

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil studi kasus diatas didapatkan simpulan sebagai berikut :

1. Penulis telah memberikan Tindakan senam rematik kepada kedua pasien tersebut dengan durasi 10 menit selama 5 hari dalam 1 minggu.
2. Pada kasus I hari pertama skala 4 (*pre-test*) dan hari ke lima 0 (*post-test*), dan pada kasus II hari pertama skala 6 (*pre-test*) dan hari ke lima 2 (*post-test*).
3. Didapatkan hasil rata rata sebelum dilakukan senam rematik (*pre-test*) yaitu 2,4 dan rata rata sesudah dilakukan senam rematik (*post-test*) yaitu 1,6 dengan perbedaan penurunan nyeri pada kasus I yaitu 0,8 dan rata rata sebelum dilakukan senam rematik (*pre-test*) yaitu 4,4 dan rata rata sesudah dilakukan senam rematik (*post-test*) yaitu 3,4 dengan perbedaan penurunan nyeri pada kasus II yaitu 1.

5.2 Rekomendasi

1. Bagi perawat atau tenaga Kesehatan lainnya
Diharapkan perawat dapat memberikan Pendidikan Kesehatan senam rematik maupun tindakannya pada pasien Osteoarthritis dengan indikasi yang sesuai, serta perawat dapat mengajurkan pasien Osteoarthritis untuk melakukan kegiatan senam rematik di wilayahnya.

2. Bagi Pasien dan keluarga

Diharapkan pasien bisa melakukan latihan senam rematik secara mandiri sehingga dapat meningkatkan Kesehatan dirumah dan diharapkan keluarga dapat memberi dukungan pada anggota keluarga osteoarthritis dengan latihan senam rematik sehingga pasien dapat melakukan secara mandiri dan pasien terjaga penuh motivasinya dalam melakukan senam rematik.