

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian ini penerapan slow deep breathing untuk mengurangi tingkat fatigue pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Penelitian ini dilakukan oleh peneliti selama 3x pertemuan dengan siklus 5 kali terhadap 5 responden. Penerapan yang dilakukan pada 5 responden didapatkan hasil pengkajian peneliti sebelum dilakukan intervensi salah satu diagnosa Keletihan b.d Program Perawatan (D.0057) dengan didapatkan sebagian pasien mengalami tingkat fatigue berat saat menjalani hemodialisa. Fatigue atau kelelahan ini ditandai dengan tanda gejala merasa tenaga kurang dan tidak pulih, mengeluh lelah, letih, lesu, terasa badan lemah, sulit melakukan apapun maupun menyelesaiannya, membatasi kegiatan rutin atau sosial, terasa kesal akan Lelah, hilangnya nafsu makan serta merasa tidur terganggu.

Peneliti melakukan pengukuran tingkat fatigue pada 5 responden sebelum dan sesudah dilakukan *slow deep breathing* mengalami penurunan dari berat ke ringan. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan penelitian pada 5 responden terdapat pengaruh *slow deep breathing* untuk menurunkan tingkat fatigue pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RS Roemani Muhammadiyah Semarang.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi sumber literatur tambahan dan pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya ilmu keperawatan psikososial dan penyakit dalam mengenai penerapan *slow deep breathing* terhadap *fatigue*/kelelahan.

2. Bagi Perawat

Penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi untuk mengembangkan ilmu keperawatan psikososial dan keperawatan penyakit dalam terkait dengan terapi *slow deep breathing* terhadap tingkat *fatigue*/kelelahan.

3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi bagi peneliti yang ingin meneliti tentang penerapan *slow deep breathing* terhadap tingkat *fatigue*/kelelahan.