menunjukkan bahwa tingkat pendidikan memiliki pengaruh signifikan terhadap kepatuhan ($R^2 = 0.353$, $p = 0.008$). Penggunaan media pembelajaran visual dan buku panduan secara signifikan meningkatkan kepatuhan terhadap pembatasan cairan (IDWG). Media tersebut dinilai efektif untuk edukasi pasien dan dapat mendukung luaran klinis yang lebih baik (Suhaemi, Nursanti, & Irawati, 2025).

Ditemukan korelasi yang signifikan antara kepatuhan terhadap pengendalian rasa haus dan volume cairan pada pasien. Pasien yang menunjukkan kepatuhan yang baik memiliki tekanan darah yang lebih stabil serta risiko komplikasi yang lebih rendah. Kepatuhan terhadap pengendalian rasa haus juga berhubungan dengan kualitas hidup yang lebih baik dan penurunan angka rawat inap (Zhianfar et al., 2020). Tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara peningkatan rasa haus subjektif dengan kenaikan berat badan antar sesi dialisis. Volume cairan ekstraseluler juga tidak menunjukkan korelasi yang kuat dengan tingkat rasa haus yang dilaporkan pasien (Becker, 2025).

Asupan natrium dalam diet tidak berhubungan secara langsung dengan tingkat rasa haus subjektif. Temuan ini menunjukkan bahwa faktor selain rasa haus subjektif mungkin lebih dominan dalam menentukan pengendalian cairan dan natrium pada pasien hemodialisis (Yu, Chertow, Luyckx, Marsden, Skorecki, & Taal, 2020). Kelompok yang menerima intervensi edukasi dan booklet serta kelompok kontrol yang mendapatkan perawatan standar di pusat dialisis diberikan intervensi selama 6 bulan. Terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi. Kepatuhan terhadap pembatasan cairan dan diet menunjukkan peningkatan signifikan pada kelompok intervensi, sedangkan pada kelompok kontrol terjadi penurunan (Dsouza, Prabhu, Unnikrishnan, Ballal, Mundkur, Chandra Sekaran, & Moreira, 2023). Hasil analisis bivariat dinilai menggunakan uji *marginal homogeneity, dependent t-test, dan independent t-test.* Terdapat pengaruh signifikan terhadap skala haus dan IDWG sebelum dan sesudah edukasi cairan serta terapi menghisap es batu dengan nilai p-value 0.000 ($p<0.05$) (Manurung, Widani, & Hastono, 2023).

Selain edukasi pembatasan cairan, intervensi yang sangat penting bagi pasien PGK dalam konteks pembatasan cairan adalah menghisap es batu. Berbagai penelitian yang dilakukan di beberapa negara, termasuk Australia, India, Spanyol, Mesir, Teheran (Iran), dan Indonesia menunjukkan bahwa menghisap es batu biasa, es batu rasa mint, es loli, maupun es yang dibuat dari air Zamzam dapat secara signifikan menurunkan rasa haus pada pasien PGK yang menjalani hemodialisis. Sebelum intervensi, semua pasien mengalami mulut kering dan haus berat (≥5/10), dan setelah intervensi, mulut kering menurun sebesar 1.6 ($P<0.0001$), es mint menurun sebesar 3,7 ($P<0.0001$), dan es biasa menurun sebesar 1.7 poin ($P<0.006$) (Phelan, Hammond, Thorpe, Allcroft, & O'Loughlin, 2023). Penelitian yang dilakukan di Belanda melakukan eksperimen menggunakan es dari air berperisa dingin (ice lollies) yang lebih efektif dalam mengurangi rasa haus dibandingkan es dari air matang (air minum tanpa rasa) (Van Belzen, Postma, & Boesveldt, 2017).

Essy Sridiawati*, Kusman Ibrahim, Sri Hartati Pratiwi

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Essy Sridiawati. *Email: sridiawatiessy@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.1920

Stimulus tertentu seperti air es, rasa lemon dan mint, atau tingkat keasaman bekerja lebih baik dibandingkan air biasa, dan masih diperlukan formulasi minuman yang tepat (Pico-Munyoz, Laguna, & Tarrega, 2023). Rata-rata tingkat haus pada kelompok intervensi sebelum perlakuan adalah 6,00 (haus sedang). Setelah perlakuan, rata-rata intensitas haus menurun menjadi 2.97 (haus ringan) (Beerappa & Chandrababu, 2019).

Terjadi penurunan rata-rata intensitas haus sebesar 3.03 dengan nilai p yang signifikan yaitu 0.000 (p< 0.05) (Dasuki & Basok, 2018). Intensitas rasa haus pada pasien PGK setelah diberikan slimber ice hampir seluruhnya mengalami haus ringan yaitu 33 responden, haus sedang 6 responden, tidak haus 0 responden, dan haus berat 1 responden (Saranga, Sandi, Wirmando, Tola'ba, Ghae, Wulandari, & Panjaya, 2023). Penelitian yang dilakukan di Mesir menemukan bahwa intervensi yang melibatkan ice lollies memberikan efek yang bermanfaat dalam menurunkan rasa haus dan xerostomia, secara signifikan menurunkan IDWG serta menghilangkan rasa haus pada minggu ketiga dan keempat setelah menghisap es (Rghioui, Lloret, Harane, & Oumnad, 2020).

Terdapat perbedaan yang signifikan pada skor haus sebelum dan sesudah intervensi menghisap es batu, berkumur dengan air matang, dan berkumur dengan mouthwash. Setelah intervensi, seluruh pasien hemodialisis mengalami penurunan rasa haus (Chhabra & Davenport, 2024). Pada kelompok berkumur air matang, rata-rata durasi penekanan haus adalah 55 menit, pada kelompok menghisap es batu 93 menit, dan kelompok mouthwash 67.5 menit. Tidak terdapat perbedaan signifikan pada rata-rata durasi penekanan haus antara menghisap es batu dan berkumur air matang dibandingkan dengan menghisap es batu saja (Armiyati, Khoiriyah, & Mustofa, 2019). Terdapat pengaruh terapi es batu dalam menurunkan rasa haus pada pasien gagal ginjal kronik dari haus sedang menjadi haus ringan (Joanna Briggs Institute, 2017).

Beberapa penelitian intervensi juga menunjukkan bahwa mengunyah permen karet efektif dalam mengurangi rasa haus pada pasien Penyakit Ginjal Kronik (PGK). Mengunyah permen karet secara signifikan menurunkan tingkat rasa haus yang dirasakan pasien selama hemodialisis. Pasien melaporkan peningkatan kenyamanan dan penurunan keinginan untuk mengonsumsi cairan selama dialisis, dengan intervensi yang dianggap aman dan mudah diterapkan tanpa efek samping yang signifikan (Chen, Wang, Chiu, Yeh, & Chiang, 2023). Terkait efektivitas komparatif, terdapat perbedaan antara mengunyah permen karet rendah gula dan menghisap es batu. Sebelum intervensi, sebagian besar pasien melaporkan merasa "haus" atau "sangat haus". Pada kelompok permen karet, 14 partisipan (82.4%) merasa haus dan 3 (17.6%) sangat haus sebelum intervensi; setelah intervensi, 14 partisipan (82.4%) mengalami penurunan haus sedangkan 3 (17.6%) tidak mengalami penurunan. Pada kelompok es batu, 16 partisipan (94.1%) merasa haus dan 1 (5.9%) sangat haus sebelum intervensi; setelah intervensi, 94.1% menunjukkan penurunan rasa haus (Nurhayati, Siregar, Gani, Sunarti, Kaban, & Siregar, 2022).

Analisis statistik menunjukkan penurunan intensitas haus yang signifikan pada kedua kelompok ($p < 0.05$), namun uji *Mann-Whitney* menunjukkan bahwa menghisap es batu secara signifikan lebih efektif dibandingkan mengunyah permen karet dalam mengurangi rasa haus ($p = 0.001$). Penelitian intervensi lain menunjukkan bahwa penggunaan semprotan mulut air efektif dalam menurunkan tingkat distress rasa haus pada pasien hemodialisis setelah intervensi dibandingkan sebelum intervensi dan kelompok kontrol. Penelitian ini melibatkan 60 pasien dari unit hemodialisis di Shri Vinoba Bhave Civil Hospital, Silvassa, India. Penelitian ini menyoroti bahwa intervensi sederhana seperti semprotan mulut air dapat membantu mengatasi rasa haus yang dialami pasien hemodialisis yang umumnya menghadapi pembatasan asupan cairan yang ketat (Novela, Mohtar, Asmadiannor, & Gaghauna, 2024).

SIMPULAN

Ulasan ini mengidentifikasi 21 artikel yang melakukan intervensi untuk mengatasi rasa haus pada pasien dengan penyakit ginjal kronis (PGK) yang menjalani hemodialisis. Berbagai intervensi, seperti mengisap es batu (baik yang polos maupun beraroma, seperti es loli beraroma mint atau es loli beraroma lemon), mengunyah permen karet, menyemprotkan air mendidih dingin ke dalam mulut, dan memberikan pendidikan pembatasan cairan secara teratur dan berkelanjutan menggunakan alat bantu visual dan brosur, telah terbukti dapat

Essy Sridiawati*, Kusman Ibrahim, Sri Hartati Pratiwi

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Essy Sridiawati. *Email: sridiawatiessy@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.1920

mengurangi rasa haus pada pasien PGK. Intervensi ini dapat diterapkan dengan mudah dan ekonomis serta telah terbukti meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup pasien PGK.

DAFTAR PUSTAKA

Ammirati, A. L. (2020). Chronic kidney disease. *Revista da Associação Médica Brasileira*, *66*(Suppl 1), s03-s09.

Armiyati, Y., Khoiriyah, K., & Mustofa, A. (2019). Optimization of thirst management on PGK patients undergoing hemodialysis by sipping ice cube. *Media Keperawatan Indonesia*, *2*(1), 38-48.

Asgharpour, M., Enayati, N., Rezaei Sadrabadi, M., Mohamadi Afrakati, M., Khavandegar, A., Mardi, P., & Bakhtiyari, M. (2022). Effects of Descurainia sophia on oxidative stress markers and thirst alleviation in hemodialysis patients: A randomized double-blinded placebo-controlled cross-over clinical trial. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, *2022*(1), 2001441.

Becker, G. J. (2025). Chronic Kidney Disease, Dialysis, and Transplantation: A Companion to Brenner and Rector's The Kidney. *American Journal of Kidney Diseases*, *46*(5), 990-991.

Beerappa, H., & Chandrababu, R. (2019). Adherence to dietary and fluid restrictions among patients undergoing hemodialysis: An observational study. *Clinical Epidemiology and Global Health*, *7*(1), 127-130.

Bhuwania, P., Veerappan, I., Sethuraman, R., & Rajgopal, A. (2022). Effect of intestinal dialysis using polyethylene glycol on fluid balance and thirst in maintenance hemodialysis patients: A comparative study. *Therapeutic Apheresis and Dialysis*, *26*(2), 398-408.

Chhabra, R., & Davenport, A. (2024). Does using a higher dialysate sodium concentration result in lower sodium losses with dialysis treatments?. *Renal Replacement Therapy*, *10*(1), 31.

Chen, Y. Q., Wang, C. L., Chiu, A. H., Yeh, M. C., & Chiang, T. I. (2023). Chewing gum may alleviate degree of thirst in patients on hemodialysis. *Medicina*, *60*(1), 2.

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.

Dsouza, B., Prabhu, R., Unnikrishnan, B., Ballal, S., Mundkur, S. C., Chandra Sekaran, V., & Moreira, P. (2023). Effect of educational intervention on knowledge and level of adherence among hemodialysis patients: a randomized controlled trial. *Global Health, Epidemiology and Genomics*, *2023*(1), 4295613.

Esti, E., Yenny, Y., & Yemina, L. (2022). Gambaran rasa haus pada pasien yang menjalani hemodialisis di RS PGI Cikini. *Jurnal keperawatan cikini*, *3*(1).

Fahmi, F. Y., Hidayati, T., & Kendal, A. M. (2016). Gambaran self care status cairan pada pasien hemodialisa (literatur review). *Jurnal Care*, *4*(2).

Joanna Briggs Institute. (2017). The Joanna Briggs Institute critical appraisal tools for use in JBI systematic reviews: checklist for prevalence studies. *Crit Apprais Checkl Preval Stud*, *7*, 65-72.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Laporan Riskesdas 2018 Nasional*. Diakses dari: https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan%20Riskesdas%202018%20Nasional.pdf

Manurung, H. J., Widani, N. L., & Hastono, S. P. (2023). Efektivitas Edukasi Cairan dan Kulum Es Batu Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik dengan Hemodialisis Terhadap Skala Haus dan Interdialytic Weight Gain di Rumah Sakit X Bogor. *Malahayati Nursing Journal*, *5*(10), 3496-3509.

Essy Sridiawati*, Kusman Ibrahim, Sri Hartati Pratiwi

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Essy Sridiawati. *Email: sridiawatiessy@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.1920

Novela, N., Mohtar, M. S., Asmadiannor, A., & Gaghauna, E. E. M. (2024). Efektivitas Sucking Ice Cubes Zam-Zam Water terhadap Tingkat Rasa Haus Pasien Gagal Ginjal Kronis. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, *14*(3), 989-966.

Nurhadi, F., Kekalih, A., Ilyas, M., Soemarko, D., & Sugiarta, I. (2024). Decrease of Kidney Function in Manufacture Industry Workers in West Java in 2022 and the Relationship with Individual and Occupational Risk Factors. *The Indonesian Journal of Community and Occupational Medicine*, *4*(1), 17-24.

Nurhayati, E. L., Siregar, D. V., Gani, A., Sunarti, S., Kaban, K. B., & Siregar, P. S. (2022). The Effectiveness of Chewing Gum and Sucking Ice Cubes in Reducing Thirst in Chronic Kidney Failure Patients Undergoing Hemodialysis. *International Journal Of Medical Science And Clinical Research Studies*, *2*(07), 659-664.

Peterson, J., Pearce, P. F., Ferguson, L. A., & Langford, C. A. (2017). Understanding scoping reviews: Definition, purpose, and process. *Journal of the American Association of Nurse Practitioners*, *29*(1), 12-16.

Phelan, C., Hammond, L., Thorpe, C., Allcroft, P., & O'Loughlin, M. (2023). A novel approach to managing thirst and dry mouth in palliative care: a prospective randomized cross-over trial. *Journal of pain and symptom management*, *66*(5), 587-594.

Pico-Munyoz, R., Laguna, L., & Tarrega, A. (2023). Thirstiness, body hydration and thickened water: A study about their relationship. *Food Quality and Preference*, *111*, 104988.

Rajendran, S., & Parimala, S. (2024). A Qualitative Study on the Lived Experiences of Patients Post-Coronary Artery Bypass Grafting. *The Malaysian Journal of Nursing (MJN)*, *16*(2), 162-168.

Rghioui, A., Lloret, J., Harane, M., & Oumnad, A. (2020). A smart glucose monitoring system for diabetic patient. *Electronics*, *9*(4), 678.

Saranga, J. L., Sandi, S., Wirmando, W., Tola'ba, Y., Ghae, S. S., Wulandari, C., & Panjaya, A. (2023). The effectiveness of Slimber Ice against thirst intensity in hemodialysis patients with chronic kidney disease. *Media Keperawatan Indonesia*, *6*(1), 33.

Siregar, C. T. (2020). *Buku ajar manajemen komplikasi pasien hemodialisa*. Deepublish.

Suhaemi, S., Nursanti, I., & Irawati, D. (2025). Effect of visual learning media and guidebooks on fluid restriction compliance among hemodialysis patients. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, *11*(2), 280-287.

Van Belzen, L., Postma, E. M., & Boesveldt, S. (2017). How to quench your thirst. The effect of water-based products varying in temperature and texture, flavour, and sugar content on thirst. *Physiology & behavior*, *180*, 45-52.

Visweswaran, K., Shaffi, M., Mathew, P., Abraham, M., Lordson, J., Rajeev, P., & Pillai, M. (2020). Quality of life of end stage renal disease patients undergoing dialysis in southern part of Kerala, India: Financial stability and inter-dialysis weight gain as key determinants. *Journal of epidemiology and global health*, *10*(4), 344-350.

Yu, A. S., Chertow, G. M., Luyckx, V. A., Marsden, P. A., Skorecki, K., & Taal, M. W. (2020). Brenner & Rector's the kidney. *Brenner and Rector's the kidney (Eleventh edition/[edited by] Alan SL Yu, Glenn M. Chertow, Valérie A. Luyckx, Philip A. Marsden, Karl Skorecki, Maarten W. Taal*.

Zhianfar, L., Nadrian, H., & Shaghaghi, A. (2020). Enhancement of adherence to therapeutic and lifestyle recommendations among hemodialysis patients: An umbrella review of interventional strategies. *Therapeutics and clinical risk management*, 233-243.

Essy Sridiawati*, Kusman Ibrahim, Sri Hartati Pratiwi

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Essy Sridiawati. *Email: sridiawatiessy@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.1920