

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh *intradialytic ROM exercise* terhadap adekuasi dialisis dan *fatigue* pada pasien yang menjalani hemodialisis di RSUP Dr. M. Djamil Padang, peneliti menyimpulkan sebagai berikut:

1. Rerata umur responden adalah 52,3 tahun, rerata lama menjalani hemodialisis adalah 21 bulan, rerata kadar hemoglobin adalah 10,03 gr/ dl, rerata laju aliran darah adalah 217 ml/ menit, rerata angka kecukupan energi adalah 115% dan rerata angka kecukupan protein adalah 103%.
2. Rerata adekuasi dialisis (Kt/V dan URR) mengalami peningkatan yang signifikan pada akhir minggu ke-4 maupun akhir minggu ke-8 pada kelompok intervensi yang melakukan *intradialytic ROM exercise*, sedangkan pada kelompok kontrol rerata adekuasi dialisis (Kt/V dan URR) tidak mengalami perubahan yang signifikan pada akhir minggu ke-4 maupun akhir minggu ke-8
3. Rerata *fatigue* mengalami penurunan yang signifikan pada akhir minggu ke-4 maupun akhir minggu ke-8 pada kelompok intervensi yang melakukan *intradialytic ROM exercise*, sedangkan pada kelompok kontrol rerata *fatigue* mengalami peningkatan yang signifikan pada akhir minggu ke-4 maupun akhir minggu ke-8.

4. Perbedaan rerata adekuasi dialisis ( $Kt/V$  dan URR) antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol didapatkan perbedaan rerata yang signifikan pada akhir minggu ke-4.
5. Perbedaan rerata *fatigue* antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol didapatkan perbedaan rerata yang signifikan pada akhir minggu ke-8.

## B. Saran

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

### 1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

- a. Institusi pelayanan kesehatan khususnya ruang hemodialisis perlu melakukan *screening* atau evaluasi rutin minimal 3 bulan atau maksimal 6 bulan sekali terhadap penilaian adekuasi dialisis dan *fatigue* pada pasien yang menjalani hemodialisis, sehingga dosis dialisis berupa lama dialisis dan laju aliran darah yang diberikan dapat dievaluasi kembali bagi peningkatan kualitas hidup pasien.
- b. Institusi pelayanan kesehatan khususnya ruang hemodialisis perlu memfasilitasi program layanan konsultasi, edukasi dan melaksanakan program *intradialytic exercise* karena *intradialytic ROM exercise* terbukti bermanfaat bagi peningkatan adekuasi dialisis dan menurunkan *fatigue* pada pasien yang menjalani hemodialisis.
- c. Institusi pelayanan kesehatan khususnya ruang hemodialisis perlu memfasilitasi diterbitkannya prosedur tetap (protap) tentang *exercise* selama hemodialisis dan menjadikan *exercise* selama hemodialisis

sebagai salah satu bagian dari program terapi dan rehabilitasi yang terintegrasi dalam asuhan keperawatan bagi pasien.

## 2. Bagi Institusi Pendidikan Kesehatan

- a. Institusi pendidikan dan pihak pelayanan perlu mengadakan diskusi secara terjadwal untuk kegiatan telaah jurnal dan seminar dalam rangka meningkatkan pengetahuan dan mengembangkan intervensi keperawatan berupa *intradialytic exercise* karena *intradialytic exercise* telah terbukti memiliki banyak manfaat dan masih merupakan hal yang baru di Indonesia.
- b. Organisasi profesi perawat ginjal, nephrologist dan perkumpulan perawat medikal bedah perlu untuk memfasilitasi pengembangan ilmu dengan mengadakan seminar atau *workshop* tentang manfaat *exercise* bagi pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.

## 3. Bagi Penelitian

- a. *Intradialytic exercise* bermanfaat terhadap peningkatan adekuasi dialisis, namun masih perlu dilakukan penelitian lanjutan mengenai perbandingan *exercise* dengan peningkatan laju aliran darah dan perbandingan protokol *exercise* yang lebih efektif dan efisien dengan mempertimbangkan intensitas dan lama *exercise*.
- b. *Intradialytic exercise* bermanfaat terhadap penurunan skor *fatigue*, sehingga perlu dilakukan penelitian lanjutan tentang *exercise* terhadap aspek fisik lainnya yang membutuhkan jumlah sampel lebih besar dengan kriteria inklusi yang lebih ketat, misalnya dengan memperhatikan level aktivitas.

- c. *Intradialytic exercise* dapat meningkatkan aliran darah ke otot, memperbesar luas permukaan kapiler sehingga meningkatkan fluks ureum ke dialiser, karena itu perlu dilakukan penelitian lanjutan terhadap efek *intadialytic exercise* terhadap tekanan darah dan nilai biokimia.

