

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Pokok Bahasan : *Chronic Kidney Disease* (CKD) on HD
Sub Pokok Bahasan : Pembatasan Asupan Cairan pada Pasien CKD on HD
Sasaran : Klien dengan CKD on HD di Lt. 6 PU Gatot Soebroto
Hari/Tanggal : Selasa, 24 Juli 2018
Waktu : 15 menit
Penyuluh : Eka Rosani, S.Kep

A. Tujuan Umum

Setelah diberikan penyuluhan, diharapkan klien mampu menerapkan pembatasan cairan yang sesuai untuk masalah kesehatan CKD on HD yang dialami.

B. Tujuan Khusus

Setelah mengikuti penyuluhan selama 15 menit diharapkan klien mampu:

1. Menjelaskan pengertian CKD on HD
2. Menyebutkan penyebab dari CKD on HD
3. Menyebutkan pembatasan asupan cairan pada klien CKD on HD

C. Materi (Terlampir)

1. Pengertian CKD on HD
2. Penyebab CKD on HD
3. Pembatasan asupan cairan pada klien CKD on HD

D. Kegiatan Belajar Mengajar (KBM)

No	Kegiatan Penyuluhan	Metode	Media	Waktu
1	Pembukaan: a. Memberi salam b. Memperkenalkan diri c. Menyampaikan tujuan d. Kontrak waktu penyuluhan	Ceramah	-	2 menit
2	Pelaksanaan: a. Menjelaskan pengertian CKD on HD b. Menjelaskan penyebab CKD on HD c. Menjelaskan pembatasan asupan cairan pada klien CKD on HD	<ul style="list-style-type: none">• Ceramah• Diskusi• Tanya jawab	<ul style="list-style-type: none">• Lembar balik / Laptop	10 menit
3	Penutup: a. Evaluasi b. Menyimpulkan materi c. Mengucapkan salam.	Ceramah	-	3 menit

E. Evaluasi

1. Bentuk : Essay
2. Prosedur Evaluasi : Lisan
3. Waktu : 2 menit
4. Jumlah Soal : 3 soal

F. Sumber

Isroin, Laily. (2016). *Manajemen Cairan pada Pasien Hemodialisis untuk Meningkatkan Kualitas Hidup*. Ponorogo: Unmuh Ponorogo Press.

Aru W, Sudoyo. 2009. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*, jilid II, edisi V. Jakarta: Interna Publishing.

Brunner & Sudarth. (2013). *Keperawatan Mekal Bedah Edisi 12*. Jakarta: EGC

Chronic Kidney Disease (CKD) on HD

A. Pengertian CKD on HD

CKD atau gagal ginjal kronis (GGK) didefinisikan sebagai kondisi dimana ginjal mengalami penurunan fungsi secara lambat, progresif, irreversibel, dan samar (insidius) dimana kemampuan tubuh gagal dalam mempertahankan metabolisme, cairan, dan keseimbangan elektrolit, sehingga terjadi uremia atau azotemia (Smeltzer, 2009). Gagal ginjal kronik adalah kondisi dimana ginjal kehilangan kemampuannya untuk menyaring cairan dan sisa – sisa makanan. Saat kondisi ini terjadi, kadar racun dan cairan berbahaya akan terkumpul di dalam tubuh dan dapat berakibat fatal jika tidak diobati.

B. Penyebab CKD on HD

Berikut penyebab dari CKD on HD antara lain:

1. Diabetes Melitus
2. Hepertensi
3. Infeksi Ginjal

C. Tips Pembatasan Cairan pada Klien dengan CKD on HD untuk Mengurangi Rasa Haus

1. Hindari makanan dengan rasa asin dan pedas. Rasa asin dan pedas akan meningkatkan rasa haus, sedangkan rasa asin akan cenderung meningkatkan tekanan darah
2. Biasakan untuk membaca kandungan label kandungan zat gizi pada makanan yang dibeli agar bisa diketahui beberapa kandungan garam

terutama natrium dalam makanan tersebut, seperti pada saus, kecap, sosis, dan lain – lain

