

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil analisis dan pembahasan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat aktivitas fisik pada pasien PPOK di poli paru RSUP Surakarta didominasi dengan kategori rendah sebanyak 44 responden (50.6%).
2. Tingkat kualitas hidup yang dimiliki oleh pasien PPOK di poli paru RSUP Surakarta pada kategori cukup baik sebanyak 53 responden (60.9%).
3. Terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada pasien penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) di Poli Paru RSUP Surakarta dengan tingkat hubungan yang lemah, terlihat dari nilai r yang diperoleh yaitu 0.226. Semakin tinggi bentuk aktivitas fisik yang dilakukan oleh pasien, maka akan semakin memperbaiki kualitas hidup.

B. Saran

1. Bagi Responden

Disarankan agar responden dapat memperoleh pengetahuan yang lebih setelah memahami isi dari penelitian ini. Disarankan responden untuk mencari informasi lebih banyak terkait aktivitas fisik dalam meningkatkan kualitas hidup.

2. Bagi Pelayanan Keperawatan

Disarankan bagi pelayanan keperawatan untuk dapat memberikan edukasi kepada masyarakat terkait aktivitas fisik yang harus dilakukan

dalam meningkatkan kualitas hidup. Disarankan bagi pasien untuk dapat melakukan aktivitas fisik setiap hari sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup yang lebih baik. Aktivitas fisik yang dapat dilakukan oleh pasien dimulai dari aktivitas ringan seperti berjalan kaki, naik turun tangga, senam aerobik dan lain – lain.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Disarankan bagi institusi pendidikan untuk menjadikan penelitian ini sebagai acuan dalam memberikan pemahaman kepada pelajar agar dapat diterapkan di lapangan.

4. Bagi Peneliti

Disarankan untuk peneliti agar dapat meningkatkan kemampuan untuk menganalisis aktivitas fisik yang dapat meningkatkan kualitas hidup.

5. Bagi Penelitian Selanjutnya

Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat mempertimbangkan meneliti pada penyakit berbeda dengan lokasi yang berbeda. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang lemah, akan lebih baik apabila peneliti selanjutnya dapat menguji ulang untuk memperlihatkan ada tidaknya hubungan yang lebih kuat. Tidak hanya itu, peneliti selanjutnya dapat memperkuat hasil penelitian dengan menambahkan wawancara dan observasi untuk memperluas pembahasan dengan perspektif dari narasumber.