

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Pada sub bab ini akan menjawab tujuan studi kasus. Setelah dilakukan intervensi *mindfulness breathing therapy* terhadap tingkat dispnea pada pasien CHF pada kedua kasus gagal jantung kongestif dapat disimpulkan bahwa *mindfulness breathing therapy* efektif sebagai alternatif pengobatan non-farmakologis dalam menurunkan tingkat dispnea pada pasien dengan *Congestive Heart Failure* (CHF). Sebelum dilakukan intervensi, pasien menunjukkan tingkat sesak napas yang tinggi disertai perubahan fisiologis seperti peningkatan frekuensi napas, penurunan saturasi oksigen, dan denyut jantung yang tidak stabil. Setelah penerapan *mindfulness breathing therapy* secara teratur, terjadi penurunan signifikan pada tingkat dispnea, stabilisasi parameter fisiologis, dan peningkatan kenyamanan pasien. Pasien juga melaporkan persepsi positif terhadap terapi ini, dengan menyebutkan adanya rasa tenang dan lebih mampu mengontrol napas saat sesak muncul. Namun, pada pasien CHF juga diperlukan terapi lain yang menunjang untuk mengurangi gejala sesak napas, seperti terapi oksigen dan terapi diuresis untuk mengurangi cairan berlebih pada tubuh yang memicu timbulnya sesak napas.

#### **B. Saran**

1. Bagi pasien,

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menerapkan *mindfulness breathing therapy* untuk mengurangi sesak napas.

2. Bagi rumah sakit,

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menambah referensi rumah sakit dalam memberikan pelayanan komprehensif terutama untuk menurunkan tingkat dyspnea pada pasien *Congestive Heart Failure*.

3. Bagi perawat,

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat meningkatkan pelayanan dalam memberikan asuhan keperawatan terutama kepada pasien dengan diagnosa medis *Congestive Heart Failure* (CHF) dan memberikan edukasi tentang terapi *mindfulness breathing*.

4. Bagi peneliti selanjutnya,

Hasil studi kasus ini diharapkan lebih meningkatkan kompetensi dan wawasan ilmu tentang penanganan klien dengan diagnosa medis *Congestive Heart Failure* (CHF).