



Studi Kasus

Penerapan Pemberian Chewing Gum Terhadap Sensasi Rasa Haus dan Interdialytic Weight Gain Hemodialisis di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang

Sisilia Juliani ¹, Nugroho Lazuardi ¹, Aric Vranada ¹

¹ Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

Informasi Artikel

Riwayat Artikel:

- Submit 25 Mei 2025
- Diterima 27 Mei 2025
- Diterbitkan 30 Mei 2025

Kata kunci:

Chewing gum; intensitas rasa haus; interdialytic weight gain

Abstrak

Penyakit ginjal kronik (PGK) adalah gangguan fungsi ginjal yang progresif dan tidak dapat pulih kembali, dimana tubuh tidak mampu memelihara metabolisme dan gagal memelihara keseimbangan cairan dan elektrolit yang berakibat pada peningkatan ureum. Rasa haus berlebih dan xerostomia memicu pasien meningkatkan asupan cairan sehingga berdampak pada penambahan interdialytic weight gain. Teknik yang digunakan untuk mengatasi rasa haus yaitu dapat diatasi dengan mengunyah chewing gum. Tujuan studi ini untuk mengatasi rasa haus dan interdialytic weight gain. Desain studi adalah singlecase yang melibatkan 3 responden dengan pendekatan studi pre and post test. Kriteria inklusi studi kasus ini adalah pasien menjalani hemodialisis rutin 2 kali/minggu, dapat mengunyah permen karet (gigi dalam keadaan baik), rata-rata skor skrining DTI >2,5, IDWG rentang sedang dan berat, pasien kooperatif dengan kesadaran baik. Pemberian permen karet sebanyak 12 butir/hari selama 5 hari, didapatkan hasil terdapat peningkatan pada gambar. Rata-rata intensitas rasa haus mengalami penurunan yaitu dengan hasil Δ score 1,6. Pada hasil IDWG responden turut mengalami penurunan dengan rata-rata awal pre yaitu 6,8 dan rata-rata post 4,2. Mengonsumsi permen karet dapat mengurangi intensitas rasa haus yang dirasakan, serta dapat mencegah terjadinya kenaikan IDWG yang diakibatkan oleh asupan cairan yang berlebih.

PENDAHULUAN

Penyakit ginjal kronik (PGK) merupakan suatu kondisi gangguan fungsi ginjal yang bersifat progresif dan irreversibel, di mana tubuh tidak lagi mampu mempertahankan fungsi metabolisme serta gagal menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit, yang pada akhirnya menyebabkan peningkatan kadar ureum dalam darah (Yenny & Aji, 2021). Pada kondisi gagal ginjal kronik, terjadi penurunan fungsi ginjal yang

menyebabkan organ tersebut tidak lagi mampu menjalankan perannya secara optimal dalam membuang sisa-sisa hasil metabolisme tubuh. Apabila tidak mendapatkan penanganan yang tepat, gagal ginjal kronik dapat berkembang menjadi penyakit ginjal kronis stadium lanjut, yaitu stadium lima. Pada tahap akhir ini, fungsi ginjal menurun secara signifikan hingga tidak lagi mampu menyaring dan membuang limbah serta kelebihan cairan dari dalam darah (Fajrianti et al., 2025).

Corresponding author:

Sisilia Juliani

sisiliajuliani207@gmail.com

Ners Muda, Vol 6 No 1, Mei 2025

e-ISSN: 2723-8067

DOI: <https://doi.org/10.26714/nm.v6i1.17774>

Berdasarkan data dari asosiasi kesehatan dunia atau World Health Organization (WHO, 2021) Pada tahun 2019, tercatat sebanyak 1,2 juta kematian di seluruh dunia yang disebabkan oleh gagal ginjal kronis. Data selanjutnya menunjukkan bahwa pada tahun 2020, jumlah kematian akibat penyakit tersebut mencapai 254.028 kasus, dan meningkat signifikan pada tahun 2021 dengan total lebih dari 843,6 juta kasus. Sedangkan kasus GJK di Indonesia mengalami peningkatan selama satu dekade ini. Pada tahun 2018 hingga tahun 2021 terjadi kenaikan jumlah kasus GJK, statistik data menunjukkan bahwa sekitar 1.602.059 penduduk Indonesia mengalami gagal ginjal, dan diperkirakan akan terus meningkat disetiap tahunnya (Risksedas, 2018).

Penyakit gagal ginjal kronik membutuhkan pengobatan yang dapat mengambil fungsi alih ginjal, salah satunya hemodialisa. Hemodialisis merupakan prosedur pembersihan darah yang dilakukan dengan bantuan alat yang berfungsi sebagai pengganti kerja ginjal, yang dikenal sebagai dialiser. Tujuan utama dari hemodialisis adalah mempertahankan fungsi nefron yang tersisa agar tetap optimal, menurunkan tingkat morbiditas dan mortalitas, serta mengurangi risiko komplikasi seperti perikarditis, ensefalopati uremik, kelebihan cairan, gangguan nutrisi, dan infeksi. Dengan demikian, prosedur ini bertujuan untuk meningkatkan kondisi kesehatan dan kualitas hidup pasien secara keseluruhan. (Lazuardi, 2021).

Pasien pengidap GJK yang menjalani hemodialisa, memiliki batasan dalam konsumsi cairan. Kepatuhan terhadap pembatasan asupan cairan sangat krusial bagi pasien dengan gangguan ginjal kronik (GJK). Ketidakepatuhan dalam hal ini dapat mengakibatkan akumulasi cairan dalam tubuh yang berujung pada pembengkakan, peningkatan tekanan darah, serta hipertrofi

ventrikel kiri. Kondisi-kondisi tersebut secara signifikan dapat menurunkan kualitas hidup pasien (Junika et al., 2023). Akumulasi cairan berlebih pada pasien yang menjalani terapi hemodialisis dapat menyebabkan peningkatan berat badan di antara dua sesi dialisis, kondisi ini dikenal dengan istilah *interdialytic weight gain* atau IDWG (Made et al., 2024). Interdialytic weight gain (IDWG) merupakan sebuah indikator kepatuhan pasien hemodialisis dalam menerapkan pembatasan cairan, kenaikan IDWG yang dianjurkan yaitu kurang dari 3% berat badan kering atau tidak lebih dari 1,0-1,5 kg (Wayunah et al., 2023).

Pasien yang menjalani hemodialisis sering mengalami rasa haus yang disebabkan oleh asupan cairan yang terbatas, sehingga mengakibatkan mulut menjadi kering. Untuk mengatasi kondisi ini, diperlukan metode yang dapat merangsang produksi air liur. Salah satu cara yang efektif adalah dengan mengunyah permen karet (chewing gum), karena aktivitas ini dapat menstimulasi kerja kelenjar ludah dan membantu mengurangi rasa kering di mulut (Silalahi & Sembiring, 2024). Jenis permen karet (*Chewing gum*) yang dapat digunakan yaitu permen karet Xylitol.

Permen karet Xylitol adalah jenis permen karet rendah gula yang mengandung alkohol gula, termasuk dalam golongan polialkohol tipe pentitol dengan rantai lima karbon. Xylitol bersifat non-kariogenik, artinya tidak menyebabkan kerusakan pada gigi, dan mampu membantu membersihkan sisa gula serta asam dari permukaan gigi. Konsumsi permen karet ini dapat memberikan sensasi kesegaran pada mulut dan membantu menyeimbangkan pH rongga mulut, serupa dengan efek setelah mengonsumsi air putih. (Saputra et al., 2025). Permen karet yang mengandung xylitol memberikan efek menyegarkan dan melembapkan pada rongga mulut dan tenggorokan yang mengalami kekeringan.



Mekanisme ini melibatkan aktivasi osmoreseptor yang kemudian mengirimkan sinyal ke hipotalamus, menandakan bahwa kebutuhan cairan tubuh telah terpenuhi, sehingga secara fisiologis dapat membantu menurunkan sensasi haus (Made et al., 2024). Mengunyah permen karet yang mengandung Xylitol dapat menjadi alternatif dalam mengurangi rasa haus. Kandungan senyawa aktif dalam Xylitol diketahui mampu merangsang peningkatan produksi saliva dan dinyatakan aman untuk dikonsumsi oleh individu dengan diabetes melitus (Buan et al., 2024).

METODE

Desain penelitian ini adalah studi kasus (Single case) dengan pendekatan studi pre and post test yang dilakukan dengan rangkaian proses asuhan keperawatan. Pada penelitian ini adalah melakukan Pemberian Chewing Gum Terhadap Sensasi Rasa Haus dan Interdialytic Weight Gain Hemodialisis. Sebelum diberikan intervensi penerapan pemberian permen karet Xylitol, Pre-test dilakukan terlebih dahulu untuk mengetahui status awal responden sebelum intervensi yaitu mengukur rasa haus yang dirasakan klien. Hal ini memungkinkan peneliti memahami keadaan responden sebelum perawatan. Kemudian diberikan Post-test kembali setelah tindakan diterapkan untuk mengetahui tingkat rasa haus yang dirasakan klien. Hasil dibandingkan dengan memeriksa responden sebelum dan setelah perawatan untuk mengetahui perubahannya.

Kriteria dalam subjek studi kasus ini adalah pasien dengan gagal ginjal kronik yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, dengan jumlah pasien yang diambil sejumlah 3 orang. Kriteria inklusi responden yaitu bersedia menjadi responden, memiliki kemampuan untuk membaca dan menulis, pasien menjalani hemodialisis rutin 2 kali/minggu, dapat mengunyah permen karet (gigi dalam

keadaan baik), rata-rata skor skrining DTI >2,5, IDWG rentang sedang dan berat, dan pasien kooperatif dengan kesadaran baik. Adapun kriteria eksklusi yaitu pasien yang menolak/tidak kooperatif/tidak patuh dalam penelitian, pasien tidak menyukai permen karet. Studi kasus dilakukan di Ruang unit Hemodialisa Rumah sakit Roemani Muhammadiyah Semarang, penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 30 Maret-3 April 2025. Pada studi kasus ini alat yang digunakan yaitu alat timbang badan, alat tensi digital, lembar penilaian Dialysis Thrust Inventory (DTI), skala VAS untuk menilai sensasi rasa haus, dan aplikasi kalkulator IDWG.

Penelitian ini dilakukan selama 5 hari, atau selama antara sesi dialysis pertama dan kedua. tahap intervensi dilakukan dengan cara peneliti memberikan permen karet Xylitol sebanyak 72 butir permen karet (rasa mint dan rendah gula) kepada responden. Responden di instruksikan untuk mengunyah permen karet sebanyak 3 butir selama 10 menit setiap kali responden merasa haus dan mengunyah permen karet dengan total 12 butir/per hari. Selama penerapan penulis memantau kepatuhan responden dalam mengkonsumsi permen karet dengan memberikan lembar check list harian yang harus diisi oleh responden, serta meminta responden untuk mendokumentasikan bukti melalui foto saat mengkonsumsi permen karet yang harus dikirimkan kepada peneliti.

