

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini berisi simpulan hasil penelitian yang sesuai dengan tujuan penelitian, serta saran bagi praktik keperawatan, pendidikan keperawatan dan penelitian keperawatan.

6.1 Simpulan

- 1) Karakteristik responden mayoritas kelelahan dan depresi (1) 42 (39.9%) berada pada rentang usia 46-55 tahun; (2) 63 (58.3%) responden laki-laki; (3) 56 (51.9%); tingkat pendidikan rendah; (4) 71 (65.5%) pekerjaan IRT/ tidak bekerja; (5) 39 (36.1%) durasi hemodialisa 24 - 48 bulan.
- 2) Sebelum *regular exercise program* mayoritas responden yang mengalami kelelahan berat dengan skor 81(100%) dan setelah dilakukan intervensi *regular exercise program* kelelahan berat dengan nilai 9 (11.1%) dan kelelahan ringan 79 (88.9%).
- 3) Sebelum *regular exercise program* mayoritas responden yang mengalami garis batas depresi klinis 25 (30.9%), depresi sedang 39 (48.1%), depresi berat (17 (21.0%) setelah dilakukan intervensi *regular exercise program* normal 27 (33%), gangguan mood ringan 41 (50.6%), garis batas depresi klinis 6 (7.4%), depresi sedang 7 (8.6%). Pada kelompok kontrol garis batas depresi klinis 5 (18.5%), depresi sedang 16 (59.3%), depresi berat 6 (22.2%).
- 4) Berdasarkan hasil uji beda berpasangan menunjukkan ada penurunan kelelelahan yang signifikan sebelum dan sesudah intervensi *regular exercise program* (*pvalue* 0.00 ; <0,05).
- 5) Berdasarkan hasil uji beda berpasangan menunjukkan ada penurunan depresi yang signifikan sebelum dan sesudah intervensi *regular exercise program* (*pvalue* 0.00 ; <0,05).

- 6) Berdasarkan uji beda independen diketahui ada penurunan kelelahan pada pasien CKD yang signifikan antara kelompok intervensi *regular exercise program* dengan kelompok kontrol (*pvalue* 0.00 ; <0,05).
- 7) Berdasarkan uji beda independen diketahui ada penurunan depresi pada pasien CKD yang signifikan antara kelompok intervensi *regular exercise program* dengan kelompok kontrol (*pvalue* 0.00 ; <0,05).
- 8) Berdasarkan uji statistik *regular exercise program* diketahui ada pengaruh yang signifikan terhadap kelelahan pada pasien yang menjalani hemodialisa $p=0.00$ sedangkan usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan dan durasi hemodialisa tidak berpengaruh terhadap penurunan kelelahan pada pasien CKD.
- 9) Berdasarkan uji statistik *regular exercise program* diketahui ada pengaruh yang signifikan terhadap depresi pada pasien yang menjalani hemodialisa $p=0.00$ dan sedangkan usia, jenis kelamin, pendidikan pekerjaan dan durasi hemodialisa tidak berpengaruh terhadap penurunan depresi pada pasien CKD yang menjalani hemodialisa.
- 10) Berdasarkan nilai *probbilitas of event* intervensi *regular exercise program* secara statistic memberikan efektivitas penurunan kelelahan 5.47 kali pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol dan depresi signifikan penurunan 0.028 kali pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol.
- 11) Berdasarkan uji statistik diketahui besarnya kontribusi variabel independen intervensi *regular exercise program*, jenis kelamin, usia, pendidikan, pekerjaan dan durasi hemodialisa secara simultan, mempunyai pengaruh terhadap penurunan kelelahan sebesar 50.3%, sedangkan sisanya (49.7%) adalah faktor lain yang tidak diteliti.
- 12) Berdasarkan uji statistik diketahui besarnya kontribusi variabel independen intervensi *regular exercise program*, pekerjaan, usia, jenis kelamin, pendidikan dan durasi hemodialisa secara simultan, mempunyai pengaruh terhadap penurunan depresi sebesar 80.6%, sedangkan sisanya (19.4%) adalah faktor lain yang tidak diteliti.

