

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Pengaruh senam rematik ini merupakan salah satu alternatif yang efektif, efisien, tanpa biaya, dan mudah untuk dilakukan. Senam rematik ini bahkan dapat mengurangi nyeri sendi lansia penderita rheumatoid arthritis. Tidak hanya mengalami penurunan nyeri sendi saja tetapi juga mampu meningkatkan kemampuan fungsional sendi yang saat ini menurun sejalan dengan peningkatan usia.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pelayanan

Untuk meningkatkan pelayanan dalam pengolahan nyeri sendi pada pasien *rheumatoid arthritis* dengan cara memberikan senam rematik serta memberikan motivasi, dukungan dan penjelasan informasi yang lebih mendalam, jelas, dan spesifik tentang pentingnya mengikuti program latihan senam secara rutin

2. Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian tentang senam rematik ini diharapkan dapat meningkatkan kapasitas dan kualitas institusi pendidikan terutama Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya agar informasi hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan tambahan untuk memperkaya pengetahuan dan keperluan referensi ilmu keperawatan

tentang pengaruh senam rematik terhadap penurunan nyeri sendi lansia dengan *rheumatoid arthritis*

3. Tenaga Kesehatan Perawat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dan digunakan dalam setiap intervensi keperawatan untuk mengatasi nyeri sendi pada lansia.

4. Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian serupa dengan pengembangan penelitian lebih lanjut untuk menambah pengalaman informasi serta pengetahuan tentang senam rematik terhadap perubahan nyeri sendi lansia pada pasien *rheumatoid arthritis*

