

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi, dan evaluasi terhadap kedua responden dengan diagnosa ansietas selama masa hospitalisasi, dapat disimpulkan sebagai berikut:

a. Pengkajian Keperawatan

Pengkajian menunjukkan bahwa kedua pasien mengalami kelelahan berat yang ditandai dengan tubuh lemah, mudah lelah, dan gangguan tidur. Kelelahan tidak membaik dengan istirahat dan berdampak pada aktivitas serta partisipasi pasien dalam perawatan.

b. Diagnosa Keperawatan

Kedua pasien mengalami kelelahan (lemah, cepat lelah), dan pola napas tidak efektif (napas cepat, dangkal). Pasien pertama juga mengalami defisit nutrisi (nafsu makan menurun) dan gangguan eliminasi urin (BAK sedikit). Pasien kedua menunjukkan Hipervolemia (terdapat edema) dan perfusi perifer tidak efektif (akral dingin, CRT >3 detik). Seluruh diagnosa membutuhkan penanganan keperawatan yang terpadu dan sesuai kondisi pasien.

c. Intervensi Keperawatan

Intervensi kelelahan difokuskan pada manajemen energi dan pemberian terapi nonfarmakologis berupa *foot massage* untuk membantu relaksasi dan meningkatkan kenyamanan. Perawat juga memberikan

edukasi mengenai pentingnya istirahat cukup, pengaturan aktivitas, serta dukungan psikologis agar pasien lebih termotivasi dalam menjalani perawatan. Seluruh tindakan disesuaikan dengan kondisi fisik pasien dan dilaksanakan secara individual.

d. Implementasi Keperawatan

Terapi *foot massage* diberikan setiap hari selama tiga hari berturut-turut, masing-masing selama 15–20 menit dengan tekanan sedang pada telapak dan jari kaki dalam suasana tenang. Kedua pasien menunjukkan respons positif. Skor keletihan pasien pertama menurun dari 93 menjadi 53, dan pasien kedua dari 74 menjadi 43. Selain itu, terlihat peningkatan kemampuan melakukan aktivitas ringan dan kualitas tidur, menandakan efektivitas terapi dalam mengurangi keletihan.

e. Evaluasi Keperawatan

Setelah tiga hari pelaksanaan terapi *foot massage*, keletihan pada kedua pasien menunjukkan penurunan yang signifikan. Skor keletihan menurun dan pasien mulai mampu melakukan aktivitas ringan serta tidur lebih nyenyak. Dengan hasil tersebut, masalah keletihan dinyatakan teratasi, dan tujuan keperawatan dinyatakan tercapai sesuai dengan indikator yang telah direncanakan.

5.2 Saran

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini disarankan dapat memperluas wawasan dan pengetahuan peneliti dalam menyusun dan memperbaiki asuhan

keperawatan, khususnya pada kasus *Chronic Kidney Disease* (CKD), serta menjadi pijakan untuk pengembangan intervensi keperawatan nonfarmakologis yang lebih luas dalam mengatasi keletihan.

b. Bagi Tempat Penelitian

Hasil studi ini disarankan menjadi masukan bagi fasilitas pelayanan kesehatan, khususnya di RSUD dr. Slamet Garut, dalam menyusun intervensi keperawatan yang terstandar untuk pasien CKD, serta mendorong peningkatan mutu dan kualitas pelayanan melalui penerapan terapi relaksasi seperti pijat kaki.

c. Bagi Responden/ Pasien

Penerapan terapi pijat kaki disarankan memberikan wawasan baru bagi pasien dalam mengatasi keletihan yang timbul akibat CKD, serta menjadi pilihan terapi nonfarmakologis yang mudah diterapkan di rumah secara mandiri maupun dengan bantuan keluarga.

d. Bagi Perguruan Tinggi

Penelitian ini disarankan menjadi sumber referensi tambahan dalam proses pembelajaran mahasiswa keperawatan, serta memperkaya literatur ilmiah di perpustakaan yang berkaitan dengan penerapan terapi komplementer pada pasien penyakit kronis.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Studi ini disarankan menjadi dasar bagi penelitian lanjutan dengan pendekatan kuantitatif, jumlah sampel lebih besar, dan durasi terapi yang lebih panjang. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat membandingkan

efektivitas *foot massage* dengan intervensi nonfarmakologis lain seperti aromaterapi, atau teknik relaksasi napas dalam dalam menurunkan kelelahan pada pasien CKD.