

BAB 6

PENUTUP

6.1. Kesimpulan

Asuhan keperawatan pada Ny. R penderita osteoarthritis lutut dengan masalah nyeri kronis di wilayah kerja Puskesmas Mulyorejo, didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Pengkajian didapatkan Ny. R berusia 64 tahun berjenis kelamin perempuan dengan riwayat penyakit yang sedang diderita osteoarthritis lutut kanan terdiagnosa sejak tahun 2023. Pasien datang ke poli lansia tanggal 05 Mei 2025 dengan keluhan lutut kanan sering terasa nyeri dengan skala nyeri sedang dengan skor 63 dengan menggunakan skala WOMAC. Pasien mengatakan nyeri muncul apabila naik turun tangga dan terlalu banyak beraktivitas. Pemeriksaan tanda-tanda vital yaitu tekanan darah 140/mmHg, frekuensi nadi 88x/menit, frekuensi napas 19x /menit, suhu 36,9 °C. Pasien tampak lemah, kekuatan otot ekstremitas bawah menurun.
2. Hasil analisa terhadap tanda dan gejala yang dirasakan pasien dapat ditegakkan diagnosa keperawatan utama sesuai dengan komndisi pasien adalah nyeri kronis b.d kondisi muskuloskeletal kronis d.d mengeluh nyeri, tampak meringis, dan tampak tidak mampu menuntaskan aktivitas. Diagnosa keperawatan kedua adalah gangguan mobilitas fisik b.d penurunan kekuatan otot, fisik lemah, tampak kesulitan bergerak, kekuatan otot menurun.

3. Rencana tindakan keperawatan yang ditegakkan penulis mengacu pada SLKI dan SIKI guna mengatasi masalah yang dialami Ny. R. Perencanaan keperawatan pada diagnosa nyeri kronis yang disusun dengan luaran kontrol nyeri (L.08063) serta intervensi yang diterapkan yaitu manajemen nyeri (I.08238) sedangkan pada diagnosa gangguan mobilitas fisik yang disusun dengan luaran mobilitas fisik (L.05042) serta intervensi yang diterapkan yaitu dukungan mobilisasi (I.05173). Pemberian teknik non-farmakologi pemberian latihan *quadriceps setting exercise* untuk meningkatkan stabilitas dan kekuatan otot *quadriceps* tanpa membebani sendi serta pemberian terapi *cold pack* atau kompres dingin untuk mengurangi nyeri lutut yang dirasakan oleh klien.
4. Implementasi keperawatan yang dilakukan selama 3 hari dengan durasi waktu 45 menit dalam pemberian *quadriceps setting exercise* dan terapi *cold pack* untuk menurunkan nyeri kronis pada pasien. Implementasi yang dilakukan dengan cara memberikan penjelasan mengenai penyebab, periode dan pemicu nyeri sendi yang kemudian menjelaskan sekaligus mengajarkan metode pelaksanaan *quadriceps setting exercise* selama 5 menit dan terapi *cold pack* selama 15 menit serta diberikan latihan mobilisasi sederhana seperti dari posisi duduk ke berdiri, duduk disisi tempat tidur, pindah dari tempat tidur ke kursi.
5. Evaluasi dilakukan oleh penulis dengan melibatkan pasien dalam bentuk SOAPIE dengan cara menganjurkan pasien untuk mengulang penjelasan yang diberikan untuk menilai pemahaman, melaksanakan

praktik mandiri, dan umpan balik atau respon dari pasien mengenai efektivitas teknik yang telah diajarkan serta mengobservasi tanda dan gejala adanya perubahan terhadap keluhan, sehingga dapat dinilai seberapa jauh masalah dapat teratasi. Evaluasi terhadap masalah nyeri kronis (keluhan nyeri) teratasi sebagian dengan adanya penurunan terhadap tanda dan gejala yang dialami serta pada masalah mobilitas fisik (kekuatan otot, kaku sendi dan nyeri) teratasi sebagian dibuktikan dengan pasien sudah mulai bisa beraktivitas dan naik turun tangga walaupun terkadang nyeri masih muncul.

6.2. Saran

6.2.1. Bagi Subyek dan Keluarga

Diharapkan untuk Ny. R yaitu lansia penderita osteoarthritis lutut dengan masalah nyeri kronis dan gangguan mobilitas fisik agar dapat melakukan *quadriceps setting exercise* dan *cold pack* secara rutin dan mandiri di rumah dengan durasi yang paling baik untuk latihan *quadriceps setting exercise* selama 5 menit sedangkan terapi *cold pack* selama 15 menit sesuai dengan SOP yang sudah diajarkan namun disesuaikan dengan kemampuan dan kondisi klien.

6.2.2. Bagi institusi Puskesmas

Karya tulis ilmiah ini dapat menjadi Evidence Based Practice in Nursing (EBPN) di bidang keperawatan serta memperkuat dukungan teoritis untuk pengembangan ilmu keperawatan. Selain itu, karya tulis ilmiah ini juga dapat digunakan sebagai acuan dalam memberikan asuhan keperawatan

yang mencakup intervensi pemberian tindakan *quadriiceps setting exercise* dan *cold pack* pada penderita osteoarthritis lutut dengan masalah nyeri kronis.

6.2.3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan institusi pendidikan dapat memperbaiki kapasitas dan kualitas pendidikan dengan menjadikan hasil penelitian karya tulis ilmiah ini sebagai sumber tambahan untuk memperluas pengetahuan dan referensi dalam praktik ilmu keperawatan khususnya keperawatan gerontik mengenai pemberian *quadriiceps setting exercise* dan *cold pack* pada penderita osteoarthritis lutut dengan masalah nyeri kronis.

6.2.4. Bagi Penulis

Diharapkan dapat digunakan sebagai referensi untuk penulis selanjutnya dan dapat disbarluaskan pada masyarakat khususnya lansia dengan Osteoarthritis lutut dengan pemberian terapi *quadriiceps setting exercise* dan *cold pack* .