

ISBN: 978-602-52254-1-3

PROCEEDING

OF EMERGENCY NURSING IN RESPIRATORY FAILURE
AND CHOCKING

Kediri, 29 July 2018

PROCEEDING OF EMERGENCY NURSING IN RESPIRATORY FAILURE AND CHOCKING



LEMBAGA CHAKRA BRAHMANDA LENTERA
BEKERJASAMA DENGAN DPK PPNI RS. DAHA HUSADA

PROCEEDING OF EMERGENCY NURSING IN RESPIRATORY FAILURE AND CHOCKING

Learning Education Center (LEC), Muhammadiyah
Kediri City- East Java, 29th July 2018

Organized by:

LEMBAGA CHAKRA BRAHMANDA LENTERA (**CANDLE**)

and

DPK PPNI RSU. DAHA HUSADA



PROCEEDING OF EMERGENCY NURSING IN RESPIRATORY FAILURE AND CHOCKING

Organizing Committe:

Lembaga Chakra Brahmanda Lentera (**CANDLE**)
DPK PPNI RSU. Daha Husada
Tata Mahyuvi, S.Kep.,Ns
Sulis Nurul Badriah, AMd.Kep
Rohmawati, A.Md.Kep

Editor:

Heru Suwardianto, S.Kep., Ns., M.Kep
Yosafat Febri Setyawan, Amd. OP.
Ariyanti, S.Kep., Ns

Review:

Ika Rahmawati, S.Kep.Ns, M.Kep
Mokhtar Jamil S. Kep., Ns., M.Kep
Sandy Kurniajati, S.KM., M.Kes



Published by:

LEMBAGA CHAKRA BRAHMANDA LENTERA (**CANDLE**)
Perum Kwadungan Permai A 45-46 Kediri
Email: ceocandle@gmail.com

ISBN: 798-602-52254-1-3

All right reserved

No part of this Publication May Be Reproduce Without Written Permission of The
Publisher

FOREWORD

Thanks to God Almighty for his abundance of grace so that the Proceedings Of Emergency Nursing In Respiratory Failure And Chocking can be solved well. This Proceeding is a collection of research results that are expected to contribute in improving health status in the community. Research results can be a point of reference for developing other research for the welfare of Indonesian society. This Proceeding contains research papers and is created with the aim of providing knowledge to the general public regarding the latest research and scientific developments so that it is expected to increase knowledge, communication and further motivation for the filing of Intellectual Property Rights.

We would like to thank Prof. Dr. H. Nursalam, M.Nurs (Hons) as Chairman of DPW PPNI East Java, Mr. Erwanto, Amd. Kep., S.KM., Publisher of Chakra Brahmanda Lentera Institution that has cooperated with DPK PPNI RSU. Daha Husada in publishing the proceedings that we have held. We realize that this Proceeding certainly does not escape the deficiencies, for that all suggestions and criticism we expect for the improvement of proceedings in the next issue. Finally we would like to thank all those who have assisted in this activity, and we hope that this proceeding can be useful for researchers, academics and the development of science.

Kediri, 29th July 2018

Committe

TABLE OF CONTENTS

FOREWORD	iii
TABLE OF CONTENTS	iv
STRATEGI NEGOSIASI PENGGUNAAN KONDOM OLEH PEKERJA SEKS KEPADA PELANGGANNYA DI BALI	7
Putu Sukma Megaputri ¹ , Dewi Aprelia Meriyani ¹	7
TINGKAT KEGAGALAN PEMBERIAN ASI EKSLUSIF	13
Putu Dian Prima Kusuma Dewi ¹ , Lina Anggaraeni Dwijayanti ¹ , Putu Sukma Megaputri ¹ , Cindy Meilinda Sari ¹	13
PENGARUH PEMBERIAN AIR REBUSAN JAHE EMPRIT (ZINGIBER OFFICIANALLE AMARUM) TERHADAP IBU HAMIL TRIMESTER I DI PMB PUTU LAHARIANI TAHUN 2018.....	19
Indrie lutfiana ¹ , Ni Made Karlina Sumiari Tangkas ² , Ida Ayu Kade Subaktiningrum	19
PENGARUH TERAPI HYPNOBIRTHING TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA IBU BERSALIN PRIMIGRAVIDA DI KLINIK CAHAYA BUNDA TAHUN 2018	25
Ni Made Karlina Sumiari Tangkas ¹ , Indrie Lutfiana ² , Sagung Sanjani Bintang Prastiti ³	25
HUBUNGAN EARLY WEAN A CHILD DENGAN STATUS GIZI BALITA USIA 0-24 BULAN DI BPM Ny. NUR ARIEF DESA KEDUNGLO KEC. KREMBUNG KABUPATEN SIDOARJO	31
Titiek Idayanti ¹ , Kurnia Indriyanti Purnama Sari ² , Yufi Aris Lestari ³ , Widya Anggraeni ⁴ , Anik Supriani ⁵	31
PENGARUH AIR REBUSAN DAUN SIRSAK TERHADAP PENURUNAN KADAR ASAM URAT PADA PENDERITA ASAM URAT DI DUSUN DAMPAK DESA PANGLUNGAN KECAMATAN WONOSALAM KABUPATEN JOMBANG	37
Anik Supriani, Titiek Idayanti, Surya Mustika Sari, Henny Vidia Effendi, Nur Chasanah	37
HUBUNGAN PENGEMBANGAN KARIR DENGAN KEPUASAN KERJA PERAWAT DI PUSKESMAS SERIRIT I, II DAN III.	43
G. Nur Widya Putra, Made Martini, Gede Budi Widiarta	43
HUBUNGAN TINGKAT KEPUASAN DALAM PEMBERIAN PELAYANAN ANC DENGAN JUMLAH KUNJUNGAN PEMERIKSAAN KEHAMILAN Di KLINIK AN-NUR DESA JATIKALANG PRAMBON – SIDOARJO.....	47
Yufi Aris Lestari ¹ , Iis Suwanti ² , Nuris Kushayati ³ , Linda Presti F. ⁴ , Dian Fitah ⁵ , Bety Mayasari ⁶ , Mariyatun Dwi Eliyah ⁷	47
HANDLING IN VICTIMS CHOCKING OF RELIABLE PROCEDURES, PRECAUTIONS, AND EVALUATION OF ACTIONS	54

Heru Suwardianto.....	54
HUBUNGAN TINGKAT KEPUASAN DALAM PEMBERIAN PELAYANAN ANC DENGAN JUMLAH KUNJUNGAN PEMERIKSAAN KEHAMILAN Di KLINIK AN- NUR DESA JATIKALANG PRAMBON – SIDOARJO.....	61
Yufi Aris Lestari ¹ , Iis Suwanti ² , Nuris Kushayati ³ , Linda Presti F. ⁴ , Dian Fitah ⁵ , Bety Mayasari ⁶ , Mariyatun Dwi Eliyah ⁷	61
HUBUNGAN MOTIVASI DENGAN PERILAKU NARAPIDANA PENGGUNA NARKOBA PADA MASA PEMULIHAN DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS IIA KABUPATEN PAMEKASAN.....	68
Yulianto ¹ , Hartin Suidah ² , Yufi Aris Lestari ³ , Rina Widiyawati ⁴ , Ach. Charis S. ⁵	68
PENGARUH PEMBERIAN VIRGIN COCONUT OIL ANANAS COMOSUS TERHADAP KELEMBABAN KULIT PADA PASIEN KUSTA DI RUMAH SAKIT KUSTA SUMBERGLAH MOJOKERTO	75
Tri Dianti Nur Wahyuningtyas, Abu Bakar, Ima Nadatien,.....	75
PENGARUH HIPNOTERAPI TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI DAN KECEMASAN PADA GOUT ARTHRITIS DI POSYANDU LANSIA PUSKESMAS PADEMAWU PAMEKASAN.....	83
Mohammad Shidiq Suryadi, Kusananto, Eppy Setiyowati.....	83
HUBUNGAN MOTIVASI DENGAN PERILAKU NARAPIDANA PENGGUNA NARKOBA PADA MASA PEMULIHAN DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS IIA KABUPATEN PAMEKASAN.....	92
Yulianto ¹ , Hartin Suidah ² , Yufi Aris Lestari ³ , Rina Widiyawati ⁴ , Ach. Charis S. ⁵	92
PENGARUH KOMBINASI PMR (PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION) DENGAN MUSIK TERHADAP KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RUMAH SAKIT ISLAM JEMURSARI SURABAYA	99
Denis Farida, Handayani, Puji Astuti,	99
PENGARUH LATIHAN FISIK KOMBINASI NAFAS DALAM TERHADAP TINGKAT FATIGUE PADA PASIEN HEMODIALISIS DI RUMAH SAKIT ISLAM JEMURSARI SURABAYA TAHUN 2018.....	106
Ratna Yunita Sari, Abu Bakar, Yanis Kartini,.....	106
PENGARUH EDUKASI KESEHATAN BERBASIS THEORY OF PLANNED BEHAVIOR TERHADAP PENURUNAN NILAI INTERDIALYTIC WEIGHT GAIN (IDWG) DAN KECEMASAN PASIEN HEMODIALISA DI RS ISLAM JEMURSARI SURABAYA	111
M. Wahyu Purnomo Ah Yusuf, Yanis Kartini.....	111
PENGARUH DIABETES SELF MANAGEMENT EDUCATION DENGAN PENDEKATAN SPIRITUAL TERHADAP SELF EMPOWERMENT PADA PENDERITA DIABETES ME	117

LITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JAGIR SURABAYA	117
Rahmadaniar Aditya Putri, Kusnanto, Eppy Setiyowati	117
PENGARUH KOMBINASI RELAKSASI BENSON DENGAN MURROTAL AL-QURAN TERHADAP TINGKAT CEMAS & STRESS PADA KLIEN HEMODIALISIS DI RS ISLAM JEMURSARI	124
Riska Rohmawati, Nursalam, Wesiana Heris Santy	124
KERONCONG MUSIC AND PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION DECREASE EFFECTIVELY BLOOD PRESSURE	131
Supriyo Setyadi Laksono, Sandy Kurniajati	131
PENGARUH KOMBINASI LATIHAN THERABAND PNF (PROPRIOSEPTIVE NEUROMUSCULAR FACILITATION) DENGAN MUSIK AKTIF TERHADAP FUNGSI MOTORIK PADA PASIEN STROKE ISKEMIK DI RSI JEMURSARI TAHUN 2018 ...	141
Imamatul Faizah, Ah Yusuf, Puji Astuti.....	141

PENGARUH LATIHAN FISIK KOMBINASI NAFAS DALAM TERHADAP TINGKAT FATIGUE PADA PASIEN HEMODIALISIS DI RUMAH SAKIT ISLAM JEMURSARI SURABAYA TAHUN 2018

Ratna Yunita Sari, Abu Bakar, Yanis Kartini,

Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Nahdlahtul Ulama Surabaya, Jl. SMEA no. 57 Surabaya, Jawa Timur – 60243

ABSTRAK

Pada pasien hemodialisis masalah utama yakni mengalami *fatigue* dan akan berdampak pada turunya kualitas hidup. Tujuan dari penelitian adalah untuk menganalisis pengaruh latihan fisik kombinasi nafas dalam terhadap tingkat *fatigue* dan kualitas hidup

Desain penelitian ini *Quasi-Experiment*, dengan populasinya seluruh pasien hemodialisis di Rumah Sakit Islam Jemursari Surabaya. Besar sampel 36 orang, dibagi 2 kelompok yaitu perlakuan dan kontrol masing-masing 18 orang diambil dengan teknik *consecutive sampling*. Data dianalisa dengan uji *Wilcoxon signed rank test* dan uji *Mann-Whitney* $\alpha < 0,05$.

Hasil penelitian pada kelompok intervensi sebelum dilakukan latihan sebagian besar (72,2%) *fatigue* berat dan kelompok kontrol sebagian besar (66,7%) *fatigue* berat dan sebagian besar (66,7%) kualitas hidup kurang. Setelah dilakukan latihan, kelompok intervensi hampir seluruhnya (94,4%) *fatigue* ringan dan sebagian besar (55,6%) kualitas hidup sedang dan kelompok kontrol sebagian besar (61,1%) *fatigue* berat dan sebagian besar (55,6%) kualitas hidup kurang. Pada kelompok intervensi analisa uji *Wilcoxon signed rank test* $p = 0,000$ tingkat *fatigue* dan $p = 0,000$ kualitas hidup, kelompok kontrol $p = 0,233$ tingkat *fatigue* dan $p = 0,157$ kualitas hidup. Analisa uji *Mann-Whitney* $p = 0,000 < \alpha 0.05$ tingkat *fatigue* dan $p = 0,001 < \alpha 0.05$ sehingga H_0 ditolak, berarti latihan fisik kombinasi nafas dalam terhadap tingkat *fatigue* dan kualitas hidup.

Latihan fisik kombinasi nafas dalam berpengaruh menurunkan tingkat *fatigue* dan meningkatkan kualitas hidup. Perawat dapat memberikan latihan fisik kombinasi nafas dalam pada pasien hemodialisis sebagai program latihan.