HASIL

Hasil studi kasus dilakukan dengan menggunakan metodologi proses asuhan keperawatan yang mencakup pengkajian, perumusan diagnosa, intervensi, implementasi dan evaluasi pada bulan April 2025 yang dilaksanakan di Rumah sakit Roemani Muhammadiyah Semarang



Pengkajian

Studi kasus ini melibatkan tiga subjek dan ketiga subjek berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan, ketiga subjek memiliki riwayat penyakit hipertensi sebelumnya, dengan rata-rata waktu dialysis lebih dari 5 tahun. Berdasarkan hasil pengkajian pada pola diet ketiga subjek, responden I memiliki kebiasaan makan light taste atau pola

makan yang rendah garam, gula serta lemak. Responden I cenderung menyukai makanan sayur-sayuran yang direbus. Responden II, pola diet yang dilakukan yaitu general taste atau pola makan yang standar, yaitu dengan takaran bumbu seperti garam dan gula yang sedang. Responden III, memiliki pola diet yang sama dengan responden II, yaitu general taste dengan konsumsi garam atau gula yang secukupnya.

Tabel 1
Karakteristik subjek studi (n=3)

Identitas	Klien I	Klien II	Klien III
Usia	68 tahun	46 tahun	42 tahun
Jenis kelamin	Perempuan	Perempuan	Perempuan
Pendidikan	SD sederajat	Sarjana	SMP
Dietary habit	Light taste	General taste	General taste
Penyakit kronis	Hipertensi	Hipertensi	Hipertensi
Waktu dialysis	10 tahun	9 tahun	6 tahun

Hasil pre-test awal menggunakan skala VAS pada klien I mendapatkan skor 7 yang merupakan masuk ke dalam kategori haus berat, pada kuisioner Dialysis thirst inventory (DTI) mendapatkan hasil score 22 yang menandakan bahwa klien ada merasakan rasa haus. Pemeriksaan fisik pada klien I, didapatkan hasil perut klien tampak kembung, lemas dan tampak tidak bertenaga, klien tampak sesak. Klien I mengatakan tenggorokan sering terasa kering, mulut kering, serta sering merasa haus, serta kesulitan mengontrol asupan cairan yang dikonsumsi karena merasa haus. Hasil perhitungan IDWG klien I pada sesi HD sebelumnya dan sesi HD pada saat ini adalah 7,14% yang merupakan kategori berat. Hasil pemeriksaan pada klien II pada skala VAS mendapatkan skor 7 yang masuk dalam kategori haus berat, hasil kuisioner DTI mendapatkan skor 20 yang

menandakan ada merasakan sensasi rasa haus, hasil perhitungan IDWG mendapatkan hasil 7,35% yaitu masuk ke dalam kategori berat, hasil pemeriksaan fisik pada klien II yaitu terdapat edema pada bagian kaki dengan edema derajat I, klien nampak lemah.

Klien mengatakan sering merasa haus, dan tenggorokan sering kering, mudah lelah ketika banyak beraktivitas. Hasil pemeriksaan pada klien III, pada skala VAS menunjukkan skor 6 yaitu haus sedang. Pada kuisioner DTI mendapatkan hasil skor 19 yang menunjukkan bahwa ada merasakan rasa haus, hasil IDWG klien I yaitu 6,02% yaitu masuk kategori berat. Klien III mengatakan mudah merasa lelah dan merasa lemas, sering merasa haus serta tenggorokan kering.



Tabel 2
Pre-test intensitas rasa haus

Identitas	Pre-test sensasi rasa haus Skala VAS	Dialysis thirst inventory (DTI)	IDWG	Pemeriksaan fisik
Klien I	7 (haus berat)	22 (ada haus)	7,14%	-perut tampak kembung -tampak lemas - tampak sesak - mukosa bibir tampak kering
Klien II	7 (haus berat)	20 (ada haus)	7.35%	-terdapat edema pada kaki (derajat I) -tampak lemas
Klien III	6 (haus sedang)	19 (ada haus)	6,02%	-tampak lemas dan kurang bertenaga -mukosa bibir tampak kering

Diagnosa keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian, penulis mengangkat diagnosa keperawatan hipervolemia (D.0022) berhubungan dengan kelebihan asupan cairan. Hipervolemia adalah peningkatan volume cairan intravaskuler, interstisial, dan intraseluler (PPNI, 2017).

Intervensi

Intervensi yang dilakukan untuk mengatasi kelebihan asupan cairan dan mengurangi efek kelebihan cairan adalah dengan mengkonsumsi Chewing gum atau permen karet yang dapat melancarkan sekresi air liur yang dapat mengurangi intensitas rasa haus pada responden, sehingga tidak terjadi penambahan intake cairan. Intervensi lain yang direncanakan adalah observasi (Periksa tanda dan gejala hipervolemia, identifikasi penyebab hipervolemia, monitor status hemodinamik, monitor intake dan output cairan), terapeutik (timbang berat badan setiap hari pada waktu yang sama, batasi asupan cairan dan garam), edukasi (anjurkan melapor jika BB bertambah >1kg dalam sehari, ajarkan cara membatasi cairan), kolaborasi (kolaborasi pemberian diuretic obat Furosemid).

Implementasi

Implementasi keperawatan diawali dengan penulis memperkenalkan diri, memberikan

informed consent, dan menjelaskan tujuan dan manfaat dari mengkonsumsi Chewing gum terhadap rasa haus, melakukan pemeriksaan fisik, memberikan kuisisioner DTI dan kuisisioner skala intensitas rasa haus (VAS), serta melakukan kontrak waktu lama waktu penelitian yang dilakukan. Setelah penulis mendapatkan kesepakatan bersama dengan klien, selanjutnya penulis menjadwalkan waktu yang terstruktur untuk konsumsi chewing gum yang dilakukan selama 5 hari atau antara waktu HD saat ini hingga pertemuan HD berikutnya. Konsumsi chewing gum dilakukan setiap hari dengan jumlah konsumsi sebanyak 12 butir di setiap harinya. Kegiatan ini dibantu oleh keluarga responden, sebagai pengawas dan sebagai pendukung dalam mengkonsumsi Chewing gum dalam setiap harinya. Implementasi pertama pada klien dilakukan pada hari minggu, pada tanggal 30 Maret 2025, dan implementasi terakhir yaitu pada tanggal 3 April 2025

