BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

1. Pasien penyakit ginjal kronis lebih banyak berstatus gizi normal dari pada *overweight*/obesitas, dan *underweight*. Lebih dari 50% pasien diketahui tidak mematuhi pembatasan cairan yang dianjurkan dan memiliki lebih dari satu komorbiditas. Sosiodemografi menunjukkan dominasi pasien laki-laki dan memiliki tingkat pendidikan rendah.
2. Status gizi berhubungan dengan ketahanan hidup pasien hemodialisis PGK di RSUP Dr. M. Djamil Padang. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa pasien dengan status gizi *overweight*/obesitas memiliki risiko kematian 4,5 kali lebih besar, sedangkan pasien dengan status gizi *underweight* memiliki risiko 5,08 kali lebih tinggi dibandingkan pasien dengan status gizi normal.
3. Terdapat hubungan antara kepatuhan pembatasan cairan dengan ketahanan hidup pasien hemodialisis penyakit ginjal kronis di RSUP Dr. M. Djamil Padang. Pasien yang tidak mematuhi pembatasan cairan memiliki risiko kematian 2,61 kali lebih tinggi.
4. Terdapat hubungan antara komorbiditas dengan ketahanan hidup pasien hemodialisis PGK di RSUP Dr. M. Djamil Padang. Pasien dengan satu komorbiditas memiliki risiko kematian 2,84 kali lebih tinggi, sementara pasien dengan lebih dari satu komorbiditas memiliki risiko 3,78 kali lebih besar dibandingkan pasien tanpa komorbiditas.

5. Tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan ketahanan hidup pasien hemodialisis PGK di RSUP Dr. M. Djamil Padang.
6. Tidak terdapat hubungan antara usia dengan ketahanan hidup pasien hemodialisis PGK di RSUP Dr. M. Djamil Padang.
7. Tidak terdapat hubungan antara tingkat pendidikan dengan ketahanan hidup pasien hemodialisis PGK di RSUP Dr. M. Djamil Padang.
8. Tidak terdapat hubungan antara pekerjaan dengan ketahanan hidup pasien hemodialisis PGK di RSUP Dr. M. Djamil Padang Tahun 2019-2023
9. Pasien dengan status gizi *overweight/obese* memiliki risiko kematian 2,78 kali lebih besar, sedangkan pasien dengan status gizi *underweight* memiliki risiko kematian 3,75 kali lebih tinggi dibandingkan pasien dengan status gizi normal setelah dikontrol oleh variabel kepatuhan pembatasan cairan, komorbiditas, dan usia.

6.2 Saran

1. Bagi Instansi RSUP Dr. M. Djamil Padang

   RSUP Dr. M. Djamil Padang diharapkan dapat menyediakan layanan edukasi, konseling nutrisi, dukungan psikologis, dan pemantauan intensif bagi pasien hemodialisis sebagai bagian dari pelayanan kesehatan rutin. Edukasi multidisiplin ini penting untuk meningkatkan perbaikan status gizi yang berkontribusi pada ketahanan hidup. Layanan ini sebaiknya diadakan di RSUP Dr. M. Djamil, terutama di bagian promosi kesehatan dan unit hemodialisis, dengan peran utama bagian promosi kesehatan, direktur, dokter, dan tim tenaga medis.

Bagian Promosi Kesehatan dapat melakukan edukasi bagi pasien dan keluarga dengan media edukatif seperti poster, brosur, dan seminar yang menjelaskan pentingnya manajemen cairan dan gizi. Direktur rumah sakit diharapkan menyediakan layanan konseling nutrisi dan dukungan psikologis yang melibatkan tim multidisiplin, termasuk dokter, ahli gizi, dan psikolog untuk perawatan yang lebih holistik. Dokter dan tenaga medis bertugas mendorong kepatuhan pasien terhadap pembatasan cairan dengan memberikan informasi yang jelas mengenai manfaat dan risiko, disertai pemantauan ketat melalui teknologi seperti aplikasi pengingat untuk membantu pasien dalam menjaga keteraturan perawatan.

Selain itu, edukasi tentang Indeks Massa Tubuh (IMT) juga perlu diberikan kepada pasien hemodialisis untuk meningkatkan kesadaran mereka terhadap status gizi yang optimal, dengan cara menghitung IMT secara mandiri dan memahami kategorinya. Melalui pengelolaan yang cermat terhadap masalah overweight dan underweight pada pasien hemodialisis, dengan dukungan program nutrisi yang terstruktur, pemantauan kesehatan tubuh secara berkala, serta aktivitas fisik yang disesuaikan, dapat membantu mengatasi tantangan ini dan meningkatkan survival pasien. Pendekatan holistik yang melibatkan edukasi, dukungan psikososial, dan pengelolaan penyakit penyerta juga sangat penting untuk mencapai hasil yang optimal.

