

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian efektifitas *exercise intradialytic* terhadap adekuasi dialisis pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisis di rumah sakit PKU Muhammadiyah Kota dan PKU Muhammadiyah Gamping Yogyakarta dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. *Exercise intradialytic* selama satu bulan efektif dalam meningkatkan nilai adekuasi dialisis yang ditinjau dari nilai  $Kt/V$ ,  $URR$ , menurunkan tekanan darah dan efektif meningkatkan kualitas hidup pada kelompok intervensi.
2. Tidak terdapat perubahan yang signifikan dalam nilai adekuasi dialisis yang ditinjau dari nilai  $Kt/V$ ,  $URR$ , serta tekanan darah dan tidak ada perubahan kualitas hidup pada kelompok kontrol.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan intervensi pada nilai tekanan darah sistolik dan kualitas hidup. Tetapi tidak pada nilai adekuasi dialisis pada nilai  $Kt/V$  dan  $URR$  serta tekanan darah diastolik.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti menyarankan hal-hal sebagai berikut:

### 1. Pasien gagal ginjal

*Exercise intradialytic* dapat dilakukan pasien untuk membantu meningkatkan adekuasi dialisis, memperbaiki tekanan darah dan meningkatkan kualitas hidup. Hal itu juga harus diimbangi dengan mengoptimalkan terapi hemodialisis dirumah sakit seperti menambah lama durasi terapi sesuai rekomendasi.

### 2. Pelayanan kesehatan

*Exercise intradialytic* merupakan intervensi yang aman, mudah dan bermanfaat pada pasien yang menjalani terapi hemodialisis. Sehingga peneliti berharap manajemen keperawatan di unit hemodialisis memfasilitasi untuk memberikan informasi edukasi seperti leaflet atau video agar *exercise* dapat dijadikan salah satu intervensi pada pasien gagal ginjal.

Selain itu memberikan peneliti berharap manajemen untuk dapat lebih mengoptimalkan terapi hemodialisis seperti lebih ketat dalam manajemen menentukan lama durasi hemodialisis dan memberikan edukasi terkait efek berat badan pada pasien gagal ginjal.

### 3. Institusi pendidikan

Hasil ini dapat menjadikan *evidence based nursing* dalam pembelajaran mahasiswa untuk menangani pasien gagal ginjal dengan terapi hemodialiasis.

### 4. Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, penulis menyarankan adanya *follow up* setelah penelitian ini selesai untuk melihat jangka panjang efek *exercise intradialytic* terhadap pasien gagal ginjal yang menjalani terapi hemodialisis.