6.2 Saran

Peneliti memberikan saran kepada berbagai pihak berhubungan dengan analisa hasil penelitian, adapun saran peneliti sebagai berikut :

1) Bagi Pasien CKD yang Menjalani Hemodialisa

Regular exercise program meningkatkan kekuatan otot, kebugaran, kualitas hidup, mengurangi kelelahan dan depresi pada pasien yang menjalani hemodialisa sehingga dari hasil penelitian merekomendasikan untuk melakukan *regular exercise program* setelah 2 jam cuci darah berlangsung dapat dilakukan di rumah dengan frekuensi *exercise* 1 kali sehari.

2) Bagi Pelayanan Kesehatan

Regular exercise program dapat menjadi program RSUD Cengkareng Jakarta Barat dan diharapkan melakukan pembuatan protap tentang *regular exercise program* dan perawat dapat menggunakan intervensi *regular exercise program* sebagai tindakan mandiri perawat dalam memberikan asuhan pada pasien yang menjalani hemodialisa.

3) Bagi Ilmu Keperawatan

Memberikan kontribusi pengembangan ilmu keperawatan dan memasukan latihan *regular exercise program* ke dalam kegiatan pembelajaran untuk memberikan asuhan keperawatan pada pasien CKD dan mengintegrasikan teori keperawatan *self care* Orem untuk memberikan perawatan kepada pasien akibat gangguan kesehatan yang membutuhkan perawatan.

4) Bagi Penelitian Keperawatan

Penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian mengkombinasikan *regular exercise program* dan *natural relaxation music* untuk melihat pengaruh terhadap kelelahan dan depresi pada pasien yang menjalani hemodialisa.

DAFTAR PUSTAKA

- Alligood, M. (2014). *Nursing Theoriest and Their Work*. St. Louis: Elsevier.
- Andrade & Sesso. (2012). *Depression in Chronic Kidney Disease and Hemodialysis Patients*. Scientific Research.
- Andri. (2013). *Gangguan Psikiatrik Pada Pasien Penyakit Gagal Ginjal Kronik*. Jakarta: Bagian Psikiatri, Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Krida Wawancara.
- Arifin, Z. (2010). *Penelitian Pendidikan Metode dan Paradigma Baru*. Bandung. Remaja Rosdakarya.
- Artoma et al. (2014). *Fatgue in Advanced Kidney Disease*. Internasional Society of Nephrologi.
- Astiti, A. (2014). Analisis Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Depresi Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa di RSUD Panembahan Senopati. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Australian Safety and Compensation Council. (2006). *Summary of Recent Indicative Research: Work- Related*. Australian Government :Australia.
- Bahgat et al. (2016). *The Effect of Fatigue on Daily Living Activities for Adults Undergoing Hemodialysis*. Faculty of Nursing Tanta University. *Journal of Nursing and Health Science*.
- Bai et al. (2015). *The Impact of Depression on Fatigue in Patients With Haemodialysis: a Correlational Study*. Journal of Clinical Nursing.
- Black, J., & Hawks, J. (2014). *Medical Surgical Nursing*. Singapura: Elsevier (Singapura) Pte Ltd.
- Budiman. (2011). *Penelitian Kesehatan*. PT Refrika Aditama. Bandung.
- Chadha, et al. (2012). *Corelation Between Biochemical Variables and Calsification Score in Chronic Kidney Disease Stage 5 Patients on Hemodialysis*. Internasional Journal of Education and Appllied Research.

- Chen, et al. (2010). *Depression and Suicide Risk in Hemodialysis Patients With Chronic Renal Failure*. Psychosomatics.
- Chiang et al. (2013). Prevalence and Correlates of Depression Among Chronic Kidney Disease Patients in Taiwan. BMC Nephrology.
- Cukur, D., et al (2007). *Psychosocial Aspects of Chronic Disease: ESRD as Paradigmatic Illness*. Journal of The American Society Nephrology.
- Cusin, H., et al (2010). *Rating Scales For Depression*. Departement of Psychiatry, Massachusetts General Hospital and Harvard Medical School, Wang Ambulatory Care Center.
- Dalami et al. (2009). *Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Jiwa*. Jakarta: CV Trans Info Media.
- Darmawan, D., (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung. PT Remaja Rosdakarya.
- Daugirdas, et al. (2007). *Handbook of Dialysis Fourth Edition*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Depkes RI. (2008). *Pedoman Pelayanan Hemodialisis di Sarana Pelayanan kesehatan*. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Pelayanan Medik.
- Depkes. (2009). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2007). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Ketiga*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2003). *Undang - Undang Nomor 20 Tahun. Tentang Pendidikan Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Depdiknas.
- Dewantari et al (2014). *Relation Between Hemodialysis Adequacy Wirh Food and Body Mass Indek of Patients With Chronic Renal Failure Undergoing Hemodialysis At Abdul Moloek Hospital*. Bandar Lampung.
- Dewi, P., (2015). *Hubungan Lamanya Hemodalisa dengan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal*. Jogyakarta. PKU Muhammadiyah.

