

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Dari hasil analisa didapatkan dari karakteristik seluruh responden (100%) berusia dewasa. Jenis kelamin responden didapatkan sebanyak 2 responden (66.67%) berjenis kelamin perempuan, dan sebanyak 1 orang responden (33.33%) berjenis kelamin laki-laki.
2. Berdasarkan hasil analisa didapatkan nilai sebelum melaksanakan tindakan *Slow Deep Breathing* ini 3 responden (100%) mengalami *fatigue* sedang dengan hasil skor 4 – 6.
3. Berdasarkan hasil analisa didapatkan nilai setelah melakukan teknik *Slow Deep Breathing* ini 2 responden dengan persentase (66,67%) mengalami penurunan menjadi kategori *fatigue* ringan dengan skor 1 – 3, lalu 1 responden dengan persentase (33,33%) masih berada di kategori *fatigue* sedang dengan hasil skor 4 – 6.

B. Saran

1. Bagi Peneliti

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti dengan jumlah responden yang lebih banyak kemudian waktu yang lebih panjang namun tempat penelitian yang berbeda. Agar dapat menjadikan Karya tulis ilmiah ini sebagai bahan informasi tambahan sehingga hasil Karya tulis ilmiah akan menjadi perbandingan supaya lebih maksimal

2. Bagi Responden

Diharapkan bagi responden dapat menerapkan teknik *Slow Deep Breathing* dirumah dengan waktu yang teratur agar mendapatkan lebih banyak manfaatnya

3. Bagi Institusi Pendidikan

Studi kasus ini dapat dijadikan sebagai referensi tambahan mengenai cara non farmakologis dalam mempengaruhi tingkat *fatigue* pasien gagal ginjal kronik yang menjalani Hemodialisa