

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Penerapan asuhan keperawatan pada pasien intoleransi aktivitas pada umumnya sama antara teori dan kasus. Hal ini dapat dibuktikan dalam penerapan teori pada dua kasus kelolaan yang menderita masalah keperawatan intoleransi aktivitas. Penerapan kasus ini dilakukan dengan menggunakan proses keperawatan mulai dari pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, implementasi dan evaluasi. Dari karya tulis ilmiah di atas dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Dari hasil pengkajian, keluhan utama yang dialami Tn. D dan Tn.P adalah sering merasa kelelahan ketika beraktivitas ringan hingga berat, saat ini pasien mengatakan sering merasa lelah jika berdiri, ketika sedikit berjalan, ketika sedikit menyapu, keluhan tidak nyaman pada tangan kanan dan kram otot juga diungkapkan Tn. D dan Tn.P.
2. Diagnosis utama yaitu Intoleransi aktivitas berhubungan dengan menurunnya energi untuk beraktivitas ditandai dengan pasien mengeluh sering merasa lemas saat setelah melakukan cuci darah pasien mengatakan terkadang merasa tidak nyaman setelah melakukan aktivitas seperti jalan terlalu jauh, berdiri terlalu lama dan mengangkat benda berat.
3. Perencanaan keperawatan yang ditetapkan untuk mengatasi masalah yang dialami pada Tn. D dan Tn. P untuk masalah keperawatan intoleransi aktivitas adalah menggunakan terapi relaksasi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) untuk menurunkan *fatigue* atau kelelahan pasca hemodialisis. Di mana pasien diposisikan untuk menegangkan semua otot-otonya kemudian kembali

membuat otot tersebut rileks dan dilakukan secara berkelanjutan selama pasien menjalani hemodialisis.

4. Pemberian terapi *Progressive Muscle Relaxation* dilakukan secara berkelanjutan selama pasien melaksanakan hemodialisis dengan posisi senyaman yang pasien inginkan. Kedua pasien memilih melakukan terapi dengan posisi semi fowler hingga *post* hemodialisis
5. Evaluasi pada kedua kasus kelolaan dengan masalah keperawatan intoleransi aktivitas adalah toleransi aktivitas meningkat dengan kriteria hasil kemudahan dalam melakukan aktivitas sehari-hari meningkat, Perasaan lemah menurun, Tekanan darah membaik, Frekuensi nafas membaik. Hasil evaluasi pada Tn. D didapatkan pasien sudah tidak lemas lagi, pasien dapat lebih tenang dan kelelahannya berkurang. Sedangkan pada Tn.P didapatkan pasien mengatakan pegal- pegalnya berkurang, pasien menjadi lebih rileks dan tenang. Hasil evaluasi tersebut sejalan dengan seluruh penelitian yang telah dipaparkan penulis mengenai pemberian intervensi *progressive muscle relaxation* untuk mengatasi *fatigue* pada pasien CKD yang menjalani hemodialisis
6. Hasil dari intervensi inovasi *Progressive Muscle Relaxation* yang penulis lakukan dimana melakukan inovasi pada waktu pemberian terapi yaitu pada *pre* hemodialisis, dilakukan selama 5 menit sebelum dipasangkan *fistula*, pada *intra* hemodialisis dilakukan selama 5 menit saat waktu 2 jam menjalani hemodialisis sebelum pasien makan siang, dan saat *post* hemodialisis dilakukan selama 5 menit sesudah *fistula* pada akses *AV Shunt* dibuka terbukti dapat memberikan efek yang cukup signifikan terhadap keluhan subyektif

pasien, dimana sebelum melaksanakan hemodialisis pasien mengeluh kelelahan, namun saat diberikan intervensi inovasi PMR ini pasien mengungkapkan kelelahannya berkurang dan pasien menjadi rileks.

## **B. Saran**

Bedasarkan analisis Praktik Karya Ilmiah Akhir Ners peminatan Hemodialisis dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien dengan *Chronic kidney disease*, penulis memberikan saran:

### 1. Perawat HD di Ruang Hemodialisis RSUD Sanjiwani Gianyar

Agar mempertimbangkan latihan *progressive muscle relaxation* secara terprogram. Di samping itu perlu pembuatan prosedur dan jadwal latihan tetap *progressive muscle relaxation* secara teratur. Misalnya dengan frekuensi 3 kali/hari setiap selesai menjalani hemodialisis sehingga dapat menurunkan intoleransi aktivitas akibat kelelahan serta meningkatkan kesehatan.

### 2. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil karya ilmiah ini dapat menjadi data awal untuk dapat melakukan karya ilmiah selanjutnya sehingga dapat dikembangkan dalam pemberian asuhan keperawatan intoleransi aktivitas pada pasien *chronic kidney disease stage V* yang sedang menjalani terapi hemodialisis atau pasca hemodialisis. Diharapkan juga peneliti selanjutnya dapat mengombinasikan terapi relaksasi dengan terapi lainnya seperti aromaterapi sehingga bisa mengatasi tidak hanya kelelahan pada pasien tetapi juga keluhan lain seperti gangguan tidur yang dirasakan pasien hemodialisis.