

BAB VI

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh kombinasi kompres jahe merah hangat dan terapi relaksasi otot progresif terhadap intensitas nyeri rematik pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Kota Bengkulu Tahun 2026, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat intensitas nyeri rematik sebelum diberikan kombinasi kompres jahe merah hangat dan terapi relaksasi otot progresif menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami nyeri sedang tidak usah . Berdasarkan hasil pengukuran menggunakan Numeric Rating Scale (NRS), responden dengan 20 orang sebanyak 13 orang mengalami nyeri sedang 65% dan yang mengalami nyeri ringan sebanyak 7 orang 35%.
2. Tingkat intensitas nyeri rematik setelah diberikan kombinasi kompres jahe merah hangat dan terapi relaksasi otot progresif terhadap intensitas nyeri rematik. Sebagian besar responden berada pada kategori skala nyeri ringan sebanyak 6 orang (30%), yang menunjukkan bahwa pemberian kombinasi kompres jahe merah hangat dan terapi relaksasi otot progresif mampu mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan oleh lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Kota Bengkulu. hasil nya berapa
3. Terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian kombinasi kompres jahe merah hangat dan terapi relaksasi otot progresif terhadap intensitas nyeri rematik pada lansia sebelum dan sesudah intervensi. Hasil analisis menggunakan uji Paired Sample t-test menunjukkan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga

hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_o) ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa kombinasi kompres jahe merah hangat dan terapi relaksasi otot progresif efektif dalam menurunkan intensitas nyeri rematik pada lansia dan dapat dijadikan sebagai salah satu terapi nonfarmakologis yang aman, mudah diterapkan, serta bermanfaat dalam meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup lansia.

6.2 Saran

a. Saran Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi, referensi, dan bahan pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang keperawatan gerontik mengenai penggunaan terapi nonfarmakologis berupa kombinasi kompres jahe merah hangat dan terapi relaksasi otot progresif dalam menurunkan intensitas nyeri rematik pada lansia.

b. Saran Praktis

1. Bagi Panti Sosial Tresna Werdha Kota Bengkulu

Diharapkan pihak panti dapat menerapkan kombinasi kompres jahe merah hangat dan terapi relaksasi otot progresif sebagai salah satu alternatif terapi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan intensitas nyeri rematik pada lansia. Selain itu, petugas kesehatan diharapkan dapat memberikan edukasi kepada lansia mengenai cara melakukan terapi tersebut secara mandiri dan aman.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan sumber pembelajaran bagi mahasiswa keperawatan dalam meningkatkan pengetahuan mengenai intervensi nonfarmakologis untuk penanganan nyeri rematik pada lansia serta penerapannya dalam praktik keperawatan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya disarankan dapat mengembangkan kombinasi kompres jahe merah hangat dan terapi relaksasi otot progresif terhadap intensitas nyeri rematik pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Kota Bengkulu dengan jumlah responden yang dibutuhkan dengan waktu pemberian intervensi yang dibutuhkan oleh peneliti selanjutnya dan untuk peneliti selanjutnya juga dapat membandingkan pengaruh kombinasi kompres jahe merah hangat dan terapi relaksasi otot progresif terhadap intensitas nyeri rematik pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Kota Bengkulu.

