

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil pengumpulan data terhadap 36 responden pada penelitian tentang pengaruh *alternate nostril breathing exercise* terhadap status hemodinamik pada pasien *congestive heart failure*, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden didapatkan bahwa lebih dari sebagian responden berjenis kelamin laki-laki, usia responden dalam penelitian bervariasi di tiap kelompok dengan rentang 46-65 tahun, pendidikan SLTA, seluruh responden mengalami CHF *grade III*, dan lebih dari sebagian responden memiliki IMT dalam kategori normal. Dilihat dari faktor resiko CHF, sebagian responden merokok, mengalami hipertensi, dan lebih dari sebagian tidak mengalami DM ataupun hiperkolesterol.
2. Terdapat perubahan rata-rata status hemodinamik pada pasien *congestive heart failure* sebelum dan setelah diberikan *alternate nostril breathing exercise* di kedua kelompok tetapi perubahan status hemodinamik yang signifikan terjadi di kelompok intervensi.
3. Adanya pengaruh *alternate nostril breathing exercise* terhadap status hemodinamik (tekanan darah sistolik, tekanan darah diastolik, mean arterial pressure, denyut nadi, frekuensi napas dan saturasi oksigen) pada pasien *congestive heart failure* dengan $p < 0,05$.
4. Terjadi penurunan tekanan darah sistolik, tekanan darah diastolik, *mean arterial pressure (MAP)*, denyut nadi dan peningkatan saturasi oksigen

sejak hari ke-1 sampai hari ke-7 dengan penurunan terjadi lebih besar pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini bisa memberikan tambahan informasi ilmu keperawatan mengenai adanya intervensi ANBE terhadap status hemodinamik (tekanan darah sistolik, tekanan darah diastolik, mean arterial pressure, denyut nadi, frekuensi napas dan saturasi oksigen).

2. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Bagi pelayanan kesehatan diharapkan dapat menetapkan secara tertulis dan mensosialisasikan untuk memberikan intervensi ANBE kepada pasien CHF dalam bentuk SOP ataupun *discharge planning*. Selain itu diharapkan adanya monitoring berkelanjutan yang dilakukan oleh pelayanan kesehatan dalam mengontrol intervensi ANBE.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan adanya penelitian lanjutan mengenai pengembangan intervensi ANBE terhadap status hemodinamik. Peneliti selanjutnya dapat melakukan pengukuran dengan waktu yang lebih lama dan responden yang lebih banyak.

4. Bagi Responden atau Keluarga

Diharapkan agar responden atau keluarga dapat melakukan intervensi ANBE secara mandiri dan rutin baik ketika sedang dirawat di rumah sakit maupun ketika di rumah.