- Diale et al. (2015). *Factors Related to Depression in Patients Undergoing Hemodialysis Due to Renal Failure in Senegal. Service de Psychiatrie du CHNU Fann, Senegal. Scientific Research.*
- Direktorat Pembinaan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia. (2009). *Kumpulan Makalah Kursus Perawatan Intensif Ginjal (KPIG) XXV.* Jakarta: RS PGI Cikini.
- Dziubek et al. (2016). *The Level of Anxiety and Depression in Dialysis Patients Undertaking Regular Exercise Training- a Preliminary. Kidney Blood Pressure Research.*
- Farinde, A., (2013). *The Beck Depression Inventory. The Pharma Innovation -Journal.* Clear Lake Regional Medical Center, Webster, TEXAS, USA.
- Fresenius Medical Care. (2013). *Annual Report.* Perspectives.
- Fitriyani et al. (2014). *Konsep Diri dengan Kejadian Depresi Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisa di RSUD Panembahan Senopati Bantul. Jurnal Ners dan kebidanan Indonesia.*
- Gibbons & Ray. (2010). *A Structures Review of Patients Reported Outcome Measures For Adult With Chronic Kidney Diseas.* University Oxford.
- Guyton, A.C., & Hall, J. E ., (2014). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. 12th.* Singapura. Elsevier.
- Han, H. S., & Kim, W. H. (2015) *Post - Dialysis Fatigue in Hemodialysis Patients.* Advanced Science and Technology Letters.
- Hasankhani, et al. (2013). *The Effect of The Slow Stroke Back Massage on Fatigue of Dialyzed Patients.*
- Heiwe, et al. (2013). *The Importance of Exercise Programs in Hemodialysis Patients.* From Emergent Biotechnology to Clinical Practice.
- Hinkle, J. L., & Cheever, K. H. (2014). *Brunner & Suddarth'S.* Philadelphia. New York. London: Wolters Kluver.
- Himmelfard & Sayegh. (2010). *Chronic Kidney Disease, Dialysis and Transplantation.* Elsevier Health Science.

- Horigan. E. A. (2013). *The Experience and Self Management of Fatigue in Hemodialysis Patients*. Duke University School of Nursing.
- Ibrahim, et al. (2013). *Depression and Coping in Adults Undergoing Dialysis for End - Stage Renal Disease*. Official Journal of the Pacific College of Psychiatrists.
- Indonesian Renal Registry. (2014). *7th Report Of Indonesian Renal Registry*.
- Jhamb, et al. (2008). *Fatigue in Patients Receiving Maintenance Dialysis :A Review of Definitions, Measures, and Contributing Factors*. American Journal Kidney Disease.
- Johansen, (2007). *Exercise in The End -Stage Renal Disease Population*. Journal American Society Nephrology.
- Joshwa, et al. (2012). *Fatigue and Depression and Sleep Problem Among Hemodialysis Patients in a Tertiary Care Center*. *Kidney Disease and Transplantation*.
- Kiuchi, et al. (2012). *Regular Exercise Cures Depression - Like Behavior Via Vegf - Fik-1 Signaling in Chronically Stressed Mice*. *Departement of Helath and sport science*.
- Koehl, et al. (2014). *Exercise - Induced Promotion of Hippocamal Celll Profiferation Requires B- Endokrin*. *Research Communication*.
- Koziwe, et al. (2010). *Fudamental Keperawatan Konsep, Proses & Praktik Edisi 7*. Jakarta: EGC.
- Lewis et al. (2011). *Medical Surgical Nursing Assesment and Management of Clinical Problems*. Elseiver Mosby.
- Lin. (2009). *Furth Validation of the Multidimensional Fatigue Inventory in US Aldult Population Samle*. BioMed Central.
- Lukbin, L.L & Larsen, P.D . (2007). *Chronic Illness Impact nd Interventions*. 6th Edition. Jhon.
- Mahesa & Rachmadi., D. (2013). *Penyakit Ginjal Kronis*. Bandung : Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran Rumah Sakit Hasan Sadikin.
- Mahrova. A., & Svagnova. K. (2013). *Exercise Therapy -Additional Tool For Managing Pyhsical and Psychological Problems on Hemodialysis*.

