

BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh *Intradialytic Exercise* terhadap *fatigue* dan tekanan darah pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Unit Hemodialisa RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu Tahun 2026

1. Karakteristik responden menunjukkan rata-rata usia responden adalah 45,70 tahun dengan usia termuda 35 tahun dan tertua 55 tahun. Rata-rata lama menjalani hemodialisa adalah 3,52 tahun. Rata-rata frekuensi hemodialisa per minggu adalah 2,03 kali. Rata-rata kadar hemoglobin responden adalah 5,20 g/dL. Sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 22 orang sebagian besar dan seluruh responden memiliki komorbiditas sebanyak 37 orang seluruhnya.
2. Tingkat *fatigue* sebelum diberikan *Intradialytic Exercise* memiliki rata-rata skor 32,35 dan setelah diberikan *Intradialytic Exercise* meningkat menjadi 45,59, yang menunjukkan adanya perbaikan kondisi *fatigue* pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.
3. Tekanan darah sebelum diberikan *Intradialytic Exercise* memiliki rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 145,11 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik sebesar 82,30 mmHg. Setelah diberikan *Intradialytic Exercise*, rata-rata tekanan darah sistolik menurun menjadi 133,19 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik menurun menjadi 75,24 mmHg.
4. Ada pengaruh *Intradialytic Exercise* terhadap tingkat *fatigue* pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Unit Hemodialisa RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu Tahun 2026 dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$).
5. Ada pengaruh *Intradialytic Exercise* terhadap tekanan darah

sistolik dan diastolik pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Unit Hemodialisa RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu Tahun 2026 dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan pihak rumah sakit, khususnya Unit Hemodialisa, dapat mempertimbangkan penerapan *intradialytic exercise* sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis yang terintegrasi dalam pelayanan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Program latihan ini dapat dijadikan bagian dari upaya rehabilitasi untuk membantu menurunkan fatigue, mengontrol tekanan darah, meningkatkan kapasitas fungsional pasien.

2. Bagi Instansi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber referensi ilmiah dalam pengembangan ilmu keperawatan medikal bedah, khususnya terkait asuhan keperawatan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Selain itu, penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan pembelajaran mengenai penerapan intervensi nonfarmakologis berbasis *evidence-based practice* dalam upaya mengurangi fatigue dan mengontrol tekanan darah pada pasien hemodialisa.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian mengenai *intradialytic exercise* dengan menggunakan desain penelitian yang lebih kuat, melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, serta melakukan pengendalian yang lebih baik terhadap faktor-faktor perancu seperti kadar hemoglobin, komorbiditas, status nutrisi, dan perubahan jadwal hemodialisa. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat menambahkan variabel

lain seperti kualitas hidup, kualitas tidur, kapasitas fungsional, tingkat depresi, atau adekuasi hemodialisa untuk memperoleh gambaran manfaat *intradialytic exercise* yang lebih komprehensif pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