2. Bagi Pasien

Pasien hemodialisis PGK dengan status gizi *underweight* atau *overweight* dapat mendukung pengobatan melalui langkah sederhana yang sesuai

dengan kondisi mereka. Pasien *underweight* disarankan meningkatkan asupan kalori dan protein dengan makanan bergizi, seperti ikan, telur, dan kacang-kacangan, serta menggunakan suplemen jika diperlukan berdasarkan saran dokter. Pola makan dengan porsi kecil namun sering dan pemantauan rutin berat badan juga dapat membantu. Sementara itu, pasien *overweight* dapat mengatur pola makan rendah kalori yang tetap mencukupi kebutuhan protein, menambah aktivitas fisik ringan seperti berjalan kaki, dan menerapkan kontrol porsi makanan. Pasien juga perlu melakukan konsultasi rutin dengan dokter atau ahli gizi penting untuk memastikan pengobatan sesuai dengan kondisi kesehatan masing-masing pasien, dengan dukungan keluarga yang berperan penting dalam keberhasilan perawatan.

3. Bagi Keluarga

   Keluarga diharapkan dapat terlibat aktif dalam edukasi dan dukungan kepada pasien hemodialisis PGK di setiap tahap perawatan. Dukungan keluarga secara signifikan meningkatkan kepatuhan pasien dalam manajemen gizi, yang berdampak langsung pada ketahanan hidup pasien. Dalam kegiatan sehari-hari di rumah maupun saat mendampingi pasien ke rumah sakit, keluarga terdekat, seperti pasangan, anak, atau saudara, dapat memberikan dukungan moral, membantu memantau asupan gizi, serta memfasilitasi kepatuhan terhadap diet dan instruksi medis.

4. Bagi Masyarakat

   Masyarakat diharapkan dapat meningkatkan pemahaman mengenai pola hidup sehat, yang tidak hanya mendukung upaya pencegahan tetapi juga

berkontribusi pada dukungan bagi pasien hemodialisis PGK. Kesadaran yang lebih luas akan pentingnya manajemen penyakit gizi dapat dicapai melalui edukasi masyarakat secara berkesinambungan. Kampanye kesehatan dan program edukasi di sekolah, di lingkungan masyarakat, serta di pusat layanan kesehatan berfungsi sebagai langkah awal yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan keterlibatan masyarakat dalam menjaga kesehatan dan status gizi.

5. Bagi Perkembangan Ilmu Pengetahuan

   Penelitian lanjutan mengenai pengaruh status gizi terhadap ketahanan hidup pasien hemodialisis PGK sangat penting dalam perkembangan ilmu pengetahuan. Data yang lebih komprehensif dari studi ini akan menjadi dasar dalam pengembangan kebijakan kesehatan yang lebih baik dan lebih efektif. Penelitian harus dilakukan secara berkesinambungan dengan dukungan pendanaan, sehingga dapat berlangsung di lembaga penelitian, rumah sakit, atau universitas yang memiliki fasilitas memadai. Peneliti di bidang kesehatan, tenaga medis, dan institusi pendanaan, seperti BPJS, perlu terlibat untuk memastikan keberhasilan penelitian ini. Dengan kolaborasi antara peneliti, dokter, ahli gizi, dan dukungan finansial, penelitian lanjutan akan lebih mampu menggali pengaruh variabel status gizi terhadap ketahanan hidup pasien, memberikan wawasan penting bagi perbaikan standar perawatan dan ketahanan hidup pasien PGK di masa mendatang.

   Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi lebih dalam aspek psikologis pasien hemodialisis, khususnya bagaimana kondisi

mental seperti kecemasan, depresi, atau stres kronis memengaruhi kepatuhan pasien terhadap pembatasan diet, manajemen cairan, dan rutinitas perawatan. Studi longitudinal dapat dilakukan untuk melihat hubungan antara kesejahteraan psikologis pasien dengan outcome klinis, termasuk tingkat komplikasi dan *survival rate*. Dukungan psikologis yang melibatkan keluarga juga perlu dianalisis guna memahami peran keluarga dalam memotivasi pasien untuk tetap patuh pada pengobatan. Pendekatan ini dapat memberikan data lebih komprehensif untuk pengembangan strategi manajemen holistik bagi pasien hemodialisis.

.

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA