

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Hemodialisis merupakan prosedur ketika darah keluar dari tubuh seseorang dan menyebar di sebuah mesin yang berada di luar tubuh yang disebut dialiser. Hemodialisis bertujuan untuk mengganti fungsi ginjal yang rusak, sehingga terapi ini harus dilakukan seumur hidup pasien yang menderita gagal ginjal. Namun, setiap tindakan medis tentunya memiliki efek samping ataupun komplikasi yang dapat memberikan perasaan tidak nyaman pada pasien yang menjalaninya. Salah satu efek yang timbul ketika pasien dalam masa terapi hemodialisis adalah RLS. RLS akan memberikan rasa kesemutan dan nyeri pada kaki pasien. Biasanya hal ini terjadi pada malam hari atau ketika pasien sedang beristirahat. Kondisi ini memaksa pasien untuk menggerakkan kakinya pada malam hari, sehingga tentu saja hal ini dapat menurunkan kualitas hidup pasien. Maka dari itu penulis tertarik membuat sebuah produk yang berbentuk *booklet* dengan judul “Kurangi Risiko *Restless Legs Syndrome* Dengan Latihan *Stretching* Pada Pasien Hemodialisis” dengan isi materi yang ditampilkan di dalam *booklet* tersebut yaitu pengertian RLS, penyebab RLS, pencegahan RLS, pengertian *stretching*, manfaat *stretching*, dan langkah-langkah melakukan *stretching*. Produk *booklet* ini juga memiliki beberapa manfaat yang akan didapatkan seperti:

- a. Produk ini sangat bermanfaat bagi keluarga dan pasien dalam menurunkan risiko RLS dengan latihan *stretching* pada pasien hemodialisis.
- b. Produk ini dapat bermanfaat untuk pasien dan keluarga yang lupa dalam melakukan langkah latihan *stretching*.
- c. Produk ini dapat dijadikan rujukan perawat dalam memberikan edukasi atau pendidikan kesehatan dalam mengurangi risiko RLS pada pasien hemodialisis.

V.2 Saran

a. Bagi Institusi Pendidikan

Penulis berharap dengan adanya *booklet* yang berjudul “Kurangi Risiko *Restless Legs Syndrome* Dengan Latihan *Stretching* Pada Pasien Hemodialisis”, perawat pendidik dapat menambah wawasan sebagai bahan ajar dalam pembelajaran mengenai mengurangi risiko RLS pada pasien hemodialisis secara mandiri. Disarankan bagi mahasiswa *booklet* ini dapat digunakan sebagai media edukasi pendidikan kesehatan kepada masyarakat tentang cara mengurangi risiko RLS bagi pasien hemodialisis.

b. Bagi Perawat

Diharapkan produk *booklet* yang berjudul “Kurangi Risiko *Restless Legs Syndrome* Dengan Latihan *Stretching* Pada Pasien Hemodialisis”, dapat dijadikan rujukan perawat dalam memberikan edukasi atau pendidikan kesehatan saat ingin pulang ke rumah mengenai latihan *stretching* untuk mengurangi risiko RLS.

a. Bagi Pasien

Diharapkan produk ini dapat memberikan kemudahan dan pemahaman kepada keluarga pasien mengenai mengurangi risiko RLS dengan latihan *stretching* pada pasien hemodialisis. Diharapkan keluarga pasien dapat menerapkan tata cara pelaksanaan latihan *stretching* dengan benar secara mandiri di rumah.