Evaluasi

Evaluasi keperawatan dilakukan pada sesi ke 2 dari 1 minggu program hemodialisa, yaitu pada hari kamis, tanggal 3 April 2025. Evaluasi dilakukan dengan mengecek kembali intensitas rasa haus pada ketiga responden menggunakan skala VAS. Klien I saat pre test tingkat haus berat skor 7, mengalami penurunan ke tingkat haus sedang dengan skor 6. Klien II, pre test



dengan tingkat haus berat, skor 7 menurun menjadi skor 5, yaitu dengan kategori sedang. Klien III, pre test dengan intensitas rasa haus kategori sedang, skor 6 setelah di evaluasi mengalami penurunan menjadi haus kategori sedang, dengan score 4. Setelah di evaluasi ketiga responden rata-rata mengalami penurunan intensitas rasa haus ke kategori satu tingkat dibawahnya.

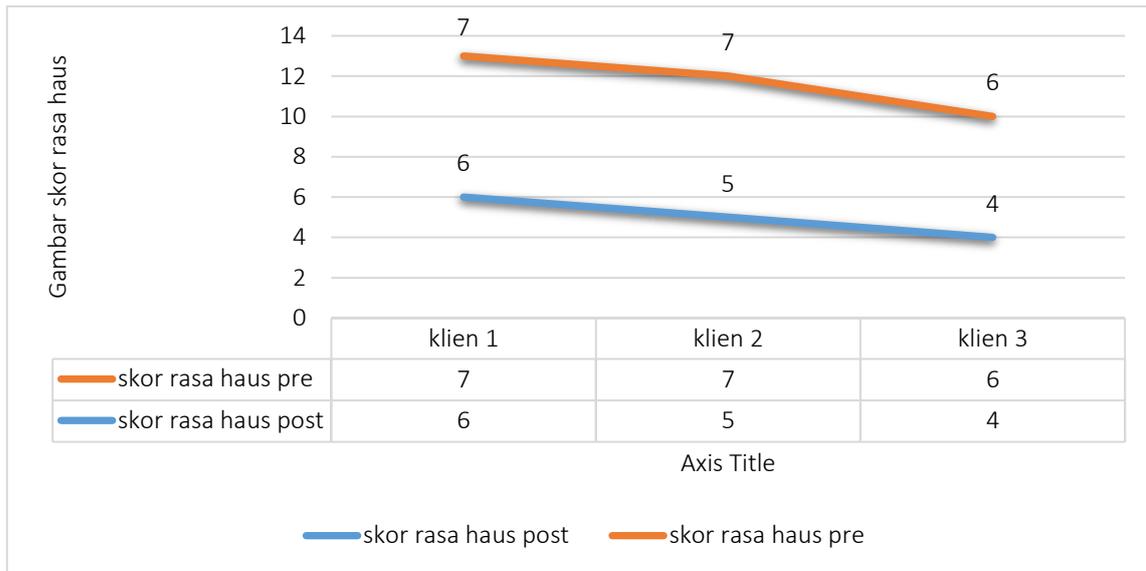
Evaluasi konsumsi Chewing gum xylitol terhadap IDWG responden mengalami penurunan dibandingkan saat sebelumnya. Klien I, nilai IDWG saat pre masuk dalam kategori berat yaitu 7,14% saat post mengalami penurunan menjadi 4,76%. Klien II, IDWG awal yaitu 7,35% menurun menjadi 4,41%. Klien III, IDWG saat pre yaitu 6,02% mengalami penurunan menjadi 3,61%. Berdasarkan gambar tampak terjadi penurunan rata-rata IDWG klien, dengan rata-rata awal 6,8 menjadi 4,2. Pada hasil tekanan darah responden mendapatkan hasil yang beragam, responden I pada saat pre HD 160/60 mmHg, saat post 150/65 mmHg. Responden II pre HD 145/64 mmHg saat post 160/89 mmHg. Responden III, tekanan darah saat pre yaitu 168/98 mmHg saat post 145/70 mmHg. Dari ketiga responden saat pre dan post ada yang mengalami peningkatan dan ada yang mengalami penurunan. Tekanan darah tinggi pada saat sebelum hemodialisis sangat umum terjadi pada pasien yang menjalani hemodialisis. Tekanan darah

dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain usia, etnis, tingkat stres, jenis kelamin, konsumsi obat-obatan, aktivitas fisik, berat badan, kebiasaan merokok, serta posisi tubuh saat pengukuran (Weldegiorgis, 2020). Selama terapi hemodialisis, terjadinya ultrafiltrasi yang berlebihan disertai dengan pengisian volume vaskular yang tidak cukup dapat menyebabkan masalah, baik pada aspek hemodinamik maupun pada fungsi kardiovaskular (Chantrel et al., 2020). Pada hasil pengkajian pada ketiga responden tentang intensitas rasa haus yang dirasakan, ketiga responden mengatakan bahwa permen karet dapat sedikit mengurangi rasa haus yang dirasakan, sehingga tidak terlalu untuk banyak minum untuk mengatasi rasa haus. Dari pemeriksaan fisik yang dilakukan pada ketiga responden, sudah tidak didapatkan tanda-tanda seperti edema, sesak, serta perut yang kembung. Akan tetapi ketiga klien masih merasakan tubuhnya terasa lemas dan kurang bertenaga. Pada hasil pengkajian intensitas rasa haus dan IDWG klien yang mengalami penurunan dibanding pada saat sebelum penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa konsumsi chewing gum dapat menurunkan intensitas rasa haus dan IDWG pada klien.

