

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian mengenai pengaruh *open kinetic chain exercise* terhadap keseimbangan dinamis dan intensitas nyeri pada lansia dengan *osteoarthritis* di wilayah kerja Puskesmas Simpang Kawat dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil pengukuran keseimbangan dinamis sebelum diberikan *open kinetic chain exercise* pada lansia dengan *osteoarthritis* di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat yaitu responden dengan keseimbangan normal sebanyak 21%, sedangkan responden dengan risiko jatuh sebesar 79% dengan nilai tengah 14,00.
2. Hasil pengukuran keseimbangan dinamis sesudah diberikan *open kinetic chain exercise* pada lansia dengan *osteoarthritis* di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat yaitu responden dengan keseimbangan normal sebanyak 58%, sedangkan responden dengan risiko jatuh sebesar 42% dengan nilai tengah 12,00.
3. Hasil pengukuran intensitas nyeri sebelum diberikan *open kinetic chain exercise* pada lansia dengan *osteoarthritis* di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat yaitu responden dengan nyeri ringan sebesar 18%, sedangkan responden dengan nyeri sedang sebesar 82% dengan nilai tengah 6,00.
4. Hasil pengukuran intensitas nyeri sesudah diberikan *open kinetic chain exercise* pada lansia dengan *osteoarthritis* di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat

yaitu responden dengan nyeri ringan sebesar 64%, sedangkan responden dengan nyeri sedang sebesar 36% dengan nilai tengah 3,00.

5. Adanya pengaruh *open kinetic chain exercise* terhadap keseimbangan dinamis pada lansia dengan *osteoarthritis* yang dilihat dari hasil uji *wilcoxon* di peroleh $P\text{-value} = 0,000$ sehingga hipotesis diterima.
6. Adanya pengaruh *open kinetic chain exercise* terhadap intensitas nyeri pada lansia dengan *osteoarthritis* yang dilihat dari hasil uji *wilcoxon* di peroleh $P\text{-value} = 0,000$ sehingga hipotesis diterima.

B. Saran

1. Bagi Poltekkes Kemenkes Jambi

Poltekkes Kemenkes Jambi dapat mempertimbangkan untuk memberikan pelatihan *open kinetic chain exercise* terhadap peningkatan keseimbangan dinamis dan manajemen nyeri non-farmakologis kepada mahasiswa.

2. Bagi Puskesmas Simpang Kawat

Puskesmas dapat mengimplementasikan program intervensi serupa sebagai penatalaksanaan pada lansia dengan *osteoarthritis* yang memiliki keluhan gangguan keseimbangan dan nyeri.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan diharapkan dapat menerapkan intervensi serupa dalam praktik klinis mereka untuk membantu pasien meningkatkan keseimbangan dinamis dan mengurangi intensitas nyeri.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadi bahan acuan untuk pengembangan penelitian lebih lanjut mengenai *open kinetic chain exercise* pada lansia dengan *osteoarthritis*. Diharapkan juga menggunakan ukuran sampel lebih besar, jangka waktu penelitian lebih panjang, menambahkan variabel perbandingan lain sehingga mendapatkan masalah baru dengan hasil yang lebih beragam.