

## **BAB 5**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil studi kasus mengenai penerapan kombinasi *ankle pump exercise* dan elevasi kaki 30° terhadap penurunan derajat edema kaki pada pasien gagal ginjal kronik (GGK) di Ruang Tjan Khee Swan RS Dr. Oen Solo Baru, dapat disimpulkan bahwa:

- 5.1.1 Karakteristik pasien menunjukkan kedua responden berada pada kondisi GGK stadium lanjut (stage IV dan V) dengan masalah utama kelebihan volume cairan yang ditandai edema kaki derajat 4.
- 5.1.2 Derajat edema sebelum intervensi (pretest) pada kedua pasien berada pada derajat 4.
- 5.1.3 Penerapan intervensi kombinasi *ankle pump exercise* dan elevasi kaki 30° selama 3 hari (6 sesi) dapat dilaksanakan dengan baik, aman, dan kooperatif oleh pasien.
- 5.1.4 Derajat edema setelah intervensi (posttest) menunjukkan penurunan bertahap pada kedua pasien, dari derajat 4 menjadi derajat 2 pada hari ketiga.
- 5.1.5 Analisis perbedaan sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan bahwa kombinasi *ankle pump exercise* dan elevasi kaki 30° efektif menurunkan derajat edema kaki pada pasien GGK.

Secara keseluruhan, kombinasi terapi ini merupakan intervensi non-farmakologis yang efektif, aman, sederhana, dan dapat diterapkan dalam praktik keperawatan untuk membantu mengurangi edema kaki pada pasien gagal ginjal kronik.

#### **5.2 Saran**

##### **5.2.1 Bagi Perawat**

Intervensi kombinasi *ankle pump exercise* dan elevasi kaki 30° dapat dijadikan bagian dari intervensi keperawatan rutin pada pasien GGK dengan edema kaki sebagai terapi pendukung selain terapi farmakologis, karena

terbukti membantu menurunkan derajat edema dan meningkatkan kenyamanan pasien.

#### 5.2.2 Bagi Rumah Sakit

Disarankan untuk menyusun SOP (Standar Operasional Prosedur) terkait pelaksanaan *ankle pump exercise* dan elevasi kaki sebagai bagian dari manajemen non-farmakologis edema, serta memberikan pelatihan kepada perawat agar intervensi dilakukan secara terstandar.

#### 5.2.3 Bagi Pasien dan Keluarga

Pasien dan keluarga perlu diberikan edukasi mengenai cara melakukan *ankle pump exercise* dan posisi elevasi kaki yang benar agar dapat dilanjutkan secara mandiri di rumah sebagai upaya pengendalian edema jangka panjang.

#### 5.2.4 Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil studi kasus ini dapat digunakan sebagai contoh penerapan Evidence-Based Nursing (EBN) dalam praktik klinik, khususnya pada manajemen keperawatan pasien gangguan sistem perkemihan.

#### 5.2.5 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diperlukan penelitian dengan jumlah sampel lebih besar dan desain eksperimental yang lebih kuat (misalnya dengan kelompok kontrol) untuk memperkuat bukti efektivitas intervensi ini secara statistik.