- Maniam. R. (2015). *Preliminary Study Of an Exercise Programme For Reducing Fatigue and Improving Sleep Among Long- Term Haemodialysis Patient*. Singapore Med.
- Manurung, N., (2016). *Terapi Reminiscence Solusi Pendekatan Sebagai Upaya Tindakan Keperawatan Dalam Menurunkan, Stress dan Depresi*. Jakarta : CV. Trans Info Media.
- Mariana, A., (2015). *Pengaruh Back Massage dan Leg Exercise Terhadap Kelelahan Pada Pasien Chronic Kidney Disease Yang menjalani Hemodialisa di Rumah Sakit Mitra Keluarga*. Jakarta : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus.
- Medical Education Institute (2007). *Dialysis Patients Need For Protein*.
- Moghadam. P. M., & Nasiri. A. (2014). *The Efect of Salf - Care Program on the Dependence of Hemodialysis Patients Based on Orem'S Self Care Theori*. Internasional Jurnal of Current Life Sciences.
- Mohamed et al. (2016). *Impact Of A Designed Self - Care Program On Selected Outcomes Among Patients Undergoing Hemodialysis*. *Impact: International Journal of Research in Applied, Natural and social Sciences*.
- Mohamed, H., & Soliman, M. (2015). *Effect of Intradialytic Exercise on Fatigue, electrolytes level and Blod Pressure in Hemodialysis Patients: A Randomized Controlled Trial*. Faculty Nursing, Mansoura University, El Mansoura, Egypt.
- Motedayen, et al. (2014). *The Effect of Physical and Mental Exercise During Hemodialysis on Fatigue: A Controlled Clinical Trial*. Nephrology an urology Research Center.
- Murti, B. (2010). *Desain dan Ukuran Sampel untuk Penelitian Kualitatif dan kuantitatif di Bidang Kesehatan*. Yogyakarta: Edisi 2. Gajah Mada University Press.
- Mollaoglo. (2009). *Fatigue in People Undergoing Hemodialysis Clinical Perspective: Dialysis & Transplantation*.
- Nahamin. (2013). *Fatigue and Demographic Factor Influencing on in Dialyzed Patients*. Internasional Research Jounal of Applied and Basic Sciences.
- National Institute of Mental Health. (2007). *Depressiom What You nedd to Know*. U.S Depatement of Health & Human Services National Insitutes of Health.

- Nisar et al. (2017). Association of Depression With Socio -Demographic Factors in Patients Undergoing Hemodialysis. National University of Medical Sciences (numS) Pakistan.
- Notoatmodjo. (2010). *Kerangka dan Konsep Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ossareh, et al. (2003). *Fatigue in Chronic Peritoneal Dyalisis Patients. Internasional Urology and Nephrology*.
- Rahardjo. (2010). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Jilid II Edisi V*. Jakarta: Internal Publishing.
- Raju, R., & Latha. K. (2012) . *A Correlational Study on Quality of Life and Coping Strategi Among Dialysis Patients in Selected Hospital at Manalore*. Nite university Jounal of Health Science.
- Thomas, N. (2003). *Renal Nursing*. 2th Edition. Philadelphia: Elsevier Science.
- Parker & Smith. (2010). *Nursing Teori and Nursing Oractice*. Philadephia: F. A. Dav is Company.
- Perry & Potter. (2013). *Buku Ajar Fudamental Keperawatan: Konsep, Proses dan* Jakarta: EGC.
- Peter (2012). *A Study to Assess The Effectiveness of Leg Ergometric Exercises on Reduction of Fatigue Among Chronic Kidney Disease Patients Undergoing Hemodialysis in Selected Hosipital;s at mysore*. Rajiv Grandhi Universith of Health Sciences Bangalore Karnataka.
- Price & Wilson. (2005). *Patofisiologi: Konsep Klinis Proses –Proses Penyakit*. Jakrta: EGC.
- Polit,D.f., & Beck, C. T (2012). *Nursing Generating and Assessing Evidence For Nursing Practice*. Ninth Edition Philadephi: Wolters Kluwer.
- Rahayu, T., (2015). *Hubungan Konsep Diri dengan Depresi Pada Pasien Gagal Ginjal yang Menjalani Hemodalisa*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rezaei et al. (2015). *Effect of Reguler Exercise Program on Depression in Hemodialysis Patients*. Hindawi Publishing Corporation.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2013). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian RI*.

