

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil *review* yang penulis lakukan, didapatkan kesimpulan jika senam rematik memiliki pengaruh dalam menurunkan skala nyeri penderita rheumathoid arthrithis.

Tindakan senam rematik ini bagus untuk menurunkan nyeri dan merupakan terapi yang bisa dilakukan sendiri secara pribadi bagi orang yang sudah bisa maupun secara bersama – sama dengan orang lain. senam ini mempunyai manfaat utama untuk memperlancar peredaran darah, menurunkan nyeri rheumathoid arthrithis dan menimbulkan rasa senang. Intervensi senam rematik ini mudah dilakukan, tidak membutuhkan banyak biaya dan juga dapat dilakukan dengan waktu yang praktis.

B. Saran

Penulis memberikan beberapa saran untuk meningkatkan mutu tindakan keperawatan Rheumathoid arthrithis yaitu:

1. Bagi perawat

Untuk mendukung dalam tindakan mengatasi nyeri sendi, diperlukan tindakan farmakologis dan non-farmakologis. Salah satu tindakan non-farmakologis yang mudah dilakukan adalah senam rematik.tindakan ini adalah tindakan yang mudah, efisien dan menggunakan prosedur yang sederhana.

2. Bagi Bagi institusi pendidikan

Pembelajaran senam rematik dapat dimasukkan di RPS, dapat juga dijadikan sebagai bahan bacaan di perpustakaan Universitas Ngudi Waluyo, diaplikasikan di ujian laboratorium dan dapat dijadikan sumber dalam melakukan penelitian selanjutnya.

3. Bagi peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan sehingga peneliti bisa memberikan informasi bagaimana cara pemberian senam rematik pada penderita serta menambah pengetahuan peneliti mengenai penyakit Rheumatoid Arthritis yang mengakibatkan timbulnya rasa nyeri, sehingga peneliti tertarik untuk membantu dalam mencari solusi dari permasalahan tersebut.

4. Bagi penderita Rheumathoid arthritis dan pembaca

Menambah pengetahuan penderita cara dalam menurunkan nyeri pada lansia penderita rheumathoid arthritis dengan senam rematik dan menambah wawasan mengenai terapi non farmakologi yang minim efek samping yang baik untuk diterapkan pada penderita rheumathoid arthrithis.

5. Bagi Peneliti yang selanjutnyaa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan untuk bahan penelitian selanjutnya terkait senam rematik.