Tabel 3
Parameter rasau haus pre-post

Intervensi	Responden I			Responder II			Responden III		
	Tingkat haus	Score haus	Δ	Tingkat haus	Score haus	Δ	Tingkat haus	Score haus	Δ
Pre	berat	7	1	berat	7	2	sedang	6	2
Post	sedang	6		sedang	5		sedang	4	

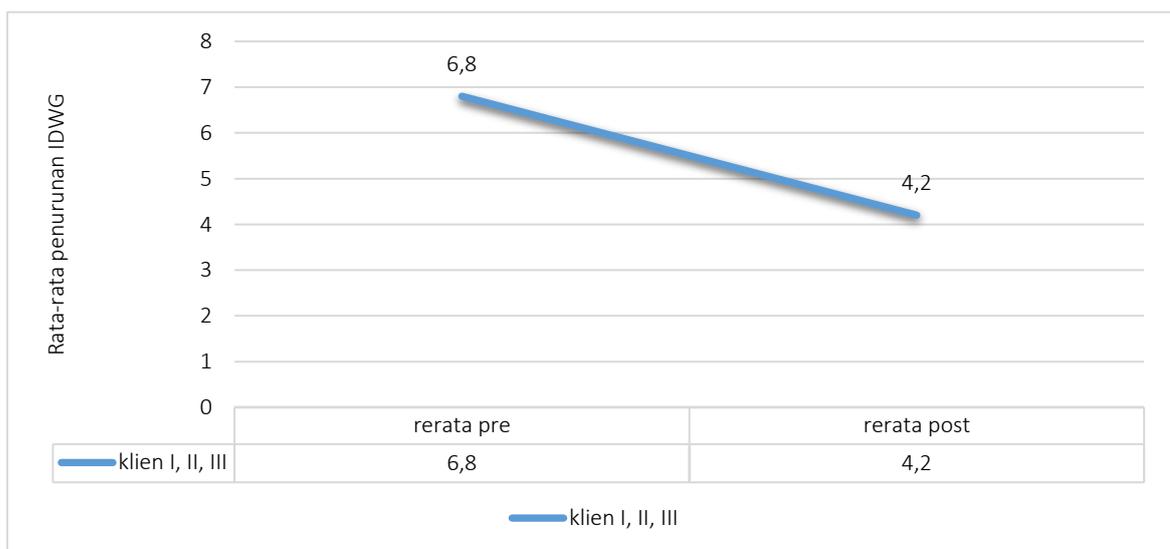




Gambar 1
Pretest dan post test rasa haus

Tabel 4
Parameter pre-post tanda-tanda vital dan IDWG

Intervensi	Responden I			Responder II			Responden III		
	BB/KG	IDWG	TD	BB/KG	IDWG	TD	BB/KG	IDWG	TD
Pre	42	7,14%	160/60	68	7,35%	145/64	83	6,02%	168/98
Post	44	4,76%	150/65	71	4,41%	160/80	86	3,61	145/70
Rata-rata pre	6.8								
Rata-rata post	4.2								



Gambar 2
Rata-rata penurunan pre-post IDWG



PEMBAHASAN

Pengkajian

Studi kasus ini melibatkan 3 responden, responden dalam pengaplikasian jurnal ini semua berjenis kelamin perempuan. Salah satu penyebab utama pasien mengalami gagal ginjal kronis adalah hipertensi. Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, merupakan kondisi di mana tekanan sistolik melebihi 140 mmHg dan tekanan diastolik melebihi 90 mmHg. Tekanan darah yang terus meningkat dalam jangka waktu yang lama dapat mengakibatkan kerusakan pada ginjal, hingga berujung pada terjadinya gagal ginjal (Khairiyah et al., 2022). Terdapat hubungan yang saling memengaruhi antara hipertensi dan gangguan ginjal. Hipertensi yang tidak dikelola secara optimal berisiko menyebabkan kerusakan ginjal, sementara disfungsi ginjal juga dapat menimbulkan atau memperparah kondisi hipertensi (Za'im et al., 2024).

Usia responden dikategorikan masuk ke usia dewasa hingga lansia, penyakit gagal ginjal kronik dapat menyerang setiap manusia baik pria maupun wanita tanpa memandang usia, status sosial ekonomi, latar belakang, pendidikan, pekerjaan, atau tempat tinggal (Oshintia & Patmawati, 2022). Usia merupakan salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap terjadinya gagal ginjal. Seiring proses penuaan, fungsi nefron ginjal mengalami penurunan, disertai dengan menurunnya kemampuan regeneratif nefron, bahkan hingga tidak mampu beregenerasi sama sekali. Konsekuensinya, fungsi ginjal cenderung menurun seiring bertambahnya usia. Penurunan ini umumnya mulai tampak pada rentang usia 40 hingga 45 tahun, dengan estimasi penurunan laju filtrasi glomerulus sekitar ± 8 ml/menit/1,73 m² per dekade (Salsabila et al., 2023).

Hasil pengkajian yang didapatkan dari ketiga responden yaitu, pada penderita GGK biasanya memiliki batasan tertentu dalam konsumsi air maupun makanan. Pada ketiga responden memiliki pola kebiasaan makan atau dietary yang masing berbeda-beda. Responden 1 memiliki kebiasaan makan light taste atau makanan yang dominan hambar dan konsumsi garam secukupnya, dan 2 responden lainnya memiliki kebiasaan makan dengan kategori general taste, yaitu kebiasaan makan yang memiliki rasa yang sedang atau garam yang secukupnya tidak berlebihan. Ketiga responden mengatakan sudah menerapkan pola diet yang dianjurkan dari rumah sakit, yaitu diet rendah protein dan rendah garam. Terapi diet dengan asupan protein rendah dirancang untuk menjaga keseimbangan nutrisi, mengurangi beban kerja ginjal, mencegah akumulasi produk metabolisme nitrogen dari protein, serta menurunkan risiko terjadinya komplikasi seperti edema dan gangguan metabolisme (Evynatra & Sulastris, 2024). Pembatasan konsumsi natrium merupakan hal yang krusial bagi pasien dengan gagal ginjal kronik (GGK). Jika asupan garam tidak dibatasi, hal ini dapat menyebabkan penumpukan cairan dalam tubuh, yang berpotensi menimbulkan pembengkakan atau edema. Kondisi ini pada gilirannya dapat meningkatkan tekanan darah dan memberikan beban tambahan pada kerja jantung (Widiastuti et al., 2021). Pengaturan pola makan atau diet pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis merupakan aspek penting yang harus dipatuhi selain menjalani terapi dialisis atau cuci darah (Lestari & Hidayati, 2022).

