

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

- 5.1.1 Karakteristik responden pada penelitian ini mayoritas berjenis kelamin laki-laki, berusia 18–35 tahun, berpendidikan perguruan tinggi, masih bekerja memiliki riwayat penyakit hipertensi, telah menjalani hemodialisis lebih dari 5 tahun, dengan rata-rata kenaikan berat badan sebesar 3,06 kg, dan seluruh responden kelompok intervensi menunjukkan tingkat kepatuhan yang sangat baik dalam melaksanakan intervensi *chewing gum*.
- 5.1.2 Terdapat penurunan tingkat rasa haus pada 5 responden kelompok intervensi, sedangkan pada kelompok kontrol terdapat peningkatan tingkat rasa haus pada 1 responden.
- 5.1.3 Terdapat perbedaan yang signifikan terhadap rasa haus sebelum dan sesudah diberikan intervensi *chewing gum* pada kelompok intervensi.
- 5.1.4 Tidak Terdapat perbedaan yang signifikan terhadap rasa haus sebelum dan sesudah diberikan intervensi *chewing gum* pada kelompok kontrol.
- 5.1.5 Terdapat perbedaan yang signifikan tingkat rasa haus antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah intervensi *chewing gum*, yang membuktikan bahwa pemberian *chewing gum* secara bermakna berpengaruh dalam menurunkan intensitas rasa haus dibandingkan tanpa intervensi pada pasien yang menjalani hemodialisis di Ruang Hemodialisis Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Bidang Keperawatan

5.2.1.1 Perawat diharapkan dapat mengimplementasikan *chewing gum* bebas gula (*sugar-free chewing gum*) sebagai salah satu intervensi mandiri keperawatan nonfarmakologis untuk membantu mengurangi rasa haus pada pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.

5.2.1.2 Perawat diharapkan memberikan edukasi kepada pasien mengenai manfaat, waktu, frekuensi, dan cara mengunyah permen karet yang sesuai agar intervensi dapat dilakukan secara optimal sebagai upaya meningkatkan kepatuhan terhadap pembatasan asupan cairan.

5.2.2 Bagi Rumah Sakit

Rumah sakit diharapkan dapat mempertimbangkan penggunaan *chewing gum* bebas gula sebagai salah satu intervensi pendukung dalam manajemen rasa haus pada pasien hemodialisis. Selain itu, rumah sakit dapat menyusun Standar Operasional Prosedur (SOP) mengenai penggunaan *chewing gum* sebagai terapi nonfarmakologis, menyediakan media edukasi seperti leaflet atau poster mengenai pengendalian rasa haus, serta meningkatkan kompetensi perawat dalam memberikan edukasi terkait pembatasan cairan dan penatalaksanaan rasa haus pada pasien hemodialisis.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

5.2.3.1 Peneliti selanjutnya diharapkan melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar serta melibatkan lebih dari satu rumah sakit sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasikan pada populasi pasien hemodialisis yang lebih luas.

- 5.2.3.2 Peneliti selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan variasi rasa permen karet *free sugar* pada setiap sesi mengunyah untuk mengurangi rasa bosan dan meningkatkan kepatuhan responden terhadap protokol intervensi, mengingat pemberian dilakukan sebanyak 4 kali sehari dengan rasa yang sama berpotensi menimbulkan kejenuhan. atau memberikan permen *gum free sugar* dengan variasi rasa lain (dan apabila menggunakan rasa mint perlu diperhatikan riwayat gastritis pada responden), dengan tetap mempertimbangkan hasil uji lab *xylitol* untuk menentukan intervensi yang paling efektif dalam mengurangi rasa haus pada pasien hemodialisis).Selain itu, peneliti selanjutnya dapat membandingkan efektivitas chewing gum dengan intervensi nonfarmakologis lain, seperti berkumur, mengisap es batu.
- 5.2.3.3 Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperketat pemantauan terhadap kepatuhan responden selama pelaksanaan intervensi. Meskipun pengingat telah diberikan secara berkala melalui *WhatsApp*, pada penelitian ini masih terdapat responden yang tidak melaksanakan *standar prosedur operasional* (SOP) sesuai ketentuan. Oleh karena itu, diperlukan strategi pemantauan yang lebih intensif dengan pendekatan yang lebih khusus agar kepatuhan responden terhadap intervensi dapat lebih optimal.
- 5.2.3.4 Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara rasa haus, *Interdialytic Weight Gain (IDWG)*, dan kualitas hidup pada pasien hemodialisis. Hal ini didasarkan pada temuan penelitian ini yang menunjukkan adanya penurunan IDWG pada kelompok intervensi setelah pemberian *chewing gum*. Penelitian selanjutnya dapat mengkaji apakah pengendalian rasa haus yang lebih baik berhubungan dengan penurunan IDWG serta apakah kondisi tersebut selanjutnya berkaitan dengan peningkatan kualitas hidup pasien hemodialisis.