

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan yang terdapat pada bab sebelumnya, peneliti dapat menyimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Sebelum dilakukan senam ergonomik, rasa nyeri sendi pada lansia yang mengalami rematik di Wilayah Kerja Puskesmas Banguntapan II Bantul paling banyak berada pada kategori nyeri sedang sebanyak 13 responden (65%).
2. Setelah dilakukan senam ergonomik, rasa nyeri sendi pada lansia yang mengalami rematik di Wilayah Kerja Puskesmas Banguntapan II Bantul paling banyak berada pada kategori nyeri ringan sebanyak 18 responden (90%).
3. Terdapat perubahan skala nyeri sendi pada lansia yang mengalami rematik di Wilayah Kerja Puskesmas Banguntapan II Bantul antara sebelum dan setelah dilakukan senam ergonomik berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan program SPSS diperoleh nilai $Z = -3,955$ dengan nilai Asymp. Sig. = 0,000. Hasil perbandingan menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<\alpha = 0,05$) dengan nilai $Z = -3,955$ dengan nilai Sig. (0,000) $< \alpha$ (0,05).
4. Kesimpulan hipotesis diterima yang ditunjukkan dari hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan signifikansi $p\text{-value} = 0,000$ ($<\alpha = 0,05$) yang berarti ada pengaruh senam ergonomik terhadap keluhan nyeri sendi pada lansia yang mengalami rematik di Wilayah Kerja Puskesmas Banguntapan II Bantul.

B. Saran

1. Bagi Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Banguntapan II Bantul
Lansia disarankan untuk melakukan senam ergonomik sebagai terapi non-farmakologis mengurangi nyeri sendi yang disebabkan rematik.

2. Bagi Puskesmas Banguntapan II Bantul

Diharapkan penelitian ini bisa dijadikan pihak Puskesmas Banguntapan II Bantul agar melakukan promosi kesehatan mengenai senam ergonomik untuk mengurangi nyeri sendi yang menderita rematik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan Peneliti selanjutnya untuk mengendalikan variabel pengganggu karena dalam penelitian ini variabel pengganggu tidak di kendalikan.

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA