

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Dari studi literatur review gerakan *intradialysis stretching exercise* terhadap *muscle cramp* pada pasien yang menjalani hemodialisa ditarik kesimpulan dari 10 jurnal penelitian bahwa *intradialysis stretching exercise* efektif dalam mengurangi *muscle cramp* pasien hemodialisa.

#### B. Saran

##### 1. Institusi akademis

Institusi akademis sebaiknya mengadakan diskusi mengenai penerapan tindakan terapi *Intradialytic stretcing exercise* terhadap *muscle cramps* pada kasus-kasus pasien dengan *chronic kidney disease*, sehingga mahasiswa mampu meningkatkan cara berpikir kritis dalam menerapkan intervensi mandiri keperawatan sesuai dengan jurnal penelitian terbaru.

##### 2. Perawat

Perawat lebih banyak memberikan pelayanan secara maksimal sehingga mampu meningkatkan kualitas hidup klien untuk terhindar dari *muscle cramp* yang bisa mengakibatkan memburuknya kondisi pasien *chronic kidney disease* dan memberikan pendidikan kesehatan serta motivasi sehingga dapat berdampak positif terhadap kesehatan pasien dan keluarga.

##### 3. Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan lebih banyak menerapkan tindakan pemberian dengan *Intradialytic stretcing exercise* kepada pasien yang mengalami *muscle cramp*, sehingga dapat menurunkan tingkat keparahan pruritus

uremik pada pasien. Mahasiswa harus lebih banyak belajar dan mencari referensi lebih banyak baik dari buku maupun jurnal penelitian terbaru mengenai keefektifan *Intradialytic stretching exercise* pada pasien *muscle cramp*.

#### 4. Peneliti

Diharapkan kedepannya ada peneliti yang melakukan penelitian dengan *Intradialytic stretching exercise* lainnya untuk mengurangi *muscle cramp* pada pasien hemodialisa.