- Sajadi et al. (2010). Factors Affecting Fatigue in Chronic Renal Failure Patients Treated With Hemodialysis. Iranian Journal of Critical Care Nursing. Departement of Surgery Internal, Faculty of Nursing.
- Smart, et al. (2013) *Exercise & Sports Science Australia (ESSA) Position Statement On Exercise and Chronic Kidney Disease*. Journal of Science and Medicine in Sport.
- Smeltzer , S. C., & Bare, B.G., (2012). *Brunner & Suddarth'S Textbook of Medical Surgical Nursing .12 th Edition*. Philadelphia.
- Smets, et al. (1995). *The Multidimensional Fatigue Inventory (MFI): Psychometric qualities of an Instrument to assess fatigue*. Journal of Psychosomatic Research.
- Spencer, F., & Young,. A. (2010). *Solusi Praktis Mengenal, Mengatasi dan Mengantisipasi Depresi*. Jakarta: PT Gramedia Utama.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, dan R & D*. Bandung. Alfabeta.
- Sulistini, et al (2012). *Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Fatigue Pada Pasien yang menjalani Hemodialisa*. Jurnal Keperawatan Volume 15 No. 2 Hal 75 - 82
- Supradi. S., & Rustika. (2013). *Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta. CV Trans Info Media.
- Susilo, et al. (2014). *Biostatistik Lanjut dan Aplikasi Riset*. Trans Indo Media: Jakarta
- Swain, et al. (2000). *Fatigue in Chronic Disease*. The Biochemical Society and the Medical Rerearch Society.
- Tomey & Alligood. (2010). *Nursing Theorist and Their Work Seventh Edition*. Elsevier Mosby.
- Tvavallai, et al. (2009). *Marital Adjustment in Patients on Long - Term Hemodialysis A Case Control Study*. Iranian Journal.
- Unicef. (2012). Nutrition Glossary. Division of Communication.

- Vasilopoulou et al. (2016). *The Impact of Anxiety and Depression on the Quality of Life of Hemodialysis Patients. Departement of Nursing. Canadian Center of Science and Education.*
- Vilson, (2012). *Astudy to Evalute The Effectiveness of Leg Ergometric Exercise on Fatigue Among Chronic Kidney Disease Patients Undergoing Hemodialysis at Scelcted Dialysis Center in Bngalore. Rajiv Grandhi University of Health Sciences Bangalore Karnataka.*
- Wang et al, (2016). *Factors Related to Fatigue in Chinese Patients With End- Stage Renal Disease Receiving Maintenance Hemodialysis: A Multi- Center Cross Sectional Studi. Renal Failure.*
- Wang & Chen. (2012) *The Pschological Impact pf Hemodialysis on Patients with Chronic Tenal Failure. Taiwan : Intech.*
- Weerapong, et al. (2005). *The Mechanisme of Massage and Effects on Performe, Muscle Recovery and InjuryPrevention. Sports Medicine.*
- Wijaya, A Putri., (2013). *Keperawatan Medikal Bedah2, Keperawatan Dewasa Teori dan Contoh SKEP. Yogyakarta: Nuha Medika.*
- Williams, et al.(2007). *Fatigue in African American Women on Hemodialysis. Nehhrology Nursing Jounal.*
- World Health Organization (2014)., <http://who.int/indicators/haemoglobin>. Pdf.
- Zakiah. (2014). *Pengaruh dan Efektivitas Cognitive Bevaioral Therapy (CBT) Berbaris Kompetet terhadap Kliem Cemas dan Depresi. Jakarta. FIK-UI.*