

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

Dari hasil diatas dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan senam rematik setiap pagi hari, selama 10 – 15 menit dengan teratur selama 3 hari berturut-turut menunjukkan bahwa upaya senam rematik dapat menurunkan nyeri. Pada subyek 1 Ny. S didapatkan hasil skala nyeri 5, dihari ketiga evaluasi didapatkan penurunan skala nyeri menjadi 0. Kemudian subyek 2 Tn S didapatkan hasil skala nyeri 4, dihari ketiga evaluasi didapatkan penurunan skala nyeri menjadi 0 .

Dari data diatas penulis mengambil kesimpulan bahwa setelah dilakukan implementasi senam rematik selama 3 hari pada Ny. S dan Tn S menunjukkan bahwa senam rematik efektif untuk menurunkan skala nyeri pada penderita Osteoarthritis.

#### **A. Saran**

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi penelitian selanjutnya sehingga dapat mengembangkan penelitian, menambah pengetahuan dan pengalaman yang berkaitan dengan senam rematik

## 2. Bagi Institusi

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memperluas ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan dalam melakukan asuhan keperawatan pada penderita osteoarthritis dalam menerapkan senam rematik sehingga mahasiswa lebih kompeten dalam melakukan tindakan yang akan diberikan kepada pasien.

## 3. Bagi Perawat

Diharapkan untuk perawat bisa memberikan asuhan keperawatan pada penderita osteoarthritis dan keluarga tentang pengaruh senam rematik untuk penurunan nyeri.

## 4. Bagi Pasien dan Keluarga

Hasil penelitian yang diterapkan pada pasien diharapkan dapat menjadi solusi yang bermanfaat untuk mengatasi masalah penurunan nyeri sendi pada penderita Osteoarthritis