Hasil pengkajian intensitas rasa haus pada responden mendapatkan hasil yang berbeda-beda, 2 dari responden berada pada kategori haus berat dan 1 responden berada pada rentang haus sedang. Hasil kuisisioner DTI (dialysis thirst inventory) menunjukkan ketiga responden semuanya



berada dalam kategori skor merasa haus. IDWG klien pada saat pre intervensi berada dalam kategori berat, dengan penambahan berat badan yang meningkat lebih dari berat badan aslinya. Hasil wawancara dengan klien, klien mengatakan kesulitan untuk mengontrol asupan cairan masuk, saat berbuka puasa klien tidak mengontrol jumlah cairan yang masuk, karena beranggapan moment berbuka puasa merupakan hal yang sangat bermakna yang penuh kehangatan dan kebersamaan, setelah seharian menahan lapar serta rasa haus.

Diagnosa keperawatan

Gejala yang dirasakan klien yaitu merasa sesak, perut kembung, terdapat pembengkakan pada bagian tangan dan kaki, mudah lelah dan keletihan ketika beraktifitas, merasa lemas, serta merasa haus dan tenggorokan terasa kering. Hasil pemeriksaan pre test pada responden menunjukkan skala haus sedang hingga berat, dan klien mengatakan kesulitan untuk membatasi asupan cairan yang dikonsumsi saat sedang merasa haus. Hasil IDWG klien menunjukkan kategori berat, menandakan bahwa terdapat penambahan berat badan yang diluar dari batas normal seharusnya. Berdasarkan hasil pengkajian yang telah dilakukan, diagnosa yang muncul dari permasalahan klien yaitu hypervolemia yang berhubungan dengan kelebihan asupan cairan (PPNI, 2017)

Intervensi keperawatan

Intervensi yang diberikan kepada klien adalah terapi non-farmakologis atau komplementer, yaitu mengunyah Chewing gum atau permen karet. Jenis permen karet yang digunakan yaitu permen karet rendah gula, Xilytol. Seluruh jenis permen karet dapat merangsang produksi saliva, namun permen karet yang mengandung xylitol lebih dianjurkan karena kadar gulanya yang lebih rendah. Permen karet xylitol juga

terbukti mampu meningkatkan volume saliva secara lebih signifikan dibandingkan dengan permen karet tanpa xylitol (Puspita et al., 2025).

Implementasi

Penerapan pada studi kasus ini penulis memberikan terapi untuk mengkonsumsi permen karet pada responden yang dilakukan selama 5 hari, dan responden di instruksikan untuk mengkonsumsi permen karet xylitol sebanyak 12 butir dalam setiap harinya. Hasil penerapan studi kasus mengkonsumsi permen karet sesuai dengan instruksi yang telah diberikan yaitu menunjukkan bahwa permen karet dapat menurunkan skala intensitas rasa haus yang dirasakan oleh responden. Mengunyah permen karet dapat membantu mengurangi rasa mulut kering sekaligus meningkatkan produksi saliva. Aktivitas mengunyah memicu rangsangan mekanik dan kimia yang secara refleks merangsang saraf trigeminal (V) dan saraf fasialis (VII), sehingga meningkatkan sekresi saliva dari seluruh kelenjar saliva dan berkontribusi dalam mengurangi sensasi haus (Ozen et al., 2021).

Evaluasi

Selama penerapan studi kasus, pada saat sebelum mengkonsumsi klien mengeluh sering merasa haus dan tenggorokan terasa kering, selain itu klien merasakan sesak dan terdapat pembengkakan pada area perut dan kaki, perut kembung, serta mudah lemas saat beraktifitas. Hal tersebut sesuai dengan tanda dan gejala yang umum ditemukan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. Sesudah diberikan terapi mengunyah atau mengkonsumsi permen karet selama 5 hari, responden 1 mengatakan rasa haus yang dirasakan sedikit berkurang, semenjak mengkonsumsi permen karet mulut sudah tidak terlalu terasa kering dan rasa haus sedikit berkurang tidak seperti saat



sebelumnya. Responden II mengatakan permen karet memberikan sensasi rasa segar dan nyaman dimulut, selain itu dapat mengatasi rasa haus yang dirasakan sehingga membuat responden tidak terlalu banyak untuk minum melebihi batas cairan yang ditentukan. Responden III mengatakan dibanding saat sebelum mengkonsumsi permen karet, saat ini rasa hausnya menjadi sedikit teralihkan dengan adanya permen karet, selain memberikan rasa segar dimulut, permen karet dapat membuat mulut terasa bersih dan terasa wangi.

