

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Kesimpulan dari hasil penelitian studi kasus yang bertujuan untuk mendeskripsikan peningkatan kualitas tidur pada pasien gagal ginjal kronis dengan hemodialisa sebelum dan sesudah dilakukan penerapan *foot massage*, yaitu :

1. Karakteristik dari 2 responden yaitu 1 responden berusia dewasa awal dan 1 responden berusia dewasa pertengahan. Dan dari hasil analisis didapatkan 2 responden dengan lama sakit <12 bulan.
2. Hasil analisis dari 2 responden sebelum dilakukan tindakan *foot massage* didapatkan keseluruhan 2 responden dengan kualitas tidur buruk.
3. Hasil analisis dari 2 responden setelah dilakukan tindakan *foot massage* didapatkan keseluruhan 2 responden masih dengan kualitas tidur buruk.

#### B. Saran

1. Bagi institusi pendidikan  
Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, disimpulkan bahwa pasien yang menderita gagal ginjal kronis dengan hemodialisa dan mengalami kesulitan tidur dapat mencoba melakukan *foot massage* secara mandiri dengan bantuan anggota keluarga.
2. Bagi Institusi pelayanan kesehatan/tempat penelitian

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, disarankan agar tenaga kesehatan, terutama perawat, meningkatkan pelayanan kesehatan kepada pasien, terutama mereka yang menderita gagal ginjal kronis dengan hemodialisa. Salah satu langkah yang dapat diambil adalah memberikan informasi yang komprehensif mengenai penyakit tersebut kepada pasien, serta menjelaskan tindakan intervensi keperawatan seperti *foot massage* pada pasien gagal ginjal kronis.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Berdasarkan studi kasus yang dilakukan, disarankan bahwa *foot massage* bisa menjadi salah satu teknik non-farmakologis yang efektif untuk mengatasi kesulitan tidur, dan dapat direkomendasikan kepada pasien-pasien yang mengalami gangguan tidur lainnya.