

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

BAB ini memuat kesimpulan dan saran hasil dari penelitian tentang “Hubungan Lama Menjalani Terapi Hemodialisis dengan Tingkat Kelelahan (*Fatigue*) Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis”. Kesimpulan penelitian ini disusun berdasarkan tujuan umum dan tujuan khusus penelitian. Selain itu, pada bab ini juga disajikan saran yang diharapkan dapat menjadi bahan masukan dan rekomendasi bagi pelayanan kesehatan, pasien, maupun peneliti selanjutnya dalam upaya meningkatkan kualitas pelayanan dan mengurangi tingkat kelelahan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisis.

5.1 Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden menjalani terapi hemodialisis > 2 tahun sebanyak 58 orang (84,1%), dan sebagian besar mengalami kelelahan berat sebanyak 37 (53,6%). Terdapat hubungan yang signifikan antara lama menjalani terapi hemodialisis dengan tingkat kelelahan (*fatigue*) pada pasien gagal ginjal kronik di ruang hemodialisa ($p = 0,009$). Hubungan tersebut memiliki kekuatan yang lemah ($r = 0,314$) dengan arah hubungan positif, yang menunjukkan bahwa semakin lama pasien menjalani terapi hemodialisis, maka tingkat kelelahan (*fatigue*) cenderung semakin meningkat.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan tenaga kesehatan khususnya perawat di ruang hemodialisis dapat meningkatkan pemantauan terhadap tingkat kelelahan (fatigue) pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisis dalam jangka panjang. Selain itu, perlu dilakukan edukasi kesehatan secara rutin mengenai pentingnya kepatuhan menjalani terapi hemodialisis, pengaturan pola istirahat, nutrisi, aktivitas fisik, serta dukungan psikologis untuk membantu mengurangi tingkat kelelahan pada pasien

5.2.2 Bagi pasien

1. Pasien diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan motivasi dalam menjalani terapi hemodialisis secara rutin sesuai jadwal yang telah ditentukan agar kondisi tubuh tetap stabil dan komplikasi dapat diminimalkan.
2. Pasien dianjurkan untuk menjaga pola hidup sehat seperti mengatur pola makan, memenuhi kebutuhan istirahat, mengontrol asupan cairan, serta melakukan aktivitas ringan sesuai kemampuan guna membantu mengurangi kelelahan (fatigue) selama menjalani terapi hemodialisis.

3. Pasien diharapkan mampu mengenali tanda dan gejala kelelahan sejak dini sehingga dapat segera melakukan pemeriksaan atau berkonsultasi dengan tenaga kesehatan apabila kondisi *fatigue* semakin berat.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan desain penelitian yang lebih kuat, seperti *cohort* atau *longitudinal*, sehingga perubahan tingkat *fatigue* pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisis dapat diamati dari waktu ke waktu. Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk meningkatkan jumlah sampel dan melibatkan lokasi penelitian yang lebih luas agar hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih beragam dan meningkatkan generalisasi temuan. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat mengendalikan variabel perancu atau faktor pemicu *fatigue*, khususnya komorbiditas seperti diabetes melitus dan hipertensi, sehingga hubungan antara lama menjalani hemodialisis dengan tingkat *fatigue* dapat diketahui secara lebih akurat.