

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden paling banyak usia responden antara 56-65 tahun yaitu sebanyak 40 responden (44,9%), jenis kelamin responden sebagian besar laki-laki sebanyak 59 responden (66,3%), pendidikan responden sebagian besar tamat SMA sebanyak 64 responden (71,9%), pekerjaan responden sebagian besar wiraswasta sebanyak 32 responden (36%), dan lama sakit sebagian besar 1-11 bulan sebanyak 75 responden (84,3%).
2. Kualitas tidur pasien stroke di RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda sebagian besar baik sebanyak 51 responden (57,3%), sedangkan buruk terdapat 38 responden (42,7%).
3. Aktivitas fisik pasien stroke di RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda sebagian besar aktif sebanyak 45 responden (50,6%), sedangkan tidak aktif terdapat 44 responden (49,4%).
4. Kualitas hidup pasien stroke di RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda sebagian besar baik sebanyak 45 responden (50,6%), sedangkan kurang baik terdapat 44 responden (49,4%).
5. Ada hubungan antara kualitas tidur dengan kualitas hidup pasien

stroke di RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda (P value = 0,043 < α = 0,05).

6. Ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup pasien stroke di RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda (P value = 0,000 < α = 0,05).

B. Saran

Dari hasil kesimpulan diatas, maka ada beberapa hal yang dapat disarankan yaitu :

1. Bagi Pasien Stroke

Diharapkan lebih mengatur kualitas tidur dan aktifitas fisik sesuai yang disarankan tenaga kesehatan, dna mencari informasi seputar kualitas tidur dan aktifitas fisik untuk menunjang kualitas hidup.

2. Bagi Perawat

Diharapkan lebih meningkatkan kualitas hidup pasien stroke melalui pendidikan kesehatan tentang kualitas tidur dan aktifitas fisik yang baik bagi pasien stroke.

3. Peneliti Yang Akan Datang

Bagi peneliti yang akan datang diharapkan melakukan penelitian berkelanjutan dengan variabel independen yang berbeda dengan kualitas hidup pasien stroke. Selain itu, melakukan penelitian dengan subjek penelitian yang besar mencakup pasien stroke di seluruh RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda baik rawat jalan maupun rawat inap.