

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan mengenai pengaruh edukasi gaya hidup multikomponen terhadap manajemen diri pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) Stabil maka peneliti menyimpulkan bahwa :

1. Edukasi gaya hidup multikomponen pada kelompok intervensi menunjukkan peningkatan skor sebesar 17,0%. Sedangkan pada kelompok kontrol hanya mengalami peningkatan sebesar 0,49%.
2. Pada kelompok intervensi diketahui bahwa terdapat pengaruh edukasi gaya hidup multikomponen terhadap manajemen diri. Sedangkan pada kelompok kontrol diketahui bahwa tidak terdapat pengaruh edukasi gaya hidup multikomponen terhadap manajemen diri pasien PPOK stabil.
3. Edukasi gaya hidup multikomponen menunjukkan perbaikan skor manajemen diri yang lebih baik daripada kelompok kontrol.

## **B. SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka peneliti menganjurkan saran-saran sebagai berikut :

### **1. Bagi Pasien PPOK Stabil**

Dengan adanya penelitian ini pasien PPOK stabil dapat berkomitmen melaksanakan seluruh aktivitas manajemen diri yang telah peneliti kembangkan melalui catatan harian dan modul pembelajaran dalam mencegah terjadinya eksaserbasi.

### **2. Bagi Pelayanan Kesehatan**

Bagi institusi kesehatan khususnya RSUD Rasidin Padang diharapkan :

- a. Diharapkan dalam pelaksanaan edukasi gaya hidup multikomponen petugas perlu mengevaluasi pemahaman pasien sebelum melanjutkan materi edukasi. Kemudian perawat harus membangun komitmen bersama pasien dalam menjalankan aktivitas yang telah di susun berdasarkan lembar checklist yang disusun dalam bentuk digital.
- b. Diharapkan dalam pemberian edukasi dapat melibatkan dokter paru dalam menjelaskan bagaimana manajemen gejala khususnya pengobatan dan penggunaan bronkodilator pada pasien dengan mempertimbangkan karakteristik pasien dan melibatkan psikiater dalam pengamatan yang cermat terhadap perubahan keadaan psikologis dan penanganan emosi negatif secara tepat yang dapat mendorong pemeliharaan kondisi PPOK serta melibatkan keluarga

dalam meningkatkan manajemen diri pasien PPOK khususnya pada pasien lansia dalam melakukan aktifitas manajemen diri yang telah di muat dalam lembar checklist pasien.

- c. Penelitian ini menghasilkan modul dan *lembar checklist* yang bertujuan untuk pemantauan manajemen diri pasien dalam perawatan PPOK, diharapkan modul dan *lembar checklist* ini dapat di muat dalam bentuk digital sehingga memudahkan pasien dalam belajar dan mencatat aktivitas yang telah dilakukannya.
- d. Penelitian ini mengindikasikan perawat agar memberikan informasi dan edukasi yang lebih baik secara kontinyu untuk mengubah perilaku kesehatan sehingga pasien lebih terbiasa dengan melakukan manajemen diri dengan baik.
- e. Diharapkan juga dapat menetapkan SPO secara tertulis terkait langkah-langkah edukasi gaya hidup multikomponen dan mensosialisasikan di ruang untuk memberikan edukasi gaya hidup multikomponen terhadap manajemen diri Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) stabil Di Poliklinik Paru RSUD Rasidin Padang.

### **3. Bagi Institusi Pendidikan**

Dengan adanya penelitian ini dapat memberikan tambahan informasi ilmu bagi keperawatan mengenai adanya pengaruh edukasi gaya hidup multikomponen terhadap Manajemen Diri Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) Stabil Di Poliklinik Paru RSUD Rasidin Padang.

#### **4. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan adanya penelitian lanjutan mengenai pengembangan edukasi gaya hidup multikomponen atau model edukasi gaya hidup multikomponen terbaru terhadap peningkatan Manajemen Diri Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) Stabil dengan menambahkan konten edukasi aktivitas yang secara detil dalam perawatan pasien PPOK stabil.

