

BAB VII

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan untuk mengidentifikasi Pengaruh senam rematik terhadap nyeri dan rentang gerak osteoarthritis lutut lansia di wilayah kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Sebelum dilakukannya senam rematik rata-rata nyeri lutut pada penderita osteoarthritis ialah nyeri sedang. Sedangkan rata-rata rentang gerak sebelum dilakukannya senam rematik pada penderita osteoarthritis ialah gerak tidak penuh.
2. Setelah dilakukannya senam rematik rata-rata rentang gerak ialah pada kategori normal. Sedangkan, rata-rata nyeri lutut setelah dilakukannya senam rematik ialah pada kategori nyeri ringan.
3. Terdapat pengaruh senam rematik terhadap nyeri dan rentang gerak osteoarthritis lutut pada lansia diwilayah Kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya menurut data statistic. Akan tetapi secara klinis skala nyeri dan rentang gerak tidak mengalami perubahan yang signifikan.

B. Saran

Berdasarkan hasil temuan dalam penelitian ini, maka dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Peneliti

Setelah dilakukannya penelitian ini, peneliti dapat lebih mengembangkan tentang ilmu keperawatan terutama dalam keperawatan komunitas.

2. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Bagi fakultas ilmu kesehatan dapat terus mengembangkan pembelajaran untuk mahasiswanya terkait ilmu keperawatan komunitas, sehingga mahasiswa lulusannya kelak dapat berperan aktif dimasyarakat terutama dalam hal asuhan keperawatan gerontik.

3. Bagi Profesi Perawat

Perawat dapat meningkatkan tindakan keperawatan terutama dalam pemberian asuhan keperawatan komunitas dan asuhan keperawatan gerontik.

4. Bagi Tempat Penelitian

Untuk pihak Puskesmas harus bisa meningkatkan penerapan senam rematik pada masyarakat yang bermanfaat untuk mengurangi nyeri dan elastisitas rentang gerak pada penyakit usia lanjut usia salah satunya osteoartritis yang mengakibatkan nyeri dan menghambat rentang gerak

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai landasan awal penelitian selanjutnya agar penelitian selanjutnya dapat memperhitungkan waktu pengukuran setelah dialkukkannya senam rematik.

