

BAB 7

KESIMPULAN dan SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Kelurahan Keputran Kecamatan Tegalsari Surabaya, sebelum diberikan latihan ROM sebesar 100% responden mengalami intensitas nyeri lutut sedang, dan setelah periode latihan ROM berakhir sebesar 100% responden mengalami penurunan skala nyeri menjadi intensitas nyeri lutut ringan. Dari hasil uji hipotesis diperoleh nilai $\rho=0,000$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh latihan ROM terhadap intensitas nyeri lutut pada lansia yang mengalami osteoarthritis.

7.2. Saran

7.2.1 Bagi Petugas Kesehatan

Petugas kesehatan khususnya perawat komunitas dapat menggunakan latihan ROM sebagai salah satu terapi non farmakologis dalam menurunkan intensitas nyeri lutut pada lansia yang mengalami osteoarthritis.

7.2.2 Bagi Masyarakat Di Kelurahan Keputran Kecamatan Tegalsari Surabaya

Masyarakat dapat melanjutkan latihan ROM secara mandiri atau kelompok dengan jumlah yang lebih banyak dan juga dapat membentuk komunitas latihan rentang gerak.

7.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian dengan menggunakan desain penelitian yang berbeda, yaitu menggunakan *Quasy-experiment* dengan pendekatan *Nonequivalent control group design*, yang menggunakan kelompok kontrol dan kelompok intervensi dengan tempat penelitian yang berbeda dan jumlah sampel yang lebih banyak.

DAFTAR PUSTAKA

Alimul H., Azis. (2003). *Riset keperawatan & teknik penulisan ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika.

Alimul H., Azis. (2009). *Metode penelitian keperawatan dan teknik analisa data*. Jakarta: Salemba Medika.

Astrand, PO., Rodahl, K., Dahl, HA. & Stromme, S. (2003). *Textbook of work physiology: physiological bases of exercise human kinetic*. United States.

Azizah, L. M. (2011). *Keperawatan lanjut usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Berman, A., Snyder, S., Kozier, B., Erb, G. (2009). *Buku ajar praktik keperawatan klinis, edisi 5*. Jakarta: RGC.

Brashers, V, L. (2007). *Aplikasi klinis patofisiologi: pemeriksaan & manajemen*. Jakarta: EGC.

Chang, E., Daly, J., Elliot, D. (2009). *Patofisiologi: aplikasi pada praktik keperawatan*. Jakarta: EGC.

Corwin, E. J. (2009). *Buku saku patofisiologis (edisi 3)*. Jakarta: EGC.

Efendi, F., & Makhfudli. (2009). *Keperawatan kesehatan komunitas: teori dan praktek dalam keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Fatimah. (2010). *Merawat manusia lanjut usia suatu pendekatan proses keperawatan gerontik*. Jakarta: TIM.

Guyton, A. C. & J. E. Hall. (2007). *Buku ajar fisiologi kedokteran*. Jakarta: EGC.

Hazzard, W. Blass, John. Halter, J. Ouslander, J and Tinetti, Mary (2003). *Principles of geriatric medicine and gerontology*. New York.

Hidayat. (2010). *Metode penelitian kesehatan: paradigma kuantitatif*. Surabaya: Kelapa Pariwara.

Hidayat. (2011). *Metode penelitian keperawatan dan teknik analisa data*. Jakarta: Salemba Medika.

Hudak, C. M. (1996). *Keperawatan kritis: pendekatan holistik*. Jakarta: EGC.

Kozier, B., Erb, G., & Blais, K. (2004). *Fundamental of nursing, concepts, process and practice*. Addison Wesley Publishing, Company, Inc, California.

Lal, A. (2008). *Musculoskeletal pain and level of education a cross-sectional study from ullensaker norway*. Master of public health (online). Retrieved: Mei 4, 2014. www.nhv.se/upload/dokument/forskning/.../MPH2008-7_Lal.pdf.

Lawrence, RC et al. (2008). *Estimates of the prevalence of arthritis and other rheumatic conditions in the united states*. *ARTHRITIS & RHEUMATISM*. Retrieved: Mei 10, 2014. <http://labo.uqat.ca/CharestJ/Articles.pdf/Lawrence%20RC%202008.pdf>.

Li, L., Liu, X., & Herr, K. (2007). *Postoperative pain intensity assessment: a comparison of four scales in Chinese adults* (online). Retrieved: Desember 5, 2012. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov>.