Evaluasi pemberian permen karet sebanyak 12 butir/hari selama 5 hari, didapatkan hasil terdapat peningkatan pada gambar. Rata-rata intensitas rasa haus mengalami penurunan yaitu mendapatkan hasil dengan Δ score 1,6. Pada hasil IDWG responden turut mengalami penurunan dengan rata-rata awal pre yaitu 6,8 dan rata-rata post 4,2. Hal ini dapat disimpulkan permen karet dapat mengurangi intensitas rasa haus yang dirasakan, serta dapat mencegah terjadinya kenaikan IDWG yang diakibatkan oleh asupan cairan yang berlebih. Temuan dari studi kasus sejalan dengan hasil penelitian (Hasibuan, 2021) dimana hasil penelitian menunjukkan permen karet dapat menyebabkan penurunan rasa haus pada pasien hemodialisa dengan hasil yang menunjukkan pvalue 0,001 dimana pvalue $< 0,005$. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Chen et al., 2024) yang menyimpulkan bahwa chewing gum atau permen karet dapat mengurangi rasa haus dengan hasil penelitiannya yang menunjukkan rasa haus menurun secara signifikan pada kelompok perlakuan dibanding kelompok kontrol. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Yenny & Aji, 2021), temuan ini sejalan dengan hasil penelitian lain yang menunjukkan bahwa penggunaan permen karet secara efektif dapat mengurangi sensasi haus serta mengendalikan Interdialytic Weight Gain (IDWG). Hal tersebut didukung oleh hasil uji paired t-test yang menunjukkan nilai p-

value $< 0,05$, menandakan efektivitas permen karet dalam mengurangi rasa haus dan IDWG pada pasien hemodialisis.

Penerapan dalam studi kasus ini tidak lepas dari keterbatasan ataupun hambatan yang dapat membuat hasil studi kasus ini menjadi kurang sempurna. Pada studi kasus ini, peneliti menemukan keterbatasan yaitu pada saat memonitor klien Ketika dirumah. Hambatan yang ditemukan yaitu kurang aktifnya responden Ketika berkomunikasi dengan peneliti ketika dimonitor disetiap harinya, sehingga kegiatan monitor yang dilakukan oleh peneliti mendapatkan hasil yang kurang maksimal.

SIMPULAN

Konsumsi chewing gum atau permen karet dapat dijadikan sebagai alternative untuk mengurangi intensitas rasa haus pada pasien hemodialisa. Hal ini dapat mengurangi resiko penambahan IDWG yang berlebih yang dikarenakan konsumsi cairan berlebih.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada para responden yang telah berpartisipasi dalam studi kasus ini, kepada Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang atas izin serta dukungannya, serta kepada Universitas Muhammadiyah Semarang yang telah menyediakan fasilitas dan pendukung selama pelaksanaan studi. Semoga hasil penelitian ini memberikan manfaat dan dapat dikembangkan untuk kemajuan ilmu pengetahuan.

REFERENSI

Adillah, M. L., Naibaho, T., & Salsabilla, C. T. (2025). Studi Kasus Terapi Foot Massage Terhadap Penurunan Tingkat Kelelahan Pada Pasien CKD Yang Menjalani Hemodialisa di Rumah Sakit Umum Pekerja Pendahuluan sebagai salah satu dari penyebab utama Chronic Kidney Disease membutuhkan. 1(1).



