

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Setelah dilakukan asuhan keperawatan pada pasien mengenai intervensi teknik terapi relaksasi *slow deep breathing* untuk mengurangi *Fatigue* pada Ny.M yang menjalani hemodialisa, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil pengkajian yang didapatkan dari Ny.M pada hari rawatan pertama ke-3 dengan diagnosa medis CKD Stage V + Hipertensi *Emergency*, tingkat kesadaran *composmentis*, pasien mengeluh sesak, lelah, tidak bertenaga, tidak dapat beraktivitas, dan produksi urin sedikit akibat penyakit ginjal kronik yang dideritanya. Tekanan Darah 152/61mmHg, Nadi 56x/menit, Suhu 36,7°C pernapasan 25x/menit, nilai Hb 5,7 g/dl, ureum 116 mg/dl, kreatinin 5,9 mg/dl
2. Diagnosa yang diangkat adalah pola napas tidak efektif berhubungan dengan hiperventilasi, gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur ditandai dengan sering terjaga pada malam hari dan pola tidur berubah, dan kelelahan berhubungan dengan penyakit kronis dan program perawatan jangka panjang (hemodialisa).
3. Intervensi keperawatan yang direncanakan adalah pemantauan respirasi, dukungan tidur, dan terapi relaksasi.

4. Implementasi yang dilakukan dengan memberikan terapi relaksasi *slow deep breathing* 4 kali dalam sehari selama 3 hari berturut-turut dengan durasi  $\pm$  10 menit
5. Hasil evaluasi didapatkan pada masalah keperawatan pola napas tidak efektif tidak dapat teratasi, gangguan pola tidur dapat teratasi sebagian dan masalah kelelahan teratasi sebagian yang ditunjukkan oleh pengurangan skor *Fatigue* dari berat menjadi *Fatigue* ringan.
6. Hasil penerapan menunjukkan adanya efektifitas terapi relaksasi *slow deep breathing* untuk menurunkan tingkat *Fatigue* pada pasien, yang dibuktikan dengan penurunan tingkat *Fatigue* pasien ke kategori ringan, pasien juga mengatakan lebih nyaman dan sudah mulai sedikit mampu untuk melakukan aktivitas setelah diberikan terapi relaksasi.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Profesi Keperawatan**

Diharapkan penulisan ini dapat menjadi referensi bagi perawat dalam memberikan asuhan keperawatan khususnya menerapkan terapi relaksasi *slow deep breathing* untuk menurunkan *Fatigue* pada pasien penyakit ginjal kronik dengan hemodialisa.

### **2. Bagi Institusi Pendidikan**

Diharapkan penulisan ini dapat menjadi referensi bagi pengembangan ilmu keperawatan medikal bedah dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisa dengan

memberikan terapi relaksasi *slow deep breathing* untuk mengurangi tingkat *Fatigue* pada pasien.

### **3. Bagi Ruangan**

Diharapkan penulisan ini dapat menjadi tindakan yang diaplikasikan untuk mengurangi *Fatigue* pada pasien penyakit ginjal kronik akibat hemodialisa.

### **4. Bagi Manajemen Pelayanan**

Diharapkan penulisan ini dapat menjadi pertimbangan rumah sakit untuk memaksimalkan perawatan untuk mengurangi tingkat *Fatigue* pada pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.