**BAB V**

**PENUTUP**

Pada bab ini akan disajikan kesimpulan dari penelitian “Gambaran Tingkat Nyeri Sendi Setelah Dilakukan Senam Rematik Pada Lansia Penderita Rheumatoid Artritis di Posyandu Lansia Tulusayu Desa Sidorahayu di Wilayah Puskesmas Wagir Kabupaten Malang” serta saran yang mungkn dipertimbangkan untuk mengurangi nyeri sendi pada lansia.

* 1. **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti tentang Gambaran Tingkat Nyeri Sendi Setelah Dilakukan Senam Rematik Pada Lansia Penderita Rheumatoid Artritis di Posyandu Lansia Tulusayu Desa Sidorahayu di Wilayah Puskesmas Wagir Kabupaten Malang dan pembahasaan yang telah dilakukan di bab IV maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

Nyeri sendi pada penderita rheumatoid arthritis dapat berkurang dengan dilakukan senam rematik dan dengan dilakukan senam rematik dapat mengurangi kekakuan pada sendi serta persendian tidak terjadi pembatasan dalam pergerakan.

* 1. **Saran** 
     1. **Bagi Responden**

Bagi para lansia yang mengalami nyeri sendi, agar lansia mampu tetap melaksanakan senam rematik sehingga dapat mengurangi nyeri sendi

* + 1. **Bagi Institusi Keperawatan**

Memberikan referensi untuk penelitian selanjutnya atau tambahan referensi di perpustakaan dan dapat dijadikan bahan masukan khususnya dalam penanganan nyeri sendi dengan teknik nonfarmakologis seperti senam rematik.

* + 1. **Bagi Penelitian Selanjutnya**

1. Penelitian selanjutnya, disarankan respondennya yang lebih besar dengan waktu yang lebih lama.
2. Instrument yang digunakan dilakukan uji validitas.
3. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menambahkan penelitian tentang pengaruhnya senam rematik dengan penurunan nyeri sendi pada penderita rheumatoid arthritis.