- Buan, noviani tandi, Munawarah, N., Simanullang, yuliana dortauli, Arsyawina, yusva maharani, Pinarsih, & Sipasulta, grace carol. (2024). case study: intervensi mengunyah permen karet terhadap penurunan rasa haus pasien CHF. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*.
- Chantrel, F., Ott, J., Dimitrov, Y., Babici, D., Fourcade, J., Hanon, O., Achard, J., Jabourek, O., Ducher, M., & Fauvel, J. (2020). Blood pressure control in patients with chronic kidney disease according to office and home blood pressures on behalf of the Club des Jeunes Hypertensiologues. 246–251.
<https://doi.org/10.1097/MBP.0000000000000463>
- Chen, Y. Q., Wang, C. L., Chiu, A. H., Yeh, M. C., & Chiang, T. I. (2024). Chewing Gum May Alleviate Degree of Thirst in Patients on Hemodialysis. *Medicina (Lithuania)*, 60(1).
<https://doi.org/10.3390/medicina60010002>
- Esti, E., Yenny, Y., & Yemina, L. (2022). Gambaran Rasa Haus Pada Pasien yang Menjalani Hemodialisis di RS PGI Cikini. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 3(1), 35–39.
<https://doi.org/10.55644/jkc.v3i1.74>
- Evinta, R., & Subandi, A. (2025). Identifikasi hubungan tingkat restless legs syndrome (RLS) dengan kualitas tidur pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodailisis. 9, 829–839.
- Evynatra, E., & Sulastri, D. (2024). Diet Rendah Protein pada Gagal Ginjal Kronik. *Majalah Kedokteran Andalas*, 46(7), 1234.
<https://doi.org/10.25077/mka.v46.i7.p1205-1216.2023>
- Fajrianti, E., Djamaludin, D., & Chrisanto, eka yudha. (2025). Terapi spiritual emotional freedom technique (SEFT) mempengaruhi kualitas tidur dan kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di rumah sakit pertamina bintang amin kota bandar lampung. 7, 877–892.
- Hasibuan, Z. (2021). Penurunan Rasa Haus Dengan Permen Karet Pada Pasien Ggk Yang Menjalani Hemodialisa. *JINTAN: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 1(1), 36–47.
<https://doi.org/10.51771/jintan.v1i1.19>
- Junika, A., SUSMIATI, S., & PUTRA, H. (2023). Pengaruh Edukasi Berdasarkan Teori Efikasi Diri Terhadap Interdialytic Weight Gain (Idwg) Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis Di Unit Hemodialisa Rsup. Dr. M.Djamil Padang. *Jurnal Ners*, 7(1), 100–105.
<https://doi.org/10.31004/jn.v7i1.11796>
- Khairiyah, U., Yuswar, M. A., & Purwanti, N. U. (2022). Pola Penggunaan Obat Antihipertensi Pada Pasien Hipertensi di Instalasi Rawat Jalan Rumah Sakit. *Jurnal Syifa Sciences and Clinical Reasearch (JSSCR)*, 4(3), 609–617.
- Kurniawan, M., & Relawati, A. (2022). Case Report: Sugar Free Chewing Gum (Xylitol) to Overcome Thirst Complaints in Patients with Chronic Kidney Failure Case Report: Permen Karet Bebas Gula (Xylitol) untuk Mengatasi Keluhan Rasa Haus Penderita Gagal Ginjal Kronis. *Universitas Muhamadiyah Yogyakarta*, 2(2), 115–121.
- Lazuardi, N. (2021). Application Of Predialytic Exercise To Reduce Fatigue In-Patient Undergoing Hemodialysis. *South East Asia Nursing Research*, 3(1), 28.
<https://doi.org/10.26714/seanr.3.1.2021.28-32>
- Lestari, D. P., & Hidayati, E. (2022). Slimber Ice Efektif Menurunkan Rasa Haus pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialilisa di Khorfakkan Hospital Uni Emirate Arab. *Ners Muda*, 3(3).
<https://doi.org/10.26714/nm.v3i3.6923>
- Made, N., Wirapradnyani, K., Ayu, G., Antari, A., Widyantari, D. M., Kadek, N., & Suarningsih, A. (2024). Studi Literatur Manajemen Rasa Haus Dengan Sugar Free Chewing Gum Pada Pasien Hemodialisis Literature Study Of Thirsty Management With Sugar Free Chewing Gum In Hemodialisis Patients. 3(2), 57–63.
- Marchellany, C., Purwanti, O. S., & Prastiwi, Y. I. (2024). Penerapan Berkumur Air Matang Untuk Menurunkan Tingkat Rasa Haus Pasien Gagal Ginjal Kronis : Studi Kasus. *Jurnal Ners*, 8(1), 675–680.
- Mohamed, M., Abdullah, W., Ameen, O., & Masry, S. (2023). Effect of Sugar Free Gum Chewing on Thirst and Interdialytic Weight Gain among Patients Undergoing Hemodialysis. *Menoufia Nursing Journal*, 8(2), 309–326.
<https://doi.org/10.21608/menj.2023.315264>
- Organization, W. H. (2021). *The World Health Organization: Global Kidney Disease Report*.
- Oshinta, P. (2022). Gambaran tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik (GGK) yang menjalani hemodialisa. *Jurnal Ilmu Kebidanan, Keperawatan Dan Kesehatan Lingkungan*, 22.
- Ozen, N., Aydin Sayilan, A., Mut, D., Sayilan, S., Avcioglu, Z., Kulakac, N., Ecder, T., & Akyolcu, N. (2021). The effect of chewing gum on dry mouth, interdialytic weight gain, and intradialytic symptoms: A prospective, randomized controlled trial. *Hemodialysis*



- International. International Symposium on Home Hemodialysis, 25(1), 94–103. <https://doi.org/10.1111/hdi.12878>
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). Standar diagnosis keperawatan indonesia : Definisi dan indikator diagnostik (Edisi 1). Jakarta : Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Puspita, E., Nurhayati, S., & Sapt, A. (2025). implementasi mengunyah permen karet terhadap rasa haus pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. *Jurnal Cendekia Muda*, 5, 235–244.
- Salsabila, A., Herman, H., Natasha, N., Shafira, A., Fauzan, R., & Wulandari, P. S. (2023). Gambaran karakteristik gagal ginjal kronik obstruktif dan non-obstruktif pada pasien dewasa-lansia di RSUD Raden Mattaher tahun 2017-2020. *Journal of Medical Studies*, 3(2), 85–94.
- Saputra, nanda adi, Inayati, A., & Utami, indhit tri. (2025). implementasi mengunyah permen karet xylitol terhadap rasa haus pasien gagal ginjal kronik. 2025, 5(September), 429–435.
- Silalahi, rini debora, & Sembiring, ripando jhon satria. (2024). Pengaruh mengunyah permen karet rendah gula terhadap peningkatan sekresi saliva pada pasien yang menjalani terapi hemodialisa di RSU sembiring deli tua tahun 2024. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau*, 4(3).
- Wayunah, Handayani, eka juwita, & Somantri, D. (2023). Derajat interdialytic weight gain (IDWG) bukan sebagai prediktor perubahan tekanan darah intradialitik. *Medical -Surgical Journal of Nursing Research*, 2.
- Weldegiorgis, M. (2020). The impact of hypertension on chronic kidney disease and end-stage renal disease is greater in men than women : a systematic review and meta-analysis. 7, 1–9.
- Wibowo, harry permana, & Siregar, wasal desrial. (2020). Hubungan interdialytic weight gains (IDWG) dengan terjadinya komplikasi durante hemodialisis pada pasien ginjal kronik. *Jurnal Keperawatan Priority*, 3(1).
- Widiastuti, A., Ulkhasanah, M. E., Eka, F., Wijayanti, R., Jesus, P. De, & Ansari, F. P. (2021). Diet Rendah Garam Pada Pasien Gagal Ginjal : Literature Review. *Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional (SIKESnas)*, 73–82.
- Yenny & Aji. (2021). Efektifitas Chewing Gum Terhadap Sensasi Rasa Haus Dan IDWG Pasien Hemodialisa. 6(9), 1–23. <https://jurnal.syntaxliterate.co.id/index.php/syntax-literate/article/view/4102>
- Za'im, P. P. F., Ridla, A. Z., Hakam, M., & Sugiharto, A. S. (2024). Implementasi terapi relaksasi murottal terhadap tekanan darah pasien dengan chronic kidney disease. *Ners Muda*, 5(1), 18. <https://doi.org/10.26714/nm.v5i1.14215>

