

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan dari hasil kajian 10 artikel 5 artikel Nasional dan 5 artikel Internasional yang telah dianalisis terdapat 8 artikel dengan hasil yang signifikan dan 2 artikel dengan hasil tidak signifikan mengenai pengaruh latihan *Range Of Motion* (ROM) aktif terhadap nyeri sendi ekstremitas bawah pada lansia dengan osteoarthritis.

Pemberian latihan ROM aktif selama satu minggu dengan frekuensi 2 kali sehari dengan durasi selama 15menit sangat efektif untuk penurunan nyeri sendi ekstremitas bawah pada lansia dengan osteoarthritis. Sedangkan pemberian latihan ROM aktif selama tiga minggu dengan frukuensi tindakan 2 kali seminggu menunjukkan bahwa tidak ada penurunan skala nyeri penyebab ketidaksigifikannya hasil penelitian yaitu beberapa pasien tidak dapat mencapai target karena adanya peningkatan rasa sakit saat dilakukan latihan ROM aktif.

## **5.2 Saran**

Berdasarkan penelitian studi literature yang sudah dilakukan dan pembahasan serta kesimpulan maka saran-saran yang dapat diberikan sebagai berikut:

### **5.2.1 Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan**

Agar dapat menambah informasi tambahan untuk peningkatan pelayanan kesehatan dan ilmu komplementer serta promosi kesehatan mengenai latihan ROM aktif terhadap nyeri sendi ekstremitas bawah pada lansia dengan osteoarthritis.

### **5.2.2 Bagi Institusi Pendidikan**

Diharapkan studi literature ini digunakan sebagai referensi untuk pendidikan keperawatan dan salah satu pembelajaran dalam mata kuliah keperawatan komplementer mengenai pengaruh latihan range of motion(ROM) aktif terhadap nyeri sendi ekstremitas bawah pada lansia dengan osteoarthritis.

### **5.2.3 Bagi Profesi perawat**

Perawat professional dapat memasukan terapi latihan ROM aktif terhadap nyeri sendi ekstremitas bawah pada lansia dengan osteoarthritis sebagai informasi dan referensi serta manajemen nyeri atau masalah keperawatan lainya dalam asuhan keperawatan pasien.

### **5.2.4 Bagi Peneliti**

untuk menambah wawasan dan pengetahuan mengenai pengaruh latihan ROM aktif terhadap nyeri sendi ekstremitas bawah pada lansia dengan osteoarthritis.

### **5.2.5 Bagi Peneliti Lainnya**

Diharapkan bagi penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian yang lebih baik lagi, informasi yang diberikan jauh lebih lengkap serta artikel yang digunakan merupakan artikel yang terbaru sehingga tidak menimbulkan keragu-raguan bagi peneliti-peneliti selanjutnya.