Maramis, W. F. (2006). *Ilmu perilaku dalam pelayanan kesehatan*. Surabaya: Airlangga University Press.

Maryam, R.S. dkk. (2008). *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.

- Misnadiarly. (2010). *Osteoarthritis-penyakit sendi pada orang dewasa dan anak-faktor risiko, infeksi, pencegahan, dan pengobatan*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Mubarak, W. I., Chayatin, N., Santoso, B. A. (2010). *Keperawatan komunitas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Muttaqin, Arif. (2008). *Buku ajar asuhan keperawatan klien gangguan sistem muskuloskeletal*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, S. (2005). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nugroho, Wahjudi. (2008). *Keperawatan gerontik & geriatrik*. Jakarta: EGC.
- Nursalam. (2003). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan, pedoman skripsi, tesis, dan instrumen penelitian keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan, pedoman skripsi, tesis, dan instrumen penelitian keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pamungkas & Sari. 2010. *Pengaruh latihan gerak kaki (stretching) terhadap penurunan nyeri sendi ekstremitas bawah pada lansia sejahtera* GBI Setia Bakti Kediri. Vol. 3, Edisi 1, from <http://puslit2.petra.ac.id/ejournal/index.php/stikes/article/view/18443/18262> . Diunduh tanggal 15 Mei 2014.
- Potter, P. A., Perry, A. G. (2005). *Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses, dan praktik*. Jakarta: EGC.
- Price, S. A. (2005). *Patofisiologi: konsep klinik dan proses-proses penyakit edisi 6*. Jakarta: EGC.
- Pudjiastuti, S. S., & Utomo, B. (2003). *Fisioterapi pada lansia*. Jakarta: EGC.

Putz, R., & Pabst, Reinhard. (2006). *Sobotta: atlas anatomi manusia*. Jakarta: EGC.

Rachmawati, M.R., Samara, D., Tjhin, P., Wartono, M. (2006). *Nyeri muskuloskeletal dan hubungannya dengan kemampuan fungsional fisik pada lanjut usia*, (Vol. 25, No.4). <http://www.univmed.org/wp-content/uploads/2011/02/atik.pdf>., diunduh tanggal 15 september 2013.

Santoso, H., & Ismail. (2009). *Memahami krisis lanjut usia: uraian medis dan pedagogis-pastoral*. Jakarta: Gunung Mulia.

Smeltzer, S. C. (2001). *Buku ajar keperawatan medikal-bedah brunner & suddarth, Vol. 1. Terjemahan*. Jakarta: EGC.

Soeroso, J et al. (2006). *Osteoarthritis*. In: Sudoyo AW, Setiyohadi B, Alwi I, Simadibrata M, Setiati S, editors. *Buku ajar ilmu penyakit dalam, Edisi IV*. Jakarta: Pusat Penerbitan Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Indonesia.

Stanley, Mickey., & Beare, P. G. (2006). *Buku ajar keperawatan gerontik. (Edisi 2)*. Jakarta: EGC.

Sugiyono. (2011). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Jakarta: ALFABETA.

Suratun., Heryanti., Manurung, S., Raenah, E. (2008). *Klien gangguan sistem muskuloskeletal: seri asuhan keperawatan*. Jakarta: EGC.

Susanto, Ha. (2000). *Pengaruh senam Tai-Chi terhadap fleksibilitas wanita berusia 50 tahun ke atas*. Jurnal kedokteran yarsi.

Tamsuri. (2006). *Konsep dan penatalaksanaan nyeri*. Jakarta: EGC.

Universitas Katolik Widya Mandala. (2013). *Pedoman penyusunan proposal dan skripsi*. Surabaya: Fakultas Keperawatan Unika Widya Mandala.

Verma, Yogita., Goyal, Manu., & Narkeesh. (2013). *Pain, range of motion and back strength in chronic mechanical low back pain before & after lumbar mobilization. International Journal of Physiotherapy and Research*; (3):48-57. Retrieved Desember 20, 2013 http://www.ijmhr.org/ijpr_articles_vol1_03/2005.pdf.

Watson, Roger. (2002). *Anatomi dan fisiologi untuk perawat (edisi 10)*. Jakarta: EGC.

Yatim, Faisal. (2006). *Penyakit tulang dan persendian (arthritis atau arthralgia)*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.