3. Berusaha untuk selalu berada di tempat yang sejuk, tidak berlama – lama di tempat yang udaranya panas
4. Lakukan perencanaan dan pembagian cairan yang akan dikonsumsi dalam sehari, misalnya jika dibatasi 1000 ml/hari dapat dibagi dalam 6 kali minum dengan pembagian; sarapan sekitar 150ml, snack pagi 100ml, makan siang 250ml, snack sore 100ml, makan malam 150ml. Sisanya 150ml didapat dari makanan, baik berupa sayuran, buah – buahan, sup, snack, dan lain – lain
5. Hindari minum dengan sir es atau air es yang manis, karena keduanya tidak dapat menghilangkan rasa haus kecuali dengan jumlah yang banyak
6. Saat minum obat gunakan sedikit air. Sebaiknya obat diminum setelah makan, sehingga jumlah cairan yang sudah direncanakan pada saat makan juga cukup digunakan untuk minum obat kecuali obat yang harus diminum sebelum makan
7. Gunakan gelas yang kecil saat minum, dan jangan langsung menelan minuman yang masuk ke mulut, akan tetapi telan secara perlahan
8. Tanyakan pada dokter yang merawat, apakah obat – obatan yang diberikan akan menimbulkan efek samping berupa rasa kering pada mulut
9. Untuk mengurangi rasa kering di mulut, sikatlah gigi, kumur – kumur (menggunakan botol yang berisi air dingin yang sudah di campur dengan daun mint dan diberikan secara spray, dimana banyaknya cairan yang

digunakan tetap diperhitungkan dalam jumlah cairan yang dikonsumsi).

Menghisap permen dengan rasa lemon (lemon dapat merangsang pengeluaran air liur sehingga membantu mengatasi kekeringan mulut)

10. Makanlah buah apel hijau atau papaya, karena papaya dan apel hijau dapat memberikan rasa segar. Jika ingin mengonsumsi buah – buahan yang lain, harus dikupas dan direndam air panas selama 10 menit. Untuk sayuran lebih baik dimakan dalam keadaan matang atau sudah melalui perendaman air panas selama 10 menit
11. Sering bertukar pengalaman dengan pasien lain bagaimana cara mengatasi rasa haus, saling mendukung dan membantu meningkatkan kedisiplinan saat rasa haus timbul.

Soal

1. Apa yang dimaksud dengan CKD on HD?
2. Sebutkan penyebab dari CKD on HD!
3. Sebutkan cara pembatasan cairan pada klien dengan CKD on HD untuk mengurangi rasa haus?

Jawaban:

1. Pengertian CKD on HD

Gagal ginjal kronik adalah kondisi dimana ginjal kehilangan kemampuannya untuk menyaring cairan dan sisa – sisa makanan. Saat kondisi ini terjadi, kadar racun dan cairan berbahaya akan terkumpul di dalam tubuh dan dapat berakibat fatal jika tidak diobati.

2. Penyebab CKD on HD

Diabetes mellitus, hipertensi, infeksi ginjal, dll

3. Cara pembatasan cairan pada klien dengan CKD on HD untuk mengurangi rasa haus

- a. Hindari makanan dengan rasa asin dan pedas
- b. Berusaha untuk selalu berada di tempat yang sejuk, tidak berlama – lama di tempat yang udaranya panas
- c. Lakukan perencanaan dan pembagian cairan yang akan dikonsumsi dalam sehari
- d. Hindari minum dengan air es atau air es yang manis
- e. Saat minum obat gunakan sedikit air
- f. Gunakan gelas yang kecil saat minum, dan jangan langsung menelan minuman yang masuk ke mulut, akan tetapi telan secara perlahan

4. Tanyakan pada dokter yang merawat, apakah obat – obatan yang diberikan akan menimbulkan efek samping berupa rasa kering pada mulut
5. Untuk mengurangi rasa kering di mulut, sikatlah gigi dan kumur – kumur
6. Makanlah buah apel hijau atau pepaya
7. Sering bertukar pengalaman dengan pasien lain bagaimana cara mengatasi rasa haus