Kata kunci: Hemodialisis, Latihan Fisik, Nafas Dalam, *Fatigue*, Kualitas Hidup

ABSTRACT

In hemodialysis patients the main problem is experiencing fatigue and will affect the quality of life. The purpose of the research was to analyze the effect of deep breath physical exercise on the level of fatigue and quality of life

Design of this research was Quasi-Experiment, with the population of all hemodialysis patients at Jemursari Surabaya Islamic Hospital. The sample size was 36 people, divided into 2 groups in intervention and control each 18 people taken by consecutive sampling technique. Data were analyzed by Wilcoxon signed rank test and Mann-Whitney test $\alpha < 0,05$.

Result of this research in the intervention group before the exercise were mostly (72.2%) heavy fatigue and most (72.2%) the quality of life was poor and the control group mostly (66.7%) fatigue was heavy and mostly (66.7 %) quality of life is lacking. After the exercise, the intervention group was almost entirely (94.4%) mild fatigue and most (55.6%) the quality of life was moderate and the control group mostly (61.1%) heavy fatigue and most (55.6%) quality of life is lacking. In the intervention group Wilcoxon signed rank test test $p = 0.000$ fatigue level and $p = 0,000$ quality of life, control group $p = 0,233$ fatigue level and $p = 0.157$ quality of life. Mann-Whitney test analysis $p = 0,000 < \alpha 0.05$ fatigue level and $p = 0.001 < \alpha 0.05$ so that H_0 is rejected, it means physical exercise of breath-in combination of fatigue level and quality of life.

Proceeding Of Emergency Nursing In Respiratory Failure And Chocking

A combination of breath exercises has an effect on reducing fatigue levels and improving the quality of life. Nurse may provide deep-breathing exercises in the hemodialysis patient as an exercise program.

Key words: Hemodialysis, Physical Exercise, Deep Breath, Fatigue, Quality of Life

PENDAHULUAN

Pasien gagal ginjal kronik tahap akhir akan mendapatkan alternatif terapi pengganti ginjal yaitu hemodialisis. Komplikasi yang timbul dari hemodialisis salah satunya yaitu mengalami *fatigue* (Smeltzer dan Bare, 2014). kondisi *fatigue* mengakibatkan penurunan konsentrasi, malaise, gangguan tidur, gangguan emosional, dan penurunan kemampuan pasien dalam melakukan aktivitas sehari-harinya, serta proses terapi hemodialisis yang membutuhkan waktu lama, umumnya akan menimbulkan stres fisik dan psikososial dan akhirnya berdampak negative terhadap kualitas hidup pasien (Jhamb, 2008, Masoudrayyani, et al, 2014).

Data dari *Indonesian Renal Registry (IRR)* (2015), melaporkan bahwa jumlah pasien yang menjalani hemodialisis mengalami peningkatan setiap tahunnya, baik pasien baru dan pasien lama yang masih menjalani terapi di Indonesia dari tahun 2007 – 2015 sebanyak 30554 orang. Menurut Soliman (2015) pasien hemodialisis dalam jangka waktu lama memiliki masalah *fatigue* dengan *prevelensi* 60% sampai 97% , tingkat *fatigue* yang dialami mulai dari tingkat ringan hingga berat (Mollaoglu, 2009). Ibrahim (2009) melaporkan hasil penelitian dari 91 pasien hemodialisis, (57,1%) menyatakan kualitas hidupnya pada tingkat rendah dan (42,9%) pada tingkat tinggi.

Fenomena tersebut juga dialami pasien hemodialisis di Rumah Sakit Islam Jemursari Surabaya yang mengatakan saat menjalani hemodialisis tidak pernah melakukan latihan fisik selama hemodialisis aktifitas yang dilakuka pasien hanya makan, berbaring, tidur, duduk, berbincang-bincang, sehingga pasien merasa jenuh dan lelah. Serta kelelahan yang dialami membuat pasien berhenti bekerja dan hanya melakukan aktifitas ringan saja dirumah seperti menyapu mengantar anak sekolah. Berdasarkan data awal yang diambil dengan teknik wawancara pada pasien hemodialisis dari 5 responden, 3 responden mengalami *fatigue* atau perasaan letih sehingga membatasi aktifitas sehari-hari dan merasa kualitas hidupnya kurang, sedangkan 2 responden ada perasaan lelah tapi masih dapat beraktifitas secara baik tapi tidak melakukan yang berat dan kualitas hidupnya baik.

