

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Hasil dari penelitian yang bertujuan untuk mengetahui penerapan *intradialytic exercise* pada tingkat *fatigue* pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa di RS PMI Bogor dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat *fatigue* sebelum dilakukan penerapan *intradialytic exercise* pada responden pertama Ny. Y dengan skala 22 (*fatigue* sedang), responden kedua Ny. R dengan skala 23 (*fatigue* sedang) dan responden ketiga Tn. S dengan skala 28 (*fatigue* sedang). Setelah dilakukan penerapan *intradialytic exercise* terjadi penurunan skala tingkat *fatigue*, pada responden pertama Ny. Y menjadi skala 21 (*fatigue* ringan), responden kedua Ny. R menjadi skala 20 (*fatigue* ringan) dan pada responden ketiga Tn. S hasil skala tingkat *fatigue* menurun, tetapi masih dalam kategori tingkat *fatigue* yang sama menjadi 24 (*fatigue* sedang).
2. Penerapan *Intradialytic Exercise* yang dilakukan selama 2 kali pertemuan dalam satu minggu dengan waktu 20 menit setiap pertemuan didapatkan cukup efektif untuk menurunkan tingkat *fatigue* pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa.

#### **B. Saran**

1. Bagi Pembaca dan Pasien

Penerapan *Intradialytic Exercise* untuk mengurangi tingkat *fatigue* pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa dapat dijadikan salah satu rekomendasi untuk

mengurangi *fatigue* pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa dan dapat dilakukan secara mandiri ataupun dengan bantuan.

## 2. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus deskriptif dengan sampel 3 responden, sehingga untuk peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode analisis atau metode lainnya dengan responden yang lebih banyak dan dapat melakukan waktu studi kasus yang lebih panjang.

## 3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Penerapan *Intradialytic Exercise* dapat dijadikan tindakan untuk pihak rumah sakit khususnya pada ruang hemodialisa dalam mengurangi tingkat *fatigue* pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa.