

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil telaah tiga jurnal dan satu asuhan keperawatan, dapat ditarik kesimpulan yaitu secara teoritis pengkajian menurut, hal-hal yang perlu digali dalam pengkajian antara lain : Pengumpulan data umum (nama KK, alamat, komposisi keluarga, tipe keluarga, suku bangsa, agama, status sosial ekonomi. Aktifitas rekereasi), riwayat dan tahap perkembangan, fungsi keluarga, stressor dan koping keluarga, Pemeriksaan fisik dilakukan pada semua anggota keluarga, harapan keluarga pada akhir pengkajian perawat menanyakan harapan keluarga terhadap petugas kesehatan yang ada. Intervensi yang dilakukan pada pasien rematik yang mengalami nyeri rematik yaitu dengan melakukan senam rematik pada pagi hari, yang dilakukan seminggu dua kali selama 20 menit. Senam rematik ini dilakukan pada pasien dengan usia 50-70 tahun, dengan kriteria nyeri masih bisa melakukan aktivitas sehari-hari tanpa bantuan orang lain. Tindakan Senam Rematik dalam upaya menurunkan nyeri bekerja dengan mengurangi rangsang pada ujung saraf atau memblokir arah berjalannya impuls nyeri yang menuju ke otak. Pada daerah nyeri akan memberikan sinyal ke hipotalamus. melalui sumsum tulang belakang. Ketika reseptor panas di hipotalamus diberi rangsangan, sistem efektor mengeluarkan sinyal dan menyebabkan terjadinya vasodilatasi perifer. Senam rematik disimpulkan bahwa ada pengaruh terhadap penurunan nyeri

karena gerakan senam rematik memberikan efek yang baik terhadap kekakuan sendi.

V.2 Saran

1. Bagi Institusi Puskesmas Tamansari

Studi literatur dengan teks book dan telaah jurnal ini diharapkan dapat dijadikan program sebagai alat non farmakologi untuk menurunkan nyeri dengan terapi senam rematik.

2. Bagi UMTAS

Studi literatur dan telaah jurnal ini dapat dijadikan acuan dalam mengembangkan ilmu keperawatan, serta masukan atau sumber informasi serta dasar pengetahuan bagi para mahasiswa keperawatan dan dapat dijadikan sebagai materi latihan dalam mengatasi masalah nyeri pada pasien rematik dengan tehnik : terapi senam rematik sebagai salah satu tindakan untuk menurunkan nyeri pada pasien rematik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil studi literatur dan telaah jurnal ini sebagai ilmu dan pengetahuan untuk terapi non farmakologi untuk menurunkan nyeri pada pasien rematik dengan pemberian terapi senam rematik.