Penanganan tingkat *fatigue* dan meningkatkan kualitas hidup dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Terapi farmakologis yang diberikan mencakup penambahan *L-carnitine*, vitamin C dan eritropoetin serta pengobatan untuk mengatasi anemia. Sedangkan non farmakologis yang dapat digunakan yaitu *exercise*, yoga, relaksasi, akupresur, akupunktur, dukungan keluarga, stimulasi elektrik, dan dialysis (Soliman, 2015, Black & Hwaks, 2014). Latihan fisik yang dilakukan selama hemodialisis dapat meningkatkan aliran darah ke otot, memperbesar jumlah kapiler serta luas permukaan kapiler sehingga meningkatkan perpindahan urea, kreatinin, pottasium dan zat toksin dari jaringan interstitial ke vaskuler pada saat hemodialisis yang kemudian dialirkan ke dialiser atau mesin hemodialisis, sehingga meningkatkan bersihan ureum dalam darah melalui mekanisme ultrafiltrasi, yang mengakibatkan penurunan kadar ureum di dalam darah. Latihan juga bisa membuat otot lebih kuat dan persendian lebih lentur, akan lebih mudah bagi pasien menggapai, membungkuk dan melakukan aktivitas sehari-hari lainnya (Mathew, 2014, Sulistyoningi, 2014).

Pada saat melakukan latihan fisik, juga dapat menstimulasi tubuh untuk mengeluarkan hormon endorphin, di mana hormon endorphin dapat berpengaruh terhadap psikologis langsung yakni perasaan santai, mengurangi ketegangan, meningkatkan perasaan senang, membuat seseorang menjadi lebih nyaman, dan melancarkan pengiriman oksigen ke otot sehingga dapat mengurangi tingkat kelelahan yang akan berpengaruh terhadap kualitas hidup pasien (Suryantoro, 2017). Adapun latihan nafas dalam yang dilakukan setelah melakukan latihan fisik memiliki manfaat mampu mengurangi stress oksidatif, sehingga dapat meningkatkan energi seluler, elastisitas pembuluh darah dan memperbaiki sirkulasi ke seluruh

jaringan. Teknik nafas dalam bisa memproduksi energi, dan dapat mengurangi bahkan mengatasi kelelahan pada pasien hemodialisis, sehingga memperbaiki kualitas hidup (Stanley, 2011).

METODE

Desain yang digunakan dalam penelitian adalah *Quasy-Experiment* dengan pendekatan *the untreated control group design with dependent pre-test and post test samples*. Besar *sample* dalam penelitian ini sebanyak 36 pasien hemodialisis yang dipilih dengan teknik *nonprobability sampling* dengan *consecutive sampling*. Instrumen penelitian tingkat *fatigue* dengan *Facit Fatigue Scale* dan kualitas hidup dengan *KDQOL SFTM 1*. Analisa data menggunakan uji statistik *Wilcoxon Sign Rank* pada kelompok yang sama, dan uji *Mann-Whitney* pada kelompok yang berbeda

HASIL

Data Umum

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Status Pernikahan, Status Pendidikan, Status Pekerjaan, Lama Menjalani HD

Variabel	Intervensi		Kontrol	
	n	%	n	%
Usia				
Dewasa akhir	2	11,1	5	27,8
Lansia awal	10	55,6	8	44,4
Lansia akhir	6	33,3	5	27,8
Total	18	100	18	100
Jenis kelamin				
Laki-laki	12	66,7	12	66,7
Perempuan	6	33,3	6	33,3
Total	18	100	18	100
Status Pernikahan				
Menikah	18	100	18	100
Belum Menikah	0	0	0	0
Total	18	100	18	100
Variabel				
	n	%	n	%
Tingkat Pendidikan				
Dasar	8	44,4	4	22,2
Menengah	7	38,9	12	66,7
Tinggi	3	16,7	2	11,1
Total	18	100	18	100
Status Pekerjaan				
Bekerja	4	22,2	4	22,2
Tidak bekerja	14	77,8	14	77,8
Total	18	100	18	100
Lama Menjalani HD				
<1 tahun	2	11,1	3	16,7
1-5 tahun	14	77,8	12	66,7

>5 tahun	2	11,1	3	16,7
Total	18	100	18	100

Sumber: Data primer 2018

Data Khusus

Tabel 2 Latihan Fisik kombinasi Nafas Dalam

Terhadap Tingkat *Fatigue* Pada Pasien Hemodialisis di Rumah Sakit Islam Jemursari Suarabaya.

