

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil literature review yang berjudul “Literatur Review *Congestive Heart Failure* (CHF) dengan intoleransi aktivitas” dapat penulis simpulkan bahwa *Congestive Heart Failure* (CHF) mempengaruhi intoleransi aktivitas. Intoleransi Aktivitas pada pasien gagal jantung adalah ketika mereka melakukan suatu gerakan yang bagi orang normal, berjalan dua tiga meter tidak merasa lelah, akan tetapi jika pada pasien yang mengalami intoleransi, bergerak atau berjalan merasakan terengah-engah, kelelahan dan tekanan darah meningkat. Pada pasien dengan gagal jantung sebaiknya diberikan aktivitas yang tidak berat atau menguras tenaga seperti berjalan sekitar 5 sampai 6 menit. Latihan olahraga pada pasien *Heart Failure* juga diperlukan sebagai Peningkatan VO₂ puncak, mungkin dikarenakan curah jantung yang meningkat akibat beban kerja akibat olahraga yang meningkat serta aliran darah di kaki selama latihan olahraga. Perubahan-perubahan ini mungkin dihubungkan dengan perbaikan fungsi diastolik sebagai peningkatan laju pengisian diastolik awal puncak dari ventrikel kiri saat istirahat dan selama latihan.

B. Saran

Berdasarkan hasil *literature review* yang diperoleh maka dapat diberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi pasien dan keluarga

Disarankan untuk pasien *congestive heart failure* (CHF) untuk tidak melakukan aktivitas berat atau cukup menguras tenaga, keluarga pasien bisa melatih pasien untuk berjalan pelan-pelan selama 5 sampai 6 menit dan di lanjutkan dengan istirahat.

2. Bagi institusi pendidikan

Dapat dijadikan bahan referensi untuk memahami materi pemberian intoleransi aktivitas dan diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan lebih lanjut tentang materi yang disampaikan.

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Agar penelitian ini dapat menambah informasi ataupun ilmu pengetahuan guna meningkatkan mutu pelayanan, perawatan bahkan pengetahuan dan ketrampilan kerja perawat dalam penanganan kasus CHF (Congestive Heart Failure) dengan intoleransi aktivitas.