

BAB V

PENUTUP

V.1 Simpulan

Ini akan menjawab jawaban dari tujuan khusus. Sesuai dengan pembahasan hasil penelitian yang dilakukan kepada 70 responden, yang memiliki gout arthritis dan mengalami nyeri sendi di Posbindu Dahlia Senja Limo, Depok yang masuk dalam kriteria inklusi responden maka dapat disimpulkan sebagai berikut

V.1.1 Karakteristik lansia yang menjadi responden rata-rata berusia 52 tahun, jenis kelamin responden mayoritas perempuan dan rata-rata tidak memiliki riwayat asam urat.

V.1.2 Gambaran skala nyeri pada kelompok intervensi dan kontrol sebelum dan sesudah dilakukan terapi *Modified Hold Relaxed* Pada Kelompok Intervensi di dapatkan sebelum dilakukan intervensi rata-rata responden mengalami nyeri ringan dengan skala 3,54 dan setelah dilakukan intervensi rata-rata responden sudah tidak mengalami nyeri dengan nilai skala nyeri 0,42 yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara pre dan post intervensi pada kelompok intervensi dengan $P\text{ value} = 0,000$. Sedangkan Kelompok Kontrol sebelum dan sesudah dilakukan intervensi rata-rata responden mengalami nyeri sedang dengan skala nyeri 4,11 yang berarti tidak ada pengaruh yang signifikan antara pre dan post intervensi pada kelompok kontrol dengan $P\text{ value} = 0,831$.

V.1.3 Pengaruh terapi *Modified Hold Relaxed* dan Penurunan Skala nyeri post intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol. Di dapatkan pada kelompok intervensi rata-rata skala nyeri responden yaitu 0,43 (tidak mengalami nyeri) sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata skala nyeri post adalah 3,63 (nyeri ringan) yang berarti terdapat pengaruh terapi *Modified Hold Relaxed* dan Penurunan Skala nyeri dengan nilai $P\text{ value} = 0,000$

V.1.4 Selisih perbedaan skala nyeri post intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol. Pada kelompok intervensi rata-rata penurunan skala nyeri 3,11

dan pada kelompok kontrol penurunan skala nyeri hanya 0,20. Selisih penurunan skala nyeri post pada kelompok intervensi dan kontrol yaitu 2,91.

V.2 Saran

Adapun saran berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh yaitu

V.2.1 Bagi Lansia

Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh terapi *Modified hold relaxed* terhadap penurunan nyeri sendi. Metode ini dapat dimanfaatkan sebagai salah satu solusi alternatif untuk mengurangi rasa nyeri sehingga sangat di sarankan untuk para lansia yang mengalami nyeri persendia melakukan terapi *Modified hold relaxed* ataupun melakukan jenis olahraga lainnya, dan penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan lansia sebagai upaya untuk mengurangi rasa nyeri pada sendi akibat asam urat dengan *Modified hold relaxed* selama 3 kali seminggu

V.2.2 Bagi pelayanan kesehatan

Penelitian ini terbukti dapat menurunkan nyeri sendi akibat Gout sehingga pelayanan kesehatan seperti puskesmas, posbindu dan panti werdha dapat memanfaatkan terapi *Modified hold relaxed* sebagai salah satu solusi alternatif untuk menurunkan nyeri akibat Gout dan sebagai salah satu peningkatan asuhan keperawatan komunitas khususnya lansia dengan nyeri sendi akibat Gout.

V.2.3 Bagi perawat komunitas

Perawat komunitas dapat menggunakan terapi *Modified Hold Relaxed* sebagai salah satu terapi komplementer, dan dapat dipergunakan sebagai acuan dalam asuhan keperawatan komunitas. Serta dapat melakukan *Modified Hold Relaxed* terhadap lansia yang sering mengalami nyeri persendian.

V.2.4 Bagi penelitian

- a. Dalam penelitian ini peneliti belum menghubungkan gaya hidup seperti Pola makan, IMT dan kebiasaan mengkonsumsi makanan tinggi purin, serta konsumsi alkohol yang dapat meningkatkan kadar asam urat, oleh karena itu untuk penelitian selanjutnya peneliti berharap dapat meneliti gaya hidup.

- b. Tempat penelitian belum begitu kondusif sehingga banyak lansia yang tidak fokus untuk mengikuti terapi *Modified Hold Relaxed* peneliti berharap untuk penelitian selanjutnya ciptakan suasana kondusif dan tenang serta dapat di kolaborasikan dengan musik-musik klasik.
- c. Hanya melakukan satu kegiatan saja yaitu terapi *Modified Hold Relaxed* untuk menjaga fokus para responden