No.	<i>Fatigue</i>	Kelompok Intervensi				Kelompok Kontrol			
		Pre		Post		Pre		Post	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1.	Berat	13	72,2	1	5,6	12	66,7	11	61,1
2.	Ringan	5	27,8	17	94,4	6	33,3	7	38,9
Jumlah		18	100	18	100	18	100	18	100
<i>Wilcoxon</i>		$P = 0,000$				$P = 0,233$			
<i>Mann-Whitney Pre</i>		$P = 0,738$							
<i>Mann-Whitney Post</i>		$P = 0,000$							

Sumber: Data primer 2018

Tabel 3 Latihan Fisik kombinasi Nafas Dalam

Terhadap Kualitas Hidup Pada Pasien Hemodialisis di Rumah Sakit Islam Jemursari Suarabaya

No.	Kualitas Hidup	Kelompok Intervensi				Kelompok Kontrol			
		Pre		Post		Pre		Post	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1.	Kurang	13	72,2	2	11,1	12	66,7	10	55,6
2.	Sedang	5	27,8	10	55,6	6	33,3	8	44,4
3.	Baik	0	0	6	33,3	0	0	0	0
Jumlah		18	100	18	100	18	100	18	100
<i>Wilcoxon</i>		$P = 0,000$				$P = 0,157$			
<i>Mann-Whitney Pre</i>		$P = 0,721$							
<i>Mann-Whitney Post</i>		$P = 0,001$							

Sumber: Data primer 2018

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap tingkat *fatigue* sebelum dan sesudah diberikan latihan fisik kombinasi nafas dalam. Hal ini dibuktikan dengan adanya penurunan tingkat *fatigue* dari 18 responden sebelum dilakukan latihan fisik 13 responden mengalami *fatigue* berat dan 5 responden mengalami *fatigue* ringan dan sesudah latihan 17 responden mengalami *fatigue* ringan dan 1 responden mengalami *fatigue* berat.

KESIMPULAN

1. Pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebelum diberi latihan fisik kombinasi nafas dalam sebagian besar mengalami *fatigue* berat, sementara sesudah latihan pada kelompok intervensi sebagian besar mengalami *fatigue* ringan dan pada kelompok kontrol sebagian besar mengalami *fatigue* berat.

2. Pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebelum diberi latihan fisik kombinasi nafas dalam sebagian besar mengalami kualitas hidup kurang, sementara sesudah latihan pada kelompok intervensi sebagian besar mengalami kualitas hidup sedang sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar mengalami kualitas hidup kurang.
3. Terdapat perbedaan tingkat *fatigue* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sesudah tindakan latihan fisik kombinasi nafas dalam. Latihan fisik kombinasi nafas dalam lebih berpengaruh dalam menurunkan tingkat *fatigue* pasien hemodialisis dibandingkan pada kelompok kontrol yang mendapatkan terapi sesuai dengan standart rumah sakit.
4. Terdapat perbedaan kualitas hidup pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sesudah tindakan latihan fisik kombinasi nafas dalam. Latihan fisik kombinasi nafas dalam lebih berpengaruh dalam meningkatkan kualitas hidup pada pasien hemodialisis dibandingkan pada kelompok kontrol yang mendapatkan terapi sesuai dengan standart rumah sakit.

SARAN

- a. Bagi Pelayanan Keperawatan
Perawat di ruang hemodialisa dapat menjadikan latihan fisik kombinasi nafas dalam sebagai program latihan dalam memberikan asuhan keperawatan dan terlibat aktif sebagai instruktur dalam mengaplikasikan latihann bersama klien hemodialisis.
- b. Bagi Institusi Pendidikan
Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan ilmu pada disiplin ilmu keperawatan nefrologi tentang cara penanganan *fatigue*, menangani stres dan meningkatkan kualitas tidur pasien hemodialisis secara non farmakologis serta dapat diaplikasikan oleh mahasiswa di lahan praktik dalam menjalankan pelayanan keperawatan khususnya pada pasien hemodialisis dengan menggunakan latihan fisik kombinasi nafas dalam.
- c. Bagi Peneliti Selanjutnya
Pada penelitian ini hanya diukur dengan menggunakan kuisioner sehingga peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian dengan mengukur uji biologik kadar ureum, radikal bebas, kortisol dan endorphin